

Interne geneeskunde  
040 286 4873

## Inleiding

Voor de behandeling van kanker wordt bij jou chemotherapie toegepast. Chemotherapie leidt vaak tot volledige haaruitval. Deze haaruitval wordt veroorzaakt doordat de haarvormende cellen door de chemotherapie worden beschadigd. Hoewel de haaruitval tijdelijk is, is dit voor de meeste patiënten belastend. De verandering van het uiterlijk door haaruitval is ingrijpend en kan de kwaliteit van leven negatief beïnvloeden.

Door het toepassen van hoofdhuidkoeling tijdens de chemotherapie kan haaruitval voorkomen of verminderd worden. Dit kan de kwaliteit van leven verbeteren. Gemiddeld heeft 50% van de patiënten die anders ernstig haarverlies of kaalheid ontwikkelen een resultaat waar zij tevreden mee is.

Of de koelbehandeling bij jou succesvol is, kunnen we vooraf niet voorspellen. Dit is onder andere afhankelijk van de soort chemotherapiebehandeling die je krijgt. Van verschillende behandelingen zijn wel succespercentages bekend. Je kunt jouw verpleegkundige hierom vragen.

## Reserveren van een haarwerk als een patiënt hoofdhuidkoeling krijgt

We weten niet wat het resultaat van de hoofdhuidkoeling voor jou persoonlijk is. Daarom raden wij jou aan om een haarwerkspecialist te bezoeken. Hier kun je terecht voor een intakegesprek en om een haarwerk te reserveren, mocht deze toch nodig zijn.

Wij raden je aan om het haarwerk nog niet op maat te laten maken. Spreek met de haarwerkspecialist af dat je het haarwerk pas koopt als de hoofdhuidkoeling niet het gewenste resultaat geeft. Bespreek ook vooraf met de haarwerkspecialist welke kosten zij berekenen als je het haarwerk uiteindelijk niet koopt.

## Hoe werkt de hoofdhuidkoeler?

De hoofdhuidkoeler is een kap die op jouw hoofd wordt geplaatst tijdens de toediening van chemotherapie. Deze kap is door middel van slangen verbonden aan een koelingsapparaat. Door het rondstromen van koelvloeistof van de kap naar het apparaat wordt de kap gekoeld tot  $-5^{\circ}$  à  $-6^{\circ}\text{C}$ . Jouw hoofd kan niet bevriezen, maar de kap verlaagt zo de temperatuur van de hoofdhuid. Dit zorgt ervoor dat er minder bloedtoevoer is naar de haarwortels, waardoor de chemotherapie de haarwortels dus minder goed kan bereiken. Daarnaast zorgt de koude ervoor dat de haarwortels minder toegankelijk gemaakt worden voor de schadelijke effecten van de chemotherapie.

## Werkwijze bij de hoofdhuidkoeling

- Op de dag van de hoofdhuidkoeling mag je geen haarlak gebruiken.
- Haarspelden en oorbellen moet je verwijderen.
- Heb je heel dik haar of kroeshaar? Dan raden wij jou aan om jouw haar nat te maken voor de hoofdhuidkoeling.

De kap wordt op jouw hoofd geplaatst en eventueel vastgezet met wat gazen, om direct contact van de hoofdhuid met de kap te voorkomen. Vervolgens wordt de juiste maat overkap over de kap getrokken. Het geheel moet goed aansluiten op jouw hoofd.

De hoofdhuidkoeling start 30 tot 45 minuten vóór de chemotherapie. Na het inlopen van de chemotherapie blijft de koelkap nog 45 tot 90 minuten op jouw hoofd geplaatst. Dit is afhankelijk van het soort chemotherapie dat je krijgt.

De hoofdhuid moet zowel voor als na de chemotherapie gekoeld worden. Dit betekent dat je gemiddeld anderhalf tot twee uur meer tijd kwijt bent per chemotherapiebehandeling.

Doordat de kap aan de machine is gekoppeld kun je niet vrij rondlopen. Als je naar het toilet moet, kan de kap even van de machine losgekoppeld worden. Nadat je naar het toilet geweest bent, moet de kap weer direct aan de machine aangesloten worden.

Het kan prettig zijn om tijdens de behandeling warme sokken, een sjaal en een trui te dragen.

