

HAARVERLIES na radiotherapie

HAARVERLIES na radiotherapie

De cellen die zorgen voor de haargroei zijn gevoelig voor straling. U kunt alleen uw haar verliezen op de bestraalde plaatsen. U zult dus nergens anders uw haar verliezen, tenzij u ook chemotherapie krijgt. Op de bestraalde plaatsen kunt u gedeeltelijk of volledig uw haar verliezen.

Als u geen haar verliest, betekent dat niet dat de behandeling bij u niet aanslaat. U zult het haarverlies vooral merken tijdens het kammen of borstelen en ook op uw hoofdkussen.

▶ Duur

Het haarverlies begint meestal na 2 tot 3 weken bestraling. Haarverlies is gewoonlijk van tijdelijke aard. Meestal begint uw haar 2 tot 3 maanden na het einde van de behandeling opnieuw te groeien.

Soms heeft het nieuwe haar een andere kleur en kwaliteit, ook de structuur kan verschillen. Zo kan het nieuwe haar krullend in plaats van glad zijn of omgekeerd.

▶ Aanbevelingen

Zo vermijdt u zoveel mogelijk haarverlies en huidirritaties:

- Laat bij het begin van uw behandeling uw haar kort knippen. Korte haren maken het haarverlies minder zichtbaar. Als men het haar kort laat knippen, vermijdt men ook gevoeligheid van de hoofdhuid. Net voor het haar uitvalt, is de hoofdhuid erg gevoelig.
- Vermijd overdreven kammen en borstelen.
- Gebruik een zeer zachte borstel of een kam met ver uit elkaar staande tanden. Begin onderaan te kammen en eindig bovenaan.
- Hou uw haar schoon maar vermijd het overdreven gebruik van shampoo. Was uw haar om de 4 tot 7 dagen. Gebruik een zachte shampoo met een neutrale pH (bv. babyshampoo).
- Gebruik na elke wasbeurt een crème-spoeling of een conditioner.

- Vermijd haarverf, kleurshampoo, bleekproducten, permanent, haarspray, elektrische haardroger, enz. Ook haarspelden, krulspelden en haarbanden maken uw haar erg broos, waardoor u nog meer haar zult verliezen.
- Een zalf op de hoofdhuid kan jeuk voorkomen. Vraag hierover raad aan uw dokter.

Als u een pruik wenst:

- Kies al meteen bij het begin van de behandeling een pruik. Zo kunt u nagaan welke pruik het best overeenstemt met uw eigen kapsel. Sommige mensen dragen al een pruik nog voor hun haar begint uit te vallen. Dat maakt de overgang gemakkelijker.
- U hebt recht op een financiële tussenkomst. Vraag hierover advies aan de maatschappelijk werker.
- Zet uw pruik nu en dan af om uw hoofdhuid te laten ademen. Dames kunnen ook een sjaltje of een tulband

- ▶ dragen. Heren kunnen een pet of een hoed dragen. Hoofddeksels zijn lichter en luchtiger dan een pruik. In de zomer bieden ze u in elk geval meer comfort. Hou er rekening mee dat de bescherming van de hoofdhuid belangrijk is om afkoeling te vermijden. Via de hoofdhuid kan 25% van de lichaamswarmte verloren gaan.

Verzorg uw uiterlijk.

Gebruik als vrouw misschien een beetje meer make-up. Een verzorgd uiterlijk, ondanks uw haarverlies, is belangrijk om u goed te voelen.

Het haarverlies kan u emotioneel ontredderen. Het is normaal dat u soms overstuur geraakt, kwaad bent en dat u zich hopeloos, droevig, angstig en verlegen voelt. Praat over deze gevoelens met uw familie, vrienden, dokter en verpleegkundige als u daar behoefte aan hebt.

Raadpleeg uw arts of verpleegkundige

- Als u vragen hebt over haarverlies.
- Als u vragen hebt over de verzorging van uw haar.
- Als u meer wilt weten over een pruik of andere zaken zoals cosmetica.
- Als u eens uw gevoelens van ergernis, verdriet enz. kwijt wilt.

Contact

Dienst radiotherapie

Straat 51

T 09 224 66 20

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