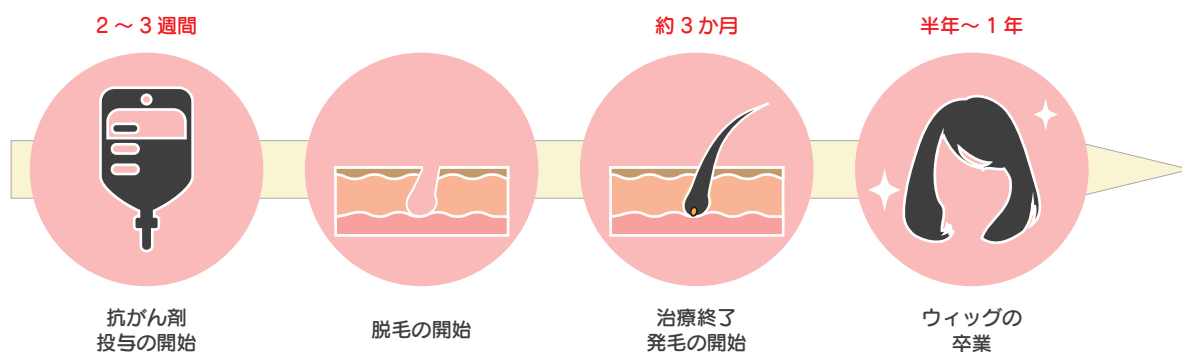




### がん治療中の髪の毛の脱毛

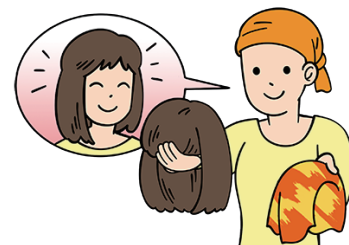
がんの化学療法においては、しばしば脱毛が起こります。脱毛の期間や程度は、使用する薬剤の種類や組み合わせ、使用量、投与期間などにより異なります。一般的には、治療開始2～3週で抜け始め、終了後約3か月で発毛し始めます。再び生えそろうまでには、半年～1年ほどかかります。



脱毛は、見た目にもがん治療を連想させ、患者さんにとって精神的なダメージが大きい副作用です。あらかじめ説明を受けていても実感がわかず、治療開始後の洗髪時に大量に抜けた毛を見てショックを受ける、ということもあります。

### ケアのポイント

ウィッグの利用が一般的ですが、肌触りのよい帽子、スカーフ・バンダナなどを利用することもできます。



### ウィッグの選び方

ウィッグの素材は、人工毛、人毛、人工と人毛のミックスと、大きく3つに分けられます。また、既成品やセミオーダー、オーダーかによって価格にも幅があります。セミオーダータイプは購入後に好みに合わせてカットしますが、既成品でもカットしてもらえる場合があります。

【いつもと違う症状があるときには、医師や看護師、薬剤師等に相談しましょう】

連絡先(医療機関名)

がん情報サイト  
Assist  
はこちら



<https://oncology-assist.jp/public/>



## がん治療継続のためのアピランスケア

表 素材別ウィッグの特徴

	特徴	おおよその価格例
人工毛	気軽に使い分けができる 静電気や毛羽立ちが起こりやすい	既成品は1万円台から セミオーダーは3万円台から
人毛	馴染みがよく自然な仕上がり 手入れがしやすい	既成品、セミオーダーともに 5万円台から
ミックス	セットがしやすい 人毛の混合率が製品によって異なる	既成品、セミオーダーともに 3万円台から

価格や特徴、かぶりやすさなどを、ウィッグサロンでよく相談して選びましょう。  
「医療用」と記載されていないウィッグでも問題ありません。

### ウィッグのお手入れ方法

ウィッグは、定期的に洗わないとツヤがなくなってまとまりにくくなります。週に1回程度洗うとよいでしょう。

**1**



ブラッシングをしてウィッグのほこりや絡んだ毛をほどいておく

**2**



ウィッグ全体が入る洗面器などにぬるま湯をためてシャンプーを1プッシュ入れて軽く泡立てる

**3**



洗面器にウィッグを入れてやさしく手で押し洗いし、十分にすすぐ

**4**



洗面器にリンスを1プッシュ入れてぬるま湯をため、ウィッグを入れて軽くすすぐ

**5**



タオルにウィッグをとり、水気を十分にふきとる

**6**



ウィッグの形を整えて自然乾燥させる

素材にかかわらず手順は同じですが、人工毛、ミックスでは専用のシャンプーやリンスが必要な場合があります。

ドライヤーやコテなどを使用する場合、素材によって耐えられる温度が異なります。購入時に確認しておきましょう。

連絡先(医療機関名)

がん情報サイト  
Assist  
はこちら



<https://oncology-assist.jp/public/>



## がん治療継続のためのアピランスケア

### つけ毛ウィッグ

つけ毛タイプのウィッグは、帽子やスカーフと組み合わせて使用します。フルウィッグより安価で、気軽に使用できます。また、その日の服装や気分に合わせて、おしゃれを楽しむこともできます。



### 髪の毛の脱毛に対するケアの工夫

#### ● ウィッグに合わせて自毛をカット

がん治療前にウィッグを購入しました。ウィッグに合わせて髪をカットし、脱毛が気になったタイミングでウィッグに切り替えました。(30代女性)



#### ● 低価格ウィッグの利用

2~3か月ごとに、同じデザインの比較的安価なウィッグを購入して使用しています。メンテナンスの負担が少ないのが便利です。脱毛中は、美容院代がかからないので、経済的にも、それほど負担にはなりません。(40代女性)

### ここが知りたい Q&A

#### ● Q. シャンプーはこれまで使っていた市販品でもよいのでしょうか。

A. 治療前に使用していた製品でも問題ありませんが、頭皮にかゆみやヒリヒリ感などが出た場合には、低刺激性のものに変えましょう。リンスやコンディショナーはしっかりすすぐことが大切です。脱毛によって毛量が減っているときには、リンスやコンディショナーは使用しなくても大丈夫です。

### ドクターからのアドバイス

ウィッグを買っても、「なんとなくしっくりこない」と、使わなくなってしまう人もいます。そういう場合は、カットを試してみるのも一つの方法です。ウィッグメーカーのサロンやウィッグを扱う美容室などに相談してみましょう。

【いつもと違う症状があるときには、医師や看護師、薬剤師等に相談しましょう】

連絡先(医療機関名)

がん情報サイト  
Assist  
はこちら



<https://oncology-assist.jp/public/>

Copyright © 2022DAIICHI SANKYO ESPHA CO., LTD. All Rights Reserved.