

HOOFDHUIDKOELING

FRANCISCUS GASTHUIS

Inleiding

Wanneer u wordt behandeld met chemotherapie is haaruitval een veelvoorkomende bijwerking. Naast het hoofdhaar kan er ook haaruitval optreden bij andere lichaamsdelen zoals wimpers, wenkbrauwen en schaamhaar. Deze haaruitval is tijdelijk. Zodra de behandeling stopt, komt de haargroei weer terug. De nieuwe haargroei kan wel anders zijn dan u gewend bent (dunner/ steiler/ andere kleur).

De meeste patiënten hebben veel moeite met de uiterlijke verandering door de haaruitval en ervaren dit als zeer belastend.

Hoofdhuidkoeling

Hoofdhuidkoeling is een methode om haaruitval van het hoofdhaar door chemotherapie te verminderen of te voorkomen. Door de temperatuur van de hoofdhuid te verlagen door middel van het dragen van een kap, wordt de doorbloeding verminderd van de haarwortels. De haarwortels nemen hierdoor minder chemotherapie op, waardoor er minder beschadiging van de haarwortels plaatsvindt. Deze vermindering van beschadiging aan de haarwortels kan haaruitval beperken.

Of de koelbehandeling succesvol is, is moeilijk te voorspellen. Hoofdhuidkoeling wordt als succesvol beschouwd wanneer u tevreden bent met het haarbehoud en er geen behoefte is aan het dragen van een pruik of andere hoofdbedekking.

De kans op haaruitval wordt bepaald door het type chemotherapie dat u krijgt. Gemiddeld genomen halveert hoofdhuidkoeling de kans op haaruitval. Het succes is ook afhankelijk van uw haartype. Vragen omtrent uw chemokuur en haartype kunt u stellen aan uw oncologieverpleegkundige. Uw oncoloog bepaalt op de polikliniek of er geen medische problemen zijn, waardoor u niet mee kunt doen met de hoofdhuidkoeling. Wanneer de oncoloog akkoord gaat, wordt de hoofdhuidkoeling ingepland.

In het Franciscus Gasthuis beschikken we momenteel over twee hoofdhuidkoelingsapparaten. De hoofdhuidkoeling wordt toegepast bij patiënten die chemotherapie krijgen op de

dagbehandeling van de afdeling Oncologie op de zesde verdieping.

Werking

Een half uur voor de chemotherapie wordt gestart met de hoofdhuidkoeling en deze wordt voortgezet tijdens de toediening. De nakoeltijd bedraagt 20 tot 90 minuten, afhankelijk van het middel dat u toegediend krijgt. U bent dus per behandeling 55 tot 120 minuten langer bezig met de behandeling dan zonder hoofdhuidkoeling.

Wanneer u gebruik wilt maken van de hoofdhuidkoeling, wordt door de oncologieverpleegkundige van de dagbehandeling de juiste maat kap aangemeten. Voor de effectiviteit van de hoofdhuidkoeling is een goed aansluitende kap zeer belangrijk, vandaar dat er verschillende maten kappen zijn.

De kap wordt op zijn plaats gehouden door een overkap met kinband en is verbonden met slangen aan een koelapparaat. De kap wordt gekoeld tot -4 graden Celsius. De temperatuur van de hoofdhuid wordt op deze manier tot ongeveer 15 graden Celsius verlaagd.

Vanwege de koeltijd moet u er dus rekening mee houden dat u ongeveer twee uur langer op de dagbehandeling bent dan wanneer u niet kiest voor hoofdhuidkoeling.

Bijwerkingen

Hoofdhuidkoeling wordt over het algemeen goed verdragen. Veel mensen ervaren de eerste tien minuten als koud en soms onaangenaam. Het kan prettig zijn om tijdens de behandeling warme sokken en een trui te dragen. U kunt ook vragen naar een (warme) molton.

Hoofdpijn is een bijwerking die soms voorkomt en die goed met een pijnstiller (paracetamol) kan worden verholpen. Andere bijwerkingen treden niet of nauwelijks op.

Adviezen

Het is niet precies bekend wat nu bepaalt of hoofdhuidkoeling succesvol is. Het resultaat van de koeling verschilt per persoon. Het is belangrijk om het haar tijdens de periode van

hoofdhuidkoeling en chemotherapie zo goed mogelijk te verzorgen om te voorkomen dat het droog wordt en afbreekt. Behandel het haar daarom voorzichtig.

Haarverzorgingsadviezen tijdens de periode van hoofdhuidkoeling:

- Kom de dag van de hoofdhuidkoeling met schoon gewassen haar, zonder gel of lak.
- Gebruik milde verzorgingsproducten (babyshampoo).
- Gebruik een crèmespoeling of haarconditioner.
- Was uw haar minder vaak.
- Dep uw haar droog in plaats van te wrijven.
- Kam uw haar voorzichtig met bijvoorbeeld een kam met veel ruimte tussen de tanden of een zachte borstel.
- Voorkom blootstelling aan warmte door het gebruik van een droger of krultang.
- Föhn het haar niet te heet.
- Vlecht of bindt het haar niet te strak bijeen.
- Voorkom beschadiging van het haar door chemicaliën zoals permanentvloeistof.
- Kleur het haar bij voorkeur met natuurlijke producten zoals een milde kleurshampoo (vermijd haarproducten die alcohol of agressieve stoffen bevatten, zoals peroxide).

Onderzoek naar haaruitval door chemotherapie

Op dit moment wordt er onderzoek gedaan om beter inzicht te krijgen in de mate van haaruitval bij de diverse soorten chemotherapie. Door deelname aan dit onderzoek helpt u om toekomstige patiënten zo nauwkeurig mogelijk te informeren over de kans op haaruitval. De gegevens worden ook gebruikt voor onderzoek om haaruitval te voorkomen.

Wat houdt deelname in?

U wordt gevraagd om tijdens elke chemotherapie via internet een korte vragenlijst in te vullen. Het invullen van een vragenlijst kost 5 tot 10 minuten tijd. Als u besluit om mee te doen, dan krijgt u van de verpleegkundige uw inloggegevens. Alle verzamelde gegevens voor het onderzoek worden anoniem verwerkt.

Resultaten onderzoek

De resultaten van dit onderzoek zullen worden toegevoegd aan de 'keuzehulp haaruitval' op www.hoofdhuidkoeling.nl.

Daarmee kunnen patiënten zelf vergelijken hoe groot de kans is op haaruitval bij een specifieke soort chemotherapie, met of zonder hoofdhuidkoeling.

Contact

Voor meer informatie of adviezen kunt u contact opnemen met de coördinerend en palliatief oncologieverpleegkundige. Zij hebben telefonisch spreekuur van maandag tot en met vrijdag van 08.15 tot 09.15 uur en van 13.15 tot 14.00 uur. Zij zijn te bereiken via telefoonnummer 010 – 461 7166.

Op de website www.geefhaareenkans.info kunt u verdere informatie vinden, wanneer u daar behoefte aan heeft.

De aanschaf van de hoofdhuidkoelers is mogelijk gemaakt door de Stichting Roparun en het Franciscus Vriendenfonds

*Mei 2016
17833*