

Hår

Det kan hända att cytostatika eller strålning gör så att håret tunnare ut eller faller av helt. Det händer vanligtvis cirka två veckor efter att behandlingen har startat. Håret växer oftast ut igen. Då kan det först ha en lite annan färg och kvalitet. Även ögonbryn, ögonfransar, könshår och hår på andra ställen kan falla av. Det är normalt att bli öm i hårbotten när du tappar håret och när det är på väg att växa ut igen. Smörj huden på huvudet med mjukgörande kräm.

Peruker

Du har rätt till ersättning från landstinget för peruk och lösögonfransar. Bidraget är olika stort i olika landsting. Stockholms län ersätter en årlig kostnad på högst 5000 kronor inklusive moms. Då ingår hårsättning, utprovning och inklippning. En peruk av naturhår är dyrare än en av konstfiber. Räcker inte bidraget får du betala mellanskillnaden själv. Prata med din kontaktsjuksköterska eller läkare om du vill ha peruk. På 1177 Vårdguiden kan du söka på "Praktiskt stöd vid cancer" på den sidan hittar du en lista på salonger som har avtal med Stockholms läns landsting. Bor du på Gotland pratar du med din kontaktsjuksköterska.

Skydda huvudet

Alla vill inte ha peruk men tänk på att skydda huvudet mot solljus och kyla. Du kan använda mössa, keps, sjal eller buff som är ett tubformat tygstycke som du kan använda på olika sätt på huvudet.

Vid de sjukhus som ger cytostatikabehandling kan du gå på hudvårds- och makeupkurser för personer med cancer. Du kan även få lära dig olika sätt att knyta sjalar. Fråga din kontaktsjuksköterska var du kan delta i en kurs om det inte anordnas någon på det sjukhus där du får vård.