

脱毛



- ・ 治療開始2～4週間後より脱毛が始まり、抜け始めると4～5日のうちに全体の7～8割の毛髪が脱毛します。
 - ・ 治療終了2～6ヵ月後より再発毛が始まり、1年程度でほぼ脱毛前の状態に戻ります。
 - ・ ただし、脱毛前とは髪質や色が異なることがあります。
 - ・ 脱毛は全身に起こりますが、頭部の毛母細胞は成長が速い為、影響を受けやすいです。
- ※各抗がん剤の投与量による違いや個人差もあります。

・ 脱毛の副作用が出やすい薬：

アルキル化薬：イホスファミド、シクロホスファミド

アントラサイクリン系：ドキシソルビシン、アムルビシン、エピルビシン

微小管障害薬：ドセタキセル、パクリタキセル、ビンクリスチン

トポイソメラーゼ障害薬：イリノテカン、エトポシド

和同会薬局 湯島店 Tel:5684-3939 駿河台店 Tel:3296-1023

Q & A

脱毛（準備編）



Q.抗がん剤を使用すると脱毛があると聞いたのですが、何か事前に準備をしておくことはありますか？

A.脱毛を防ぐ確実な方法はありませんが、治療方法を決めてから実際に毛が抜け始めるまで数週間あるので、その間に外見の変化に備えることができます。

- 抜けた髪の毛が絡まらないように、あらかじめ短く切っておく人もいますし長いままにしておく人もいます。**
- ウィッグや帽子を使うのであれば、生活スタイル、好み、予算などに合わせて自分らしくかぶれるものを選んでみると良いです。**
- 脱毛が始まる前に、自分の髪型や顔の写真を撮っておくと良いです。顔の写真は、脱毛後に眉毛を描くときの参考になります。**

Q&A

脱毛（対処法）



**Q.抗がん剤を使用して脱毛が始まってしまいました。
どう過ごしたらいいですか？**

A.髪の抜け始めは、バンダナや室内でも利用できる柔らかい素材の帽子が便利です。外見のなカバーだけでなく、床に髪の毛が落ちるのを防ぎ、布団や枕に髪の毛がつきにくくなります。脱毛の症状が現れると、外出するのも億劫になりがちですが、ウィッグや帽子などのグッズを活用することも1つの手です。

→かつら（ウィッグ）

必要に応じて利用すれば、脱毛しているときの外出も安心です。ウィッグには医療用やファッション用、オーダーメイド、既製品など、種類や価格帯も様々なものがあります。用途に合わせて、自分に合ったものを選びましょう。

→帽子・キャップ

帽子やキャップを使用するのもよいでしょう。種類やデザインが豊富で、素材や色、形など自分の好みに合わせて選びやすいのも帽子やキャップならではの魅力です。帽子代わりにスカーフを上手に使いこなす方もいます。



・眉毛やまつ毛が抜けたときの工夫
眉毛やまつ毛がないと顔の印象が変わって見えることがあります。



- 脱毛後は眉の位置がわかりにくいので、脱毛前に撮った自分の顔の写真を参考に、顔と眉のバランスを確認し、アイブロー（眉ずみ）で眉を描くとよいでしょう。まつ毛が抜けたときにはアイシャドウを使うなど、化粧の工夫でカバーすることができます。
- また、フレームの太い眼鏡やサングラスをかけると脱毛が目立たなくなります。まつ毛がないと目にごみが入りやすくなります。
- 外出時には眼鏡をかけるのも1つの方法です。

・鼻毛が抜けたときの工夫
鼻毛がないと突然鼻水が出たり、鼻の中が乾燥し粘膜が痛みやすくなったりします。外出時はマスクを使用するのもよい方法です。



Q & A

脱毛（治療終了後）



Q.抗がん剤治療が終わったら、毛はまた生えてきますか？

A.抗がん剤の副作用による脱毛は、あくまでも一時的なものです。

ほとんどの方は抗がん剤の投与が終了したあと、しばらく経つと新しい髪の毛が生え始めます。生え始めるのは抗がん剤の投与終了後、約1～3カ月が一般的で、最初は産毛のような柔らかい毛から生え始めることが多いです。全てが生え揃うには、約8カ月～1年程度の期間が必要です。

