

Interne Geneeskunde

Hoofdhuidkoeling

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2401 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

Bij de meeste mensen die voor kanker worden behandeld met chemotherapie, gaat dit gepaard met haaruitval. Dit wordt veroorzaakt door de medicijnen (cytostatica). Naast hoofdhaar kunnen ook oksel- en schaamhaar en soms ook de wenkbrauwen en/of wimpers uitvallen. Het haar bepaalt voor een belangrijk deel ons uiterlijk en draagt bij aan het behoud van een positief zelfbeeld. Door het haarverlies wordt men dagelijks geconfronteerd met het ziek zijn. Hierdoor kan men zich geremd voelen in het contact met andere mensen.

Waarom hoofdhuidkoeling?

Bij sommige kuren is het mogelijk de hoofdhuidkoeler te gebruiken, waardoor het haarverlies van de hoofdhuid beperkt kan worden en het dragen van een pruik misschien niet nodig is. De temperatuur van de hoofdhuid wordt met hoofdhuidkoeling verlaagd naar 15 tot 18 graden Celsius. Dit vermindert de bloedtoevoer naar de haarwortels, waardoor ook minder cytostatica (medicijnen) de haarwortels bereiken. Minder cytostatica in de haarwortels vermindert de haaruitval.

Hoofdhuidkoeling



Het koelapparaat

Het koelapparaat bestaat uit een koelkap en een koelapparaat. De koelkap wordt stevig op zijn plaats gehouden door een elastische overkap met kinband. De patiënt draagt de koelkap enige tijd voor, tijdens en na de chemotherapiebehandeling. De koelkap is aangesloten op een koelapparaat, dat een koude vloeistof rondpompt door de koelkap. Het koelapparaat zorgt ervoor dat de temperatuur van de koelkap constant blijft.

Vorbereiding

Zorg ervoor dat het haar schoon is en er geen haarlak of gel op het haar zit. Haarspelden en oorbellen dienen vlak voor de behandeling af/uitgedaan te worden. Trek warme kleding aan.

De gang van zaken

De hoofdhuidkoeling wordt een half uur vóór de aanvang van het chemotherapie-infuus gestart en wordt voortgezet tot 20 à 90 minuten na het einde van het chemotherapie-infuus (dit wordt de nakoeltijd genoemd). Hoe lang de nakoeltijd precies is, is afhankelijk van het type chemotherapie dat gegeven wordt. In het algemeen is men ongeveer 1 tot 2 uur langer in het ziekenhuis aanwezig dan wanneer geen hoofdhuidkoeling wordt toegepast.

Bewegingsbeperking

Tijdens de koeling kunt u zitten, liggen en opstaan, maar niet rondlopen. Wel kunt u tussendoor gewoon naar het toilet. U wordt dan losgekoppeld van het koelapparaat. Daarna is het belangrijk om de kap weer zo snel mogelijk aan te sluiten op de machine.

Koude-ervaring

Vooral de eerste 10 - 15 minuten worden als koud ervaren, daarna treedt gewenning op. De eerste 10 minuten kunt u het ook koud hebben over het hele lichaam; zo nodig krijgt u warme dranken en/of een warme deken. Na 10 minuten is de kou over het algemeen goed te verdragen.

Hoofdpijn

Sommige patiënten hebben last van hoofdpijn. Hiervoor kan 1000 mg paracetamol ingenomen worden. Het is raadzaam om dan de volgende keer al vooraf paracetamol in te nemen. Over het algemeen wordt hoofdhuidkoeling goed verdragen.

De resultaten

De resultaten van de behandeling verschillen per persoon en zijn afhankelijk van welke kuur in welke dosis gegeven wordt. Over het algemeen vindt er altijd wel enig haaruitval plaats nadat u 2 kuren heeft gehad. Hierna is haaruitval vaak minder. Garanties over het eindresultaat kunnen niet gegeven worden. De oncologieverpleegkundigen kunnen u informeren over het slagingspercentage met betrekking tot haarbehoud van de te geven kuur. Hoofdhuidkoeling wordt als succesvol gezien als er geen behoefte is aan een pruik of andere hoofdbedekking.

Conditie van het haar

De conditie van uw haar kan in de periode van hoofdhuidkoeling achteruit gaan, daarom de volgende adviezen:

- Gebruik milde haarproducten, zoals babyshampoo, om uitdroging van het haar te voorkomen.
- Gebruik na het wassen haarconditioner/crèmespoeling.
- Was het haar minder vaak dan u gewend bent.
- Droog uw haar door het droog te deppen in plaats van wrijven.
- Kam uw haren voorzichtig en gebruik een zachte (baby)borstel of een kam met veel ruimte tussen de tanden.
- Voorkom blootstelling aan warmte door haardroger, föhn of krultang. Deze kunnen uw haar droog maken 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.

- Indien uw hoofdhuid droog wordt, kunt u een vocht inbrengende crème of natuurlijke oliën gebruiken.
- Voorkom beschadiging van uw haar door chemicaliën, bijvoorbeeld permanentvloeistof.
- Kleur het haar alleen met natuurlijke producten, gebruik een milde kleurshampoo. Indien u een bezoek brengt aan de kapper: vraag naar minimaal gebruik van schadelijke stoffen voor het haar.

Haarwerk

Omdat de resultaten verschillen per patiënt adviseren wij toch om uit voorzorg een haarwerk/pruik te regelen. Bij goede haarwerkspecialisten kunt u afspreken dat u de pruik niet hoeft af te nemen als er geen of weinig haaruitval is. Via de oncologieverpleegkundige krijgt u een machtiging om een gedeelte van het bedrag vergoed te krijgen.

Inplannen

Tijdens het voorlichtingsgesprek over de behandeling met chemotherapie wordt ingepland wanneer u met de behandeling zal starten. Dan wordt ook gecheckt of er een hoofdhuidkoeler beschikbaar is voor u. Uiteraard proberen wij met uw persoonlijke voorkeur rekening te houden, maar gezien de beperkte plaatsen zal dit niet altijd kunnen. Hoofdhuidkoeling kan op locatie Leiden plaatsvinden.

Vragen

Heeft u nog vragen na het lezen van deze folder dan kunt u contact opnemen met:

- De Oncologieverpleegkundigen van Dagbehandeling Oncologie via 071 582 8673
- De Casemanagers Mammacare via 071 582 8497
- De Verpleegkundig Consulenten Oncologie via 071 582 8535

Meer informatie over hoofdhuidkoeling kunt u vinden op de website www.hoofdhuidkoeling.nl.