

これから頭皮冷却をおこなう患者様へ

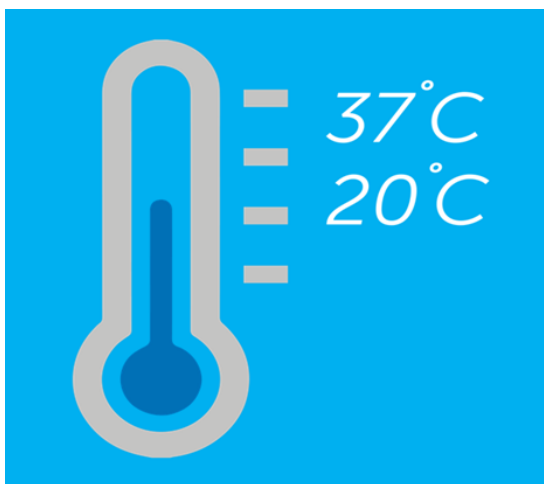
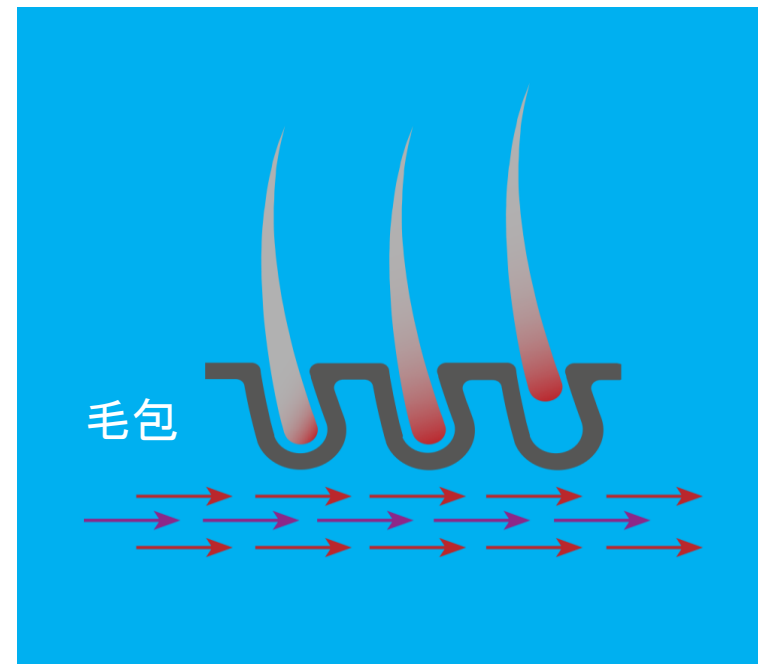


一般的名称:冷却療法用器具及び装置



化学療法を受けると、なぜ脱毛してしまうのでしょうか？

- ❑ 化学療法は体内の急速に分裂するすべての細胞を標的にすることで効果が発揮されます。
- ❑ 毛母細胞は体内で2番目に分裂の速い細胞です。抗がん剤は毛母細胞も標的にしてしまい、脱毛が引き起こされます。
- ❑ 化学療法は毛包(毛の根元)を損傷し、治療の開始から約2週間後に脱毛します。



- ❑ 化学療法が毛包に与えるダメージは頭皮冷却を行うことにより軽減できます。
- ❑ 頭皮冷却により毛包への血流が減少し、脱毛を予防します。または、最小限に抑えることができます。



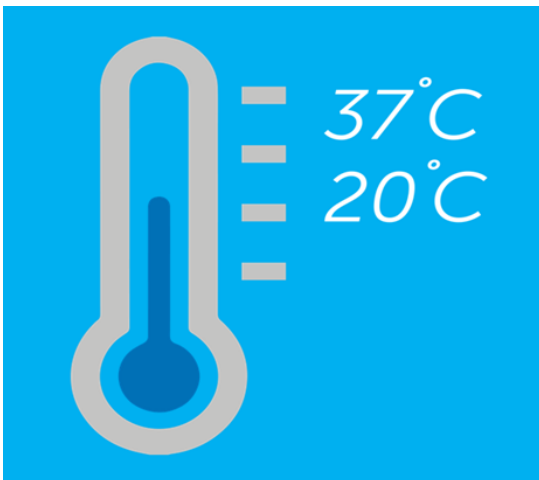
頭皮冷却をすると、なぜ脱毛を抑制できるのでしょうか？

- 頭皮冷却により化学療法が毛包に与えるダメージを減らすことができます。
- 化学療法の前、治療中、治療後に専用の装置とキャップを使い頭皮の温度を下げます。
- これにより毛包の周囲部位への血流が減少し、脱毛を抑制することができます。※効果は患者様によって違いがあります。

