

# Wir möchten Ihre Fragen beantworten

Wer am Anfang einer Chemotherapie steht, hat viele Fragen und Sorgen, wie sich diese Behandlung auf Körper und Wohlbefinden auswirken wird. An erster Stelle stehen hierbei natürlich die biologischen Abläufe.

Aber auch die ästhetischen Gesichtspunkte spielen eine große Rolle. Fragen wie „Wie wird sich mein Äußeres verändern?“, „Warum verliere ich meine Haare?“, „Wie lange wird es dauern, bis sie wieder nachgewachsen sind?“



Zu einigen Fragen möchten wir Ihnen in dieser Broschüre eine Hilfestellung geben und hoffen, Ihnen zumindest einige Ihrer Ängste und Sorgen nehmen zu können.

Wenn Sie weitere Fragen haben, können Sie gerne einen unverbindlichen Beratungstermin mit uns vereinbaren.

Ihre  
Sigrid Meyer-Seeger.



## GUTSCHEIN

im Wert von **10** Euro\*

\* Wird beim Kauf einer Perücke angerechnet

**FRISUREN-WERKSTATT**  
FRISUREN&PERÜCKEN

Die Frisuren-Werkstatt  
Hunoldstraße 62 c  
26203 Wardenburg - Hundsmühlen I

Tel.: 0441/9558840  
kontakt@frisuren-werkstatt.de  
www.frisuren-werkstatt.de

# Hat sie ...?



Wir sorgen dafür, dass **SIE** entscheiden, wer es weiß.

**FRISUREN-WERKSTATT**  
FRISUREN&PERÜCKEN

## Physiologie

Der Mensch hat ca. 90.000 - 150.000 Haare. Wenn pro Tag mehr als 100 Haare ausfallen, spricht man von Haarausfall.

Es gibt viele Ursachen für Haarausfall: Alter, Hormonumstellung, Mangelzustand, Medikamente. Die häufigste Schädigung durch Medikamente ist die Chemotherapie. Dies liegt daran, dass viele der eingesetzten Medikamente (Zytostatika) vornehmlich auf Zellen wirken, die schnell wachsen und sich häufig teilen. Das sind, neben den Krebszellen, auch körpereigene Zellen der Schleimhäute (z. B. des Mundes, des Magens und des Darms), Blutzellen und die Zellen der Haarfollikel.

Die Medikamente schädigen all jene Haarfollikel, die sich zum Zeitpunkt der Therapie in der Wachstumsphase befinden, ca. 85 Prozent aller Haare. Sie fallen etwa zwei bis vier Wochen nach der Schädigung aus oder brechen nah der Kopfhaut ab. Auf dem Kopf verbleiben nur diejenigen Haare, die sich während der Chemotherapie bereits in der Ruhephase des Haarzyklus befanden. Da die Ruhephase nur zwei bis vier Monate dauert, fallen danach auch diese Haare aus.



## Haarphasen

Wachstumsphase (Anagen) 2-6 Jahre ca. 85%

Übergangsphase (Katagen) 2 Wochen ca. 1%

Ruhe- bzw. Ausfallphase (Telogen) 2-6 Monate ca. 14%

Haarausfall durch Chemotherapie ist eine Form des diffusen Haarausfalls. Die Haare fallen recht gleichmäßig an allen Stellen des behaarten Kopfes aus. Endet die Chemotherapie, wachsen die Haare schon nach wenigen Wochen wieder nach, da sich die Haarfollikel meist recht gut von der Schädigung erholen.

## Tut es weh?

Bei einigen Frauen ist die Kopfhaut kurz vor dem Haarausfall sehr empfindlich. Sie empfinden es als unangenehm oder schmerzhaft das Haar „gegen den Strich“ zu streichen. Dies ist allerdings nur ein kurzer Zeitraum.

## Verliere ich auch andere Körperhaare?

Ob Wimpern, Augenbrauen oder Schamhaare ausfallen, hängt von der Art der Chemotherapie und der individuellen Veranlagung ab.

Sollte die Körperbehaarung betroffen sein, fallen Wimpern und Augenbrauen meist erst etwas später aus, als Kopfhare.

## Was kann ich tun?

Unsere Haut ist unser größtes Organ und zieht sich über unseren ganzen Körper. Jeder hat ein individuelles Pflegebedürfnis, im Allgemeinen steigt es aber während der Chemotherapie an. Dabei sollte die Kopfhaut ebenso wie die Körperhaut gepflegt werden. Bei sehr trockener und empfindlicher Haut und Kopfhaut nimmt man ein Produkt für trockene, feuchtigkeitsarme Haut.

Sie können die Feuchtigkeitspflege, die Sie für den Körper nehmen, auch für die Kopfhaut verwenden. Achten Sie während der Chemotherapie bevorzugt auf Produkte mit natürlichen Inhaltsstoffen.

Die Kopfhaut reagiert empfindlich auf Hitze und Kälte, daher sollten Sie sie ausreichend schützen. Bei Sonneneinstrahlung sollten Sie ein Pflegeprodukt mit hohem Lichtschutzfaktor nehmen.

## TIPP

Besorgen Sie sich Selbstbräuner-Tücher. Nach dem Haarausfall erscheint die Kopfhaut sehr blass. Es fällt ihnen leichter, den Kopf ohne Haare anzunehmen, wenn er etwas mehr Farbe hat.

## Wann wachsen die Haare nach?

Teilweise beginnt das Haar schon während der Chemotherapie nachzuwachsen. Etwa drei Monate nach der letzten Chemotherapie sind die Kopfhare dann meist schon wieder so lang, dass eine Kurzhaarfrisur möglich ist. Durchschnittlich wächst Haar etwa 1cm im Monat. Körperhaare wachsen etwas langsamerbenötigen etwas länger zum Nachwachsen.

Oftmals ist das neu gewachsene Haar etwas gelockt, auch ist die Farbe manchmal etwas verändert. Die Locken verschwinden bei den meisten Patienten, wenn das Haar länger wird bzw. einige Mal geschnitten wurde.

## Haare färben nach der Krebsbehandlung

Jüngsten medizinischen Ratgebern zufolge ist es möglich, die frisch nachgewachsenen Haare zu färben. Allerdings sollten Sie besonders vorsichtig bei der Auswahl der Farbe und der Färbetechnik sein, denn die Kopfhaut und die nachgewachsenen Haare sind sehr empfindlich.

Sprechen Sie vorher mit einem Haarexperten, der die Stärke und den Zustand Ihres Haares beurteilen und spezielle Produkte empfehlen. So kann man z. B. Folientechniken zu verwenden, um den direkten Kontakt von Färbemittel und Kopfhaut zu vermeiden.

Auch über einen längeren Zeitraum sollte der Friseur immer einen Hautsensibilitätstest machen, um allergische Reaktionen auf das Färbemittel auszuschließen.