

# Hoofdhuidkoeling bij chemotherapie

## Hoofdhuidkoeling

Deze folder geeft u informatie over koeling van de hoofdhuid bij chemotherapie (cytostatica).

## Inleiding

Haaruitval door chemotherapie is vaak een belastende bijwerking van de behandeling, omdat het duidelijk zichtbaar is. Als uw uiterlijk verandert door haaruitval, kan dit leiden tot verlies van eigenwaarde en kan het de kwaliteit van leven negatief beïnvloeden. Door uw hoofd te koelen met behulp van de Paxman hoofdhuidkoeler kan haaruitval mogelijk beperkt worden. Sommige soorten chemotherapie geven ook haaruitval van wenkbrauwen, wimpers, schaambeharing. Hier is helaas niets tegen te doen.

U kunt met uw behandelend arts bespreken of u in aanmerking komt voor hoofdhuidkoeling tijdens uw behandeling met chemotherapie.

## Wat is hoofdhuidkoeling?

Door de hoofdhuid te koelen tijdens de chemotherapie kan haaruitval voorkomen of verminderd worden. Koeling leidt tot bloedvatvernauwing in de hoofdhuid waardoor er minder chemotherapie/cytostatica bij de haarwortel kan komen en de haarwortel minder wordt beschadigd. Het resultaat van de koeling varieert van patiënt tot patiënt en is onder andere afhankelijk van de soort chemotherapie. Vooral na de eerste of tweede behandeling kan er sprake zijn van licht tot matig haarverlies. Dit betekent niet dat de koeling niet aanslaat en hoeft geen reden te zijn om te stoppen met koelen.

## Wat is de Paxman hoofdhuidkoeler?

De Paxman hoofdhuidkoeler is een kap van zacht kunststof die op uw hoofd wordt geplaatst.

Over de kap wordt een muts geplaatst die met een kinband strak wordt aangetrokken, waardoor de kap goed aansluit op uw hoofd. Hierdoor werkt de koeling optimaal. Voor de eerste behandeling met de hoofdhuidkoeler wordt samen met u de juiste maat kap aangemeten.

Deze kap is met slangen verbonden aan een koeling apparaat. Door circulatie van koelvloeistof van de kap naar het apparaat wordt de kap gekoeld tot  $-5$  à  $-6^{\circ}$  C. De hoofdhuid koelt hierdoor af van  $\pm 37^{\circ}$  C naar  $\pm 18^{\circ}$  C.

U kunt tijdens de behandeling gewoon naar het toilet lopen, de verpleegkundige zal dan de kap tijdelijk loskoppelen van het apparaat. Voor, tijdens en na de toediening van chemotherapie draagt u de kap. De chemotherapie start 30 minuten nadat bij u de kap op uw hoofd is geplaatst (voorkoelen). Tijdens de toediening van de chemotherapie, blijft de kap zitten en vervolgens nog 20 à 90 minuten (nakoelen). De nakoeltijd is afhankelijk van de soort chemotherapie dat u krijgt.

## Bijwerkingen

Als de kap door de verpleegkundige op uw hoofd wordt gezet, voelt dat koud aan en kan de kap een licht gevoel in het hoofd geven. De ergste kou voelt u in de eerste tien tot vijftien minuten van de koeling therapie. Na vijftien minuten zal uw lichaam de kou beter verdragen en zullen de bijwerkingen langzaam verdwijnen. Door de kou kunt u last krijgen van hoofdpijn; hiervoor kunt u een pijnstiller (paracetamol) krijgen.

### Almelo

Zilvermeeuw 1

Postbus 7600

7600 SZ Almelo

### Hengelo

Geerdinksweg 141

Postbus 546

7550 AM Hengelo

 [zgt.nl/mijnzgt](http://zgt.nl/mijnzgt)

 zorgkaart <http://bit.ly/1y7WjBP>

 [facebook.com/zgtinfo](https://facebook.com/zgtinfo)

 [linkedin.com/company/zgt](https://linkedin.com/company/zgt)

 [twitter.com/zgt\\_info](https://twitter.com/zgt_info)

 [youtube.com/user/zgtinfo](https://youtube.com/user/zgtinfo)

Vraagt u tussentijds ook gerust om een deken of een warme drank.

Tips vóór het gebruik van de hoofdhuidkoeler  
De avond voordat u chemotherapie krijgt of op de dag zelf, wast u het haar en doet u er geen haarverzorgingsproducten meer in.

Haarspelden en oorbellen dient u voor de behandeling uit te doen. U kunt bijvoorbeeld een vest of sjaal meenemen of warme sokken aantrekken om het koude gevoel te verminderen.

### Resultaat van de behandeling

Het resultaat van de hoofdhuidkoeling is afhankelijk van verschillende factoren. Garanties over het eindresultaat kunnen daarom niet worden gegeven. Wel is van een aantal behandelingen bekend dat het goed werkt. Ook al gebruikt u de hoofdhuidkoeler, haaruitval kan niet volledig voorkomen worden. Uw haar wordt ook doffer en groeit minder snel. Wij kunnen niet garanderen dat u geen haarwerk nodig heeft. Daarom adviseren wij u om uit voorzorg voordat u aan de chemotherapie begint een haarwerk te regelen. De verpleegkundige zal u hierover informeren.

### Adviezen

Onderstaande adviezen hebben betrekking op de verzorging van het haar wanneer dit dunner wordt of wanneer de conditie van het haar verslechtert als gevolg van de chemotherapie:

- Gebruik milde haarproducten, zoals babyshampoo, om uitdroging van het haar of de hoofdhuid te voorkomen.
- Gebruik na het wassen conditioner of crèmespoeling.
- Was het haar niet dagelijks, één à twee keer per week met lauwwarm water.
- Droog uw haar door het droog te deppen in plaats van te 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 haardrogers, föhns of krultangen. Deze kunnen uw haar droog maken waardoor het eerder breekt.
- Voorkom trekken aan het haar door het te vlechten of het strak bijeen te 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 vochtinbrengende crème of natuurlijke oliën gebruiken.
- Voorkom beschadiging van uw haar door chemicaliën (bijvoorbeeld door 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.

### Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u deze natuurlijk altijd stellen aan een van onze oncologie verpleegkundigen, telefoonnummer 088 708 35 64

### Check uw dossier op MijnZGT

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: [zgt.nl/mijnzgt](https://zgt.nl/mijnzgt).