

# HOOFDHUIDKOELING tijdens chemotherapie

# HOOFDHUIDKOELING tijdens chemotherapie

De chemotherapie die u binnenkort zult krijgen, brengt haarverlies met zich mee. Hoewel haarverlies bijna altijd tijdelijk is, is het zowel voor u als voor uw naasten een ingrijpende bijwerking. De verandering van het uiterlijk is heftig en kan uw levenskwaliteit negatief beïnvloeden. Haarverlies maakt het ook voor de buitenwereld zichtbaar dat u ziek bent.

Door hoofdhuidkoeling te gebruiken tijdens het toedienen van chemotherapie kan haaruitval bij sommige behandelingen voorkomen of verminderd worden en daardoor positief bijdragen aan uw levenskwaliteit. Hoofdhuidkoeling wordt al sinds 1970 toegepast.



### ▶ Wat veroorzaakt haaruitval?

Haaruitval bij chemotherapie wordt veroorzaakt doordat de haarvormende cellen door de medicijnen (cytostatica) worden beschadigd. Een verstoring van de haarproducerende cellen kan aanleiding geven tot verminderde haarproductie met volledige haaruitval tot gevolg. Haaruitval is meestal een tijdelijke bijwerking. Na de laatste chemotherapiekuur groeit het haar opnieuw, vaak het eerste jaar met een andere structuur.

### ▶ Hoe werkt hoofdhuidkoeling?

Hoofdhuidkoeling zorgt ervoor dat de doorbloeding van de haarwortels minder wordt, waardoor de haarvormende cellen minder cytostatica opnemen en minder beschadigd worden. Bovendien wordt door de lagere temperatuur de schadelijke werking van de cytostatica in de haarvormende cellen verminderd.

### ▶ Hoe lang duurt hoofdhuidkoeling?

U bent ongeveer één tot twee uur langer in het ziekenhuis aanwezig dan wanneer geen hoofdhuidkoeling wordt toegepast. De hoofdhuidkoeling wordt een half uur vóór aanvang van het chemotherapie-infuus gestart en wordt voortgezet tot 20 à 90 minuten na het einde van het chemotherapie-infuus (dit wordt de nakoeltijd genoemd). Hoe lang de nakoeltijd precies is, is afhankelijk van het type chemotherapie dat toegevend wordt.



### ► Hoe wordt hoofdhuidkoeling toegepast?

---

Vóór, tijdens en enige tijd na het chemotherapie-infuus plaatst men een koelkap op uw hoofd. Deze kap is met slangen verbonden aan het koelapparaat. De temperatuur van de hoofdhuid neemt hierdoor af tot ongeveer 15-25°C.

Voor de effectiviteit van hoofdhuidkoeling is het van groot belang dat de kap goed aansluit op het hoofd. Er bestaan daarom verschillende maten van kappen.

Om een lagere temperatuur van de hoofdhuid te bereiken wordt geadviseerd om het haar vochtig te maken met een plantenspuit.

### **Let op het volgende:**

- De avond voor de chemotherapie of de dag zelf wast u het best uw haar met lauw water en shampoo. U mag geen verzorgingsproducten (haarspray, gel) meer gebruiken.
  - Een bril kunt u tijdens de hoofdhuidkoeling blijven dragen, haarspelden en oorbellen moet u uitdoen.
  - Vooral de eerste 10 tot 15 minuten worden als koud en onaangenaam ervaren. U zorgt dan best voor afleiding. Daarna treedt gewenning op en wordt hoofdhuidkoeling door de meeste patiënten goed verdragen.
  - Sommige patiënten hebben last van hoofdpijn. Met paracetamol kan dit meestal verholpen worden.
  - We raden aan om u warm te kleden tijdens de hoofdhuidkoeling. Op het dagziekenhuis zijn ook dekens beschikbaar. Andere bijwerkingen treden nauwelijks op en zijn niet ernstig.
- U kunt zelf nagaan of er te veel ruimte is tussen de kap en uw hoofd door op de kap te drukken, als het opmerkelijk kouder aanvoelt tijdens het drukken is er onvoldoende aansluiting.
  - De kap mag niet op uw hoofd spannen, maar moet vanzelf over het haar glijden tijdens het aanmeten. Bij twijfel kiezen we een grotere kapmaat met daarover een kleine overkap.
  - Blote stukjes huid (bv. voorhoofd, oren) kunnen worden afgedekt met een kompres zodat dit comfortabeler aanvoelt.
  - Als u naar het toilet moet, kan de koelkap 10 minuten losgekoppeld worden. Sommige mensen hebben last van plotse duizeligheid bij het rechtstaan als gevolg van de kou.

## ▶ Hoe zijn de resultaten?

Het is bewezen dat haaruitval als gevolg van chemotherapie door hoofdhuidkoeling voorkomen of verminderd kan worden. Ondanks hoofdhuidkoeling treedt in de regel toch enige haaruitval op. De resultaten variëren zeer sterk en zijn vooral afhankelijk van het soort chemotherapie en de dosis.

Hoofdhuidkoeling wordt als succesvol beschouwd wanneer u dusdanig tevreden bent met het haarbehoud dat er geen behoefte is aan het dragen van een pruik of andere hoofdbedekking. U kunt zelf altijd vragen om de hoofdhuidkoeling te stoppen.

## ▶ Tips voor haarverzorging

- Was uw haar niet meer dan twee keer per week.
- Gebruik een kleine hoeveelheid shampoo en spoel uw haar met lauw water.
- Gebruik een conditioner om uw haar te hydrateren.
- Vermijd het gebruik van een haardroger of stijltang.
- Droog uw haar door te deppen in plaats van te wrijven.
- Voorkom trekken aan het haar door het strak bijeen te binden of te vlechten.
- Vermijd agressieve verzorgings- en haarkleurproducten. Milde producten zijn aan te raden.

## ▶ Wat kost een behandeling met hoofdhuidkoeling voor u?

Hoofdhuidkoeling wordt **gratis** aangeboden voor gehospitaliseerde patiënten of tijdens een bezoek aan het dagziekenhuis.

## ▶ Meer informatie

Uw behandelende arts en afdelingsverpleegkundige zijn steeds beschikbaar om uw vragen te beantwoorden.

[www.hoofdhuidkoeling.nl](http://www.hoofdhuidkoeling.nl)

## Contact

---

### Dagziekenhuis oncologie-hematologie

**Straat 49**

T 09 224 51 49

*Deze brochure werd ontwikkeld voor het gebruik binnen het AZ Sint-Lucas Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt worden zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het ziekenhuis. Deze informatiefolder werd met de grootste zorg opgemaakt, de inhoud ervan is echter algemeen en indicatief. De folder omvat niet alle medische aspecten. Indien er vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden in staan dan zijn het AZ Sint-Lucas, het personeel en de artsen hiervoor niet aansprakelijk.*



#### vzw AZ Sint-Lucas & Volkskliniek

Campus Sint-Lucas  
Groenebriel 1  
9000 Gent

Campus Volkskliniek  
Tichelrei 1  
9000 Gent

T 09 224 61 11  
E [info@azstlucas.be](mailto:info@azstlucas.be)

2016/21 660