## **Bijwerkingen**

Meestal wordt hoofdhuidkoeling goed verdragen. Met name de eerste tien tot vijftien minuten kun je als koud en onaangenaam ervaren. Soms kan hoofdpijn optreden (80% geen hoofdpijn, 13% lichte hoofdpijn en 7% matige of ernstige hoofdpijn). Deze hoofdpijn kan goed met paracetamol behandeld worden.

Vanuit de literatuur blijkt dat patiënten bijna nooit eerder stoppen met de hoofdhuidkoeling, omdat het niet te verdragen is. In een studie waarbij patiënten werd gevraagd om een score te geven tussen 0 (niet te verdragen) en 10 (zeer goed te verdragen), werd een gemiddelde van 7,9 gegeven.

## **Adviezen voor de verzorging van jouw haar**

Er is geen wetenschappelijke informatie voor de verzorging van het haar tijdens chemotherapie en/of hoofdhuidkoeling. Chemotherapie maakt het haar dunner waardoor het sneller afbreekt. Afbreken van het haar moet dus voorkomen worden.

Adviezen voor de verzorging van het haar voor, tijdens en na chemotherapie en/of hoofdhuidkoeling zijn gebaseerd op ervaringen uit de oncologische praktijk.

### **Adviezen voor haarverzorging**

- Gebruik alleen milde haarproducten om uitdroging van het haar of de hoofdhuid te voorkomen.
- Gebruik haarconditioner/crèmespoeling.
- Was het haar minder vaak.
- Droog jouw haar door het droog te deppen in plaats van de wrijven.
- Kam jouw haren voorzichtig met een zachte (baby) borstel of een kam met veel ruimte tussen de tanden.
- Wees voorzichtig met het gebruik van haardrogers, föhns of krultangen; de warmte van deze apparaten maakt het haar droog waardoor het eerder breekt.
- Voorkom trekken aan het haar door vlechten of het strak bijeen binden met een elastiekje.
- Een zachte massage van de hoofdhuid kan de bloedtoevoer van de haarfollikels verbeteren.
- Als de hoofdhuid droog wordt, kun je gebruik maken van vochtinbrengende crème of natuurlijke oliën.
- Vermijd producten met alcohol of agressieve stoffen zoals peroxide, die gebruikt worden bij bleken, kleuren of permanenten van het haar.
- Gebruik voor en tijdens de chemotherapie zoveel mogelijk milde of natuurlijke producten.

### Knippen of afscheren van het haar

Er zijn verschillende adviezen over het knippen of afscheren van het haar. Kort haar heeft de neiging voller te lijken dan lang haar. Als het haar kort is valt het minder op wanneer het uitvalt. Korter knippen van het haar kan de overgang naar haarverlies kleiner maken.

Afscheren van het haar kan het bevestigen van een pruik of haarwerk vergemakkelijken.

Als het haar niet volledig uitvalt kunnen langere haren gebruikt worden ter camouflage van eventuele kale plekken.

### Haren verven, blonderen of permanenten

Wij adviseren je om jouw haar in een zo goed mogelijke conditie te houden. Als je door hoofdhuidkoeling jouw haar houdt, is uitgroei niet gewenst. Wij adviseren je om jouw haren enkele weken voor de start van de chemotherapie te permanenten of te kleuren.

Tijdens de chemotherapie groeit het haar minder snel. Daardoor duurt het langer voordat uitgroei te

zien is.

Tip: Laat alleen jouw uitgroei behandelen en kam de kleuring niet door op de rest van jouw haar. Zo blijft jouw haar in de beste conditie.

#### Bij de kapper

Als je naar de kapper gaat, leg dan de situatie uit en vraag of zij zo min mogelijk schadelijke stoffen (bijvoorbeeld waterstofperoxide) gebruiken. Vraag ook of zij jouw haren voorzichtig willen behandelen, niet ruw droog wrijven, niet heet föhnen, zacht borstelen.

#### **Vragen**

Heb je na het lezen van deze folder vragen, dan kun je contact opnemen met: de afdeling oncologie, telefoonnummer 040 - 286 48 47.

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar

[www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/hoofdhuidkoeling/](http://www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/hoofdhuidkoeling/)

Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



INT026  
11-01-2017