



## Hoofdhuidkoeling bij chemotherapie

## Inleiding

Binnenkort ondergaat u een behandeling met chemotherapie die als bijwerking haaruitval veroorzaakt. Deze haaruitval is te voorkomen of te verminderen wanneer de hoofdhuid voor, tijdens en enige tijd na de chemotherapie wordt gekoeld. Uit onderzoek is gebleken dat bij ongeveer 50-75% van de patiënten de behandeling effect heeft. De koeltijd is afhankelijk van uw behandeling. De verpleegkundige zal u hierover informeren.

## De werking van de koelkap

Een half uur tot drie kwartier voor de chemotherapie zet de verpleegkundige de koelkap bij u op. De koelkap wordt goed op zijn plaats gehouden door een overkap met kinband. Gedurende de gehele behandeling blijft de koelkap op uw hoofd. Deze kap is verbonden met een koelapparaat. Door de circulatie van de koelvloeistof wordt de kap gekoeld tot ongeveer min 5 graden Celsius. Uw haarwortels worden gekoeld tot ongeveer 18 graden Celsius. Hierdoor zal de kap in het begin koud aanvoelen. Na ongeveer 10 minuten bent u hieraan gewend en is de koude beter te verdragen. Wel kunt u het beste warme kleding dragen om te voorkomen dan u het koud krijgt. Sommige mensen krijgen tijdens en na de behandeling last van hoofdpijn of een licht gevoel in het hoofd. Als deze klachten bij u optreden moet u dit melden aan de verpleegkundige.

De chemotherapie die de haaruitval veroorzaakt, blijft nog geruime tijd aanwezig in de bloedbaan. Daarom moet u na afloop van de therapie de koelkap nog anderhalf uur ophouden. Tijdens de koeling kunt u gewoon naar het toilet. De verpleegkundige koppelt u hiervoor tijdelijk van het apparaat af. U kunt dan het toilet bezoeken terwijl de kap op uw hoofd blijft. Binnen vijf tot tien minuten moet u weer aangesloten worden op het apparaat om teveel opwarming van de koelkap te voorkomen.



## **Adviezen**

- Tijdens de koeling is het af te raden oorbellen of haarspeldjes te dragen.
- Was het haar niet dagelijks. Gebruik milde haarproducten, zoals babyshampoo, om uitdroging van het haar of de hoofdhuid te voorkomen.
- Gebruik conditioner of crèmespoeling.  
Gebruik geen haarlak of gel.
- Droog uw haar door het droog te deppen in plaats van te wrijven.
- Kam uw haren voorzichtig met een zachte(baby)borstel of met een grove kam.
- Vermijd zoveel mogelijk haardrogers, föhn of krultang, aangezien dit het haar kan uitdrogen waardoor het eerder breekt.
- Vermijd trekken aan het haar door vlechten of het strak samen binden met een elastiekje.
- Voorkom beschadiging van het haar door chemicaliën, bijvoorbeeld permanentvloeistof.
- Kleur het haar alleen met natuurlijke producten, gebruik een milde kleurshampoo.
- Indien de hoofdhuid droog wordt, kunt u gebruik maken van vochtinbrengende crème of olie.
- Een zachte massage van de hoofdhuid kan de bloedtoevoer verbeteren.

## **Tot slot**

Haarverlies is zonder twijfel een van de meest ingrijpende bijwerkingen van chemotherapie. Het voorkomen hiervan kan leiden tot meer zelfvertrouwen en een positieve instelling. Factoren waarvan bekend is dat ze een gunstig effect hebben op het ziekteverloop.

De resultaten die met de koelkap worden bereikt, zijn over het algemeen bevredigend. Toch moet u zich realiseren dat het dragen van de koelkap geen garantie geeft op het (volledig) behoud van de hoofdharen. Het uiteindelijke resultaat is onder andere afhankelijk van het correct uitvoeren van de procedure. Enkele weken na de eerste kuur heeft u doorgaans al een goede indruk of de hoofdhuidkoeling het gewenste resultaat geeft. Wanneer er ondanks de koeling toch veel haaruitval optreedt kunt u, in overleg met de arts of de verpleegkundige, overwegen om te stoppen met de koeling.

## **Vragen?**

Heeft u nog vragen, dan kunt u die natuurlijk stellen aan de verpleegkundigen van de oncologie afdeling op 2-Oost. Telefoon (0223) 69 62 18.

