

● 脱毛

抗がん剤の種類によっては、髪が抜けるものと抜けないものがあります。脱毛を起こしやすい抗がん剤として、ドセタキセル、パクリタキセル、ドキソルビシン、エピルビシンなどがあります。

毛髪の抜け方には個人差があります。脱毛は、抗がん剤投与の2～3週間後に多く起こり、毛髪以外の部分(体毛・眉毛・陰毛)でも起こります。髪は、抗がん剤治療が終われば3～6ヵ月後には再び生えてきます。



<セルフケアのポイント>

- 急に毛髪が抜けてくることが多いため、精神的に落ち込みやすくなります。あらかじめ、かつら、帽子やナイトキャップを用意しておくことで、心の準備をしておくといいでしょう
- 毛髪をあらかじめ短くしておくとうれ毛が起きた際に処理しやすいです。また洗髪は爪を立てず、やさしく行いましょう。脱毛が起きる際にピリピリ感を感じる場合があります。いつも使われているシャンプーでしみるようであるならば、刺激の少ないシャンプーを使うと効果的です。
- 毛髪への負担をなるべく掛けないようにしましょう。例えば柔らかいヘアブラシを使用したり、ドライヤーの温度を低めにするといいでしょう。また、刺激の強いパーマやカラーリングは避けてください。

◆ こんなときは医療スタッフに連絡しましょう！

抗がん剤の副作用のなかでも人目につきやすい脱毛は精神的ショックが大きいものです。気になるようなら医療スタッフに精神的サポートを受けましょう。