投与前
30分

投与中
約60-90分

投与後
≧90分



- 専用の冷却装置の内部にはクーラントと呼ばれる冷却液が入れてあります。
- 約 -4°C に冷却したクーラントをキャップに循環させて継続的に頭皮の温度を約 19°C に冷却します。



頭皮冷却に必要なものは何でしょうか？

□ 冷却前に使うもの



トリートメント
(クリームタイプ)
低刺激なもの

冷却後の頭皮とキャップが
密着しないように事前に塗布します



バスタオル1~2枚

毛髪を湿らす際に肩に掛けます。
冷却後のトリートメントを落とす際も使用します。

□ 冷却中に使うもの



伸縮性のあるヘアバンド
(あまり厚くないもの)

額から耳の下にかけて巻き、痛みによる不快感を予防します。

□ 冷却後に使うもの



帽子やスカーフ

ご帰宅時に使用します。

とても重要です！！

タングルティーザーまたは目の粗い櫛



冷却前に毛髪を整える際と
冷却後のキャップを取り外した後に使います。

毛髪に負荷を掛けないでブラッシングできるように
頭皮冷却専用のものを用意しましょう。



頭皮冷却はどのようにおこなうのでしょうか？

□ 事前準備



霧吹などを使って水やぬるま湯で髪を湿らせます。余分な水分は拭き取ります。



トリートメントを湿った髪に塗布します。(10円玉大)



髪をブラシや手櫛で後ろにとかして、分け目の生え際を露出させます。



額から耳の下を通すようにヘアバンドを巻く。

注意！
耳の下を通す。ずり落ちてくる場合は耳にかかってもよい。
生え際を隠さないように。

額からずり落ちてくる場合は半分に幅を折ってもよい。

□ 頭皮冷却



キャップを装着します。

※装着のイメージ写真のため
ヘアバンドは使用していません。



頭皮冷却を開始します。

□ 頭皮冷却後

しばらく安静にしています。
すぐにキャップを取り外そうとすると毛髪が抜けてしまう場合があります。
立ちくらみがすることもありますので危険です。



頭皮冷却の注意事項は何でしょうか？

投与前の30分間で十分に頭皮を冷却させることが非常に重要です。投与前30分間に中断してしまった場合は、最初からやり直します。



投与中と投与後はお手洗いなどで一時的に冷却を中断することができます。キャップと装置側のラインを取り外します。キャップを付けたままの状態で離れることができます。(離れることができるのは1回 **8分まで**です。)

頭皮冷却後

- ① すぐにキャップを取り外さない！
ストラップを緩めて5分程度経ってから！
- ② 勢いよくキャップを取り外さない！
髪の毛を引っ張らず左右にそっと揺すり取り外します。
- ③ すぐに立ち上がらない！5分位安静に！！
立ちくらみがすることがあります。
- ④ 髪を乾かすときは優しくタオルドライ後、
自然乾燥しましょう。
ドライヤーを使用する場合は冷風にしましょう。
熱風は厳禁です。



頭皮冷却を受けている間に、やっても良いこと、いけないこと

洗髪



- 頭皮冷却をした日は帰宅後に洗髪する
- 頻度は1週間に3回以内にする
- ぬるま湯で洗髪し、洗髪後の髪は頭の上でまとめず、真っ直ぐに伸ばす

髪のお手入れ



- タングルティーザーまたは目の粗い櫛を使って優しく

パーマ・カラー



- × パーマ・カール・カラーリングは禁止
- ※ 毛髪に熱を加えないこと

シャンプー・コンディショナー



- 重要！！ ベビー用のものは製造元で推奨されていないため使用しないこと

ドライヤー



- × 温風・強風での乾燥
- 軽くタオルドライが望ましい。ドライヤーを使用するのであれば冷風による緩やかな乾燥

- 低刺激なもの(無添加・無香料)



髪のお手入れで気を付けることはありますか？

※化学療法終了後も1ヵ月程度は次のケアを継続しましょう。

NG！！（熱などによる頭皮や毛髪へのダメージは避けてください。）

- カラーリング、エクステンション、編み込み、パーマ、カール、縮毛矯正
- 熱風による乾燥、ヘアアイロンの使用
- シャンプー・コンディショナーの後に頭の上で髪をまとめない

気を付けるポイント（刺激を抑える！！）

- ぬるま湯による洗髪
- 刺激の少ないシャンプー・コンディショナーを使用すること（無添加・無香料）
- 洗髪の頻度は週3回以下・髪をまっすぐに伸ばして洗髪すること
- 乾燥させる際は軽くタオルドライで。ドライヤーを使用する際は冷風・弱風にすること
- 定期的に髪をとかすこと
- もつれた髪はシャワーを浴びながら多めのコンディショナーを使用して目の粗い櫛でやさしくゆっくりとブラシをかけること