



## Omschrijving

Een behandeling met chemotherapie kan de haarcellen aantasten waardoor het haar broos wordt, afbreekt of uitvalt. Sommige personen worden volledig kaal, bij anderen wordt het haar dunner. Behalve het hoofdhaar kunnen ook wenkbrauwen, wimpers, schaamhaar en ander lichaamshaar uitvallen. Haarverlies door chemotherapie is altijd tijdelijk. Na de laatste behandeling zal het haar terug beginnen groeien. Dit kan variëren van een 3- tal weken tot 3 maanden na de behandeling. De kleur of het uitzicht van het haar kan anders worden.

## Symptomen

- Haaruitval begint enkele weken na de eerste behandeling.
- Kan plots met plukken tegelijk gebeuren.
- De hoofdhuid kan jeuken.
- Tijdens en na de haaruitval is de hoofdhuid extra gevoelig, droog en schilferig.

## Aanbevelingen

- Vraag aan uw arts of de cytostatica die u krijgt haarverlies zal veroorzaken.

- U kan eventueel tijdens de therapie een 'ijskap' gebruiken. U kunt hierover meer informatie vragen op de afdeling.
- De avond voor de chemosessie het haar wassen. Na de chemotherapie het haar gedurende 3 tot 8 dagen niet wassen.
- Was uw haar/hoofdhuid niet te vaak en met lauw water.
- De hoofdhuid zachtjes masseren, dit bevordert de bloedcirculatie wat goed is voor de haarwortels.
- Weinig shampoo gebruiken.
- Gebruik een milde shampoo.
- Een zachte borstel of een kam met ver uit elkaar staande tanden gebruiken.
- Droog het haar voorzichtig, haardroger op de laagste temperatuurstand zetten.
- U kan uw hoofdhuid beschermen tegen afkoeling met een hoed, sjaal, muts, pet of pruik.
- Vraag adressen waar pruiken te verkrijgen zijn op de verpleegafdeling of bij de Sociale dienst.
- Indien u erover denkt een pruik aan te schaffen, ga dan naar een pruikenspecialzaak of een gespecialiseerde kapper/kapster voor de start van de behandeling. Op deze manier kiest u een model dat dicht bij uw natuurlijk haar aansluit of in de lijn ligt van uw stijl. Zo kan u reeds inlichtingen inwinnen om het gekozen model aan te kopen, van zodra u het nodig vindt.

- U heeft recht op een tussenkomst van het ziekenfonds bij de aankoop van een pruik, mits medisch attest en voorlegging van de factuur.

## Te mijden

- Permanent, brushing, haarspray, (verwarmde) haarspelden, stijltangen en haarkleuringen. Dit tot 6 maanden na het einde van de behandeling.
- Vlechten en ontkrullen van het haar.
- Babyshampoo, omdat ze de haren vettig maken.
- Haar drogen op een hoge temperatuur.
- Uitdroging door de zon van uw haar en hoofdhuid.

## Raadpleeg uw zorgverstrekkers

Door het haarverlies wordt je lichaamsbeeld totaal veranderd. Het is belangrijk dat u uw gevoelens en gedachten kan delen met familie en/of vrienden. Indien nodig kan een team van deskundigen u bijstaan.

De Stichting tegen Kanker biedt u gratis schoonheidszorgen aan in het ziekenhuis. Voor meer inlichtingen hierover kunt u zich wenden tot een verpleegkundige of de Sociale dienst.



## Contactgegevens

### **Dag 11** Dagziekenhuis onco en interne

Tel. 09 310 18 09

### **ZE 23** Ademhaling en oncologie

Tel. 09 310 18 23

### **Psychologe**

Tel. 09 310 10 75

Haarverlies  
Nevenwerkingen  
chemotherapie

## Contactinfo

### **vzw AZ Alma**

(Maatschappelijke Zetel)  
Ringlaan 15  
B-9900 Eeklo  
tel. 09 310 00 00

### **Polikliniek AZ Alma Sijsele**

Gentse Steenweg 132  
B-8340 Sijsele-Damme  
tel. 09 310 00 00

[www.azalma.be](http://www.azalma.be)

