

Håravfall vid cytostatikabehandling

Behandling med cytostatika kan göra att håret tunnas ut eller helt faller av. Oftast växer håret ut igen efter behandlingen. Då kan håret till en början ha en lite annan kvalitet och färg.

Vanligast är att håret börjar lossna cirka 2 veckor efter att behandlingen startar. Även hår på andra delar av kroppen som ögonbryn, ögonfransar och könshår kan falla av.

Både när du tappar håret och när det växer ut igen kan du känna dig öm i hårbotten.

Håret faller av på grund av att cytostatikan skadar hårets förmåga att förnya sig. De nybildade hårstråna kan bli tunna och gå av lättare. Men all cytostatika orsakar inte håravfall och dessutom kan det vara individuellt hur man reagerar.

Råd vid håravfall

- Tvätta håret med milt schampo och använd en mjuk hårborste.
- Undvik att permanenta, färga eller bleka håret, eller tatuera ögonbrynen.
- Smörj huden på huvudet med mjukgörande kräm.
- Skydda huvudet mot solljus och kyla.
- Ta smärtstillande, till exempel paracetamol, innan du ska ligga ner om du är mycket öm i hårbotten.

Rätten till peruk

Om ditt hår faller av kan du få ersättning för att skaffa en peruk. Om du skaffar peruken innan håret har fallit av är det lättare för perukmakaren att efterlikna din vanliga frisyr. Du kan också använda sjalett, hatt eller mössa i stället för peruk eller ha huvudet kallt.

Vissa regioner erbjuder även ersättning för tupé och möjlighet att lära dig olika sätt att knyta sjalar.

Din kontaktsjuksköterska berättar hur du skaffar peruk och andra hjälpmedel.

► Läs mer på [1177.se](https://www.1177.se). Sök på Praktiskt stöd vid cancer.