※髪の毛が生えるスピードや量には個人差があるので、仮に時間が掛かったとしても決して焦らないようにしましょう。

→くせ毛を伸ばしたり白髪を染めたりしたい場合は、パーマ剤や染毛剤の使用に適した十分な長さに髪が伸びてから行うことができます。

頭皮にパーマ剤や染毛剤がなるべく付着しないようにするため、自分で行うのではなく、美容師や理容師に施術してもらうことをお勧めします。

医療用ウィッグ（かつら）紹介



医療用ウィッグとは、抗がん剤治療中の方が一時的に着用するウィッグのことです。医療用途で用いられるため、JIS規格が制定されています。医療用ウィッグの規格では、一般的なファッションウィッグよりも肌に優しい素材が使用されます。

医療用ウィッグに使用される毛材には3つのタイプがあります。それぞれ使い勝手が異なるのでご自身にあったものを選ぶとよいです。ここでは「人毛」「人工毛」「ミックス毛」の特徴を紹介します。

・人毛

人毛を特殊加工しています。自然な見た目が特徴ですが、ほかの素材と比べて価格がやや高くなります。地毛と同じように扱いやすく、パーマやカラーなどのアレンジも可能です。品質を保ち長く使い続けるためには、シャンプーやトリートメントを使用して日々のお手入れを行う必要があります。

・人工毛

合成繊維から作られた人工毛は、低価格で購入できるのが特徴です。扱いやすく、スタイリングが崩れにくいというメリットがあります。一方で、素材によっては熱や摩擦に弱く、耐久性の面でやや注意が必要です。また、合成繊維には独特のテカリがあるため、地毛との質感の違いが気になる場合があります。

・ミックス毛

人毛と人工毛を混合した素材のことです。混合の割合はウィッグの製品により異なります。両者の性質を兼ね備えているため、人毛のように自然な見た目で、ミックス毛のようにスタイリングが崩れにくいのが特徴です。ただし、素材ごとに別の方法でのお手入れが必要な製品もあります。

ケア帽子の商品例



・ ケア帽子

QOL総合研究所



・毛付き帽子

QOL総合研究所



・やさしい帽子

SEVENSON



運転免許の写真撮影時の 帽子やウィッグの使用について



脱毛や手術あとなど、医療上の理由があれば、ウィッグ（かつら）や帽子、スカーフ、バンダナなどの使用が認められます。

【参考】運転免許証の写真に関するがん患者等への配慮について

https://www.npa.go.jp/laws/notification/koutuu/menkyo/menkyo20180615_124.pdf



・ 注意

➤ 顔の輪郭が分かること（個人が識別できること）が重要です。

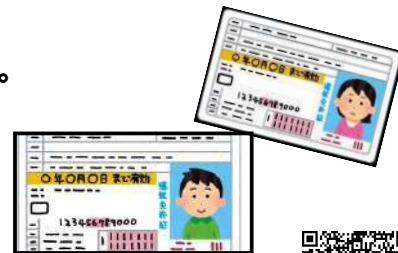
不可）帽子のつばやその影により目が隠れるような帽子

不可）前髪で目が隠れてしまうウィッグ

➤ 特別な製品を使う必要はありません。

➤ 心配な場合は運転免許センターや各警察署にご相談ください。

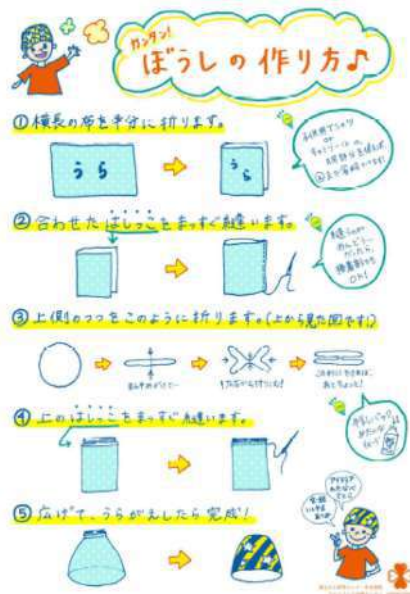
【参考】http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/smph/menkyo/koshin/koshin/koshin02_2.html



**東京医科歯科大学病院内の「和同会医療売店」でも
帽子のお取り扱いをしております。**

手作り「ぼうしの作りかた」

- ・ 脱毛している時に自宅などでかぶるのに使える、簡単な帽子の作りかたのリーフレットです。帽子に使う布地は特別なものでなくてよく、手持ちのタオルや手ぬぐい、子供向けのTシャツなどを切ったものでも作れます。



【引用先】

<https://www.ncc.go.jp/ip/ncch/division/appearance/110/index.html>