



本日のもくじ

- ❖ **がん治療に伴う脱毛について**
国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス 脱毛についてのページを使って、脱毛とそのケアについて考えます。
- ❖ **事例紹介**
- ❖ **薬剤師さんへ、患者さんから伝言を預かりました**

自己紹介

- ❖ 株式会社PEER
静岡県浜松市浜北区染地台1丁目43-41
2003年創業 従業員数7名



- ❖ 佐藤真琴
静岡県浜松市出身 看護師



- ❖ ピアは、患者さんの「困りごと」を減らします。



国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス
一般の方へ> がんにつき合う> 様々な症状への対応> 脱毛

<http://ganjoho.jp/public/support/condition/alopecia.html>

引用元：国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス
一般の方へ>がんにつき合う>様々な症状への対応>脱毛
<http://ganjoho.jp/public/support/condition/alopecia.html>

1. 脱毛とは

脱毛とは、毛組織の栄養障害、あるいはそれに類する何らかの障害が発生し、発毛の機能が一時的に、または永久的に失われることにより生じる現象をいいます。

ここでは、がんの治療の副作用としておこる脱毛についてお話しします。できれば脱毛がおこらないほうがよいのですが、脱毛を予防する確実な方法は今のところないといわれています。そこで、なぜ脱毛をきたす放射線治療や抗がん剤治療を行う必要があるかを理解することが大切です。

脱毛はがんによる症状の悪化でも、新たな病気の出現でもなく、単に放射線治療や抗がん剤治療による一時的な副作用なので、症状がよくなり治療が終われば必ず回復します。したがって、脱毛がおこることを前提にどうしたら脱毛量を減少できるかを考えたり、容姿をどのような方法でカバーするかなどの工夫をしていくことが大切です。脱毛予防について新しい観点からの研究も進んでおり、今後の進展が期待されています。

脱毛を確実に防ぐ方法は無いが、研究されています。
一時的な脱毛で、治療終了後には髪が生えてきます。

引用元：日経BP「がんナビ」2010年6月28日ニュース
<http://medical.nikkeibp.co.jp/leaf/all/gakkai/sp/jbcs2010/201006/515759.html&cnavi=1>

しかし、中には髪が元通り生えてこない方もいます。

2010. 6. 28 乳癌で化学療法を受けた患者の約半数で脱・後の 髪質が変化【乳癌学会2010】

森下紀代美＝医学ライター

乳癌で化学療法を受けた患者へのアンケート調査の結果、化学療法による一時的な脱毛の後、持続的な髪質の変化を認めた患者は半数以上に上り、化学療法終了から2年以上が経過してもかつらを外せない患者も存在することがわかった。6月24、25日に札幌市で開催された第18回日本乳癌学会学術総会で、独立行政法人国立病院機構仙台医療センター乳腺外科の渡倉有希子氏が発表した。

統計は取っておらず実感値ですが、1割くらいの患者が2年経過後も髪の毛が元に戻らず、何らかの工夫を必要としています。生え際の髪が生えてこない方、髪にクセが残る方は比較的好く見られ、投薬期間が長くなるほどその割合は高くなります。

(ただし、これはヘアスタイルなどで工夫ができる程度です。)

引用元：国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス
一般の方へ> がんとつき合う> 様々な症状への対応> 脱毛
<http://ganjoho.jp/public/support/condition/alopecia.html>

2. 治療方法によって異なる脱毛

1) 放射線治療による脱毛

放射線を頭に照射した場合には頭の毛は抜けますが、頭以外の毛は抜けません。このように放射線による脱毛は、照射した部位だけ脱毛がおきます。放射線は、がん細胞にダメージを与えると同時に正常な皮膚の細胞に対しても、影響を及ぼします。照射を受けた部位の皮膚が皮膚炎をおこし、その程度がひどいと毛根まで影響が及び、通常治療開始2～3週間より脱毛がはじまります。しかし、放射線治療が終了し、皮膚の炎症がおさまってくると、もともと持っている人間の細胞の増殖によって、正常な皮膚が復活し、毛根も発毛の準備が整います。個人差と毛根の障害の程度にもよりますが、治療終了後、2～3ヶ月で毛が生えはじめます。

照射部位がきれいに治らず、生えてこなかった事例もあります。
一般的には一時的な脱毛で、その後生えてきています。
時々、毛根の形の変化から後天的な「くせ毛」になる場合があります。

引用元：国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス
一般の方へ> がんとつき合う> 様々な症状への対応> 脱毛
<http://ganjoho.jp/public/support/condition/alopecia.html>

2) 抗がん剤治療による脱毛

抗がん剤による脱毛がなぜおきるのかは判明していませんが、抗がん剤により毛根が障害を受ける結果おこると考えられます。抗がん剤治療は全身の治療です。そのため、体毛全体に影響を及ぼします。しかし、毛根が完全に障害されてなくなることはないため、抗がん剤による脱毛は一時的なものです。通常1～3週間で抜けはじめます。治療が終わると1～2ヶ月で再生がはじまり、3～6ヶ月でほとんど回復しますが、個人差、治療の組み合わせにより異なります。また、脱毛は薬の種類によってその影響が異なります。脱毛をおこしやすい抗がん剤として主にアドリアマイシン、エトポシド、ファルモルピシン、イフォスファミド、サイクロホスファミド、ビンクリスチン、ブレオマイシン、メソトレキセート、ビンデシン、シスプラチン、パクリタキセルなどがあります。

脱毛を確実に防ぐ方法は無いが、研究されています。
一時的な脱毛で、治療終了後には髪が生えてきます。
脱毛の発現率は、薬剤の添付文書に記載されています。

引用元：国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス
一般の方へ>がんにつき合う>様々な症状への対応>脱毛
<http://ganjoho.jp/public/support/condition/alopecia.html>

3) 脱毛した時の手入れ法

個人差はありますが、化学療法開始時から2週目ごろに抜けはじめ、その後抜けはじめる
と1～2週間くらいでかなりの量が抜けてしまいます。脱毛は髪を洗ったり、とかしたり
した時に多く、朝起きると抜けた毛が枕のまわりについているのが目立ちます。髪の毛が
抜けた場合、短い髪のほうが始末が簡単のように感じますから、思い切って短くしてしま
うのもよいかもしれません。衣類や枕のまわりについている髪の毛は、ガムテープなどを
使用すると簡単にとることができます。キャップをかぶって寝るとまわりに髪の毛が落ち
ることもなく、脱毛による不快感を多少軽減できるようです。

治療開始¹⁴日目くらい～脱毛が始まります。

抜け始めると¹～²週間でほとんどの髪が抜け落ちます。

短くすると楽ですが、ウィッグなどの髪型を考慮して

カットします。脱毛時期は帽子を使ったり、髪を束ねて

おくと、脱毛の不快感を軽減できます。

脱毛前に髪を短くする際の注意点

■ 短くしすぎない

— 短い髪が抜けて枕や服に刺さる

— 排水溝に詰まる

— かつらの髪型が選べなくなる

■ 傷を付けない

— バリカンやはさみで頭皮を傷つけないように

★長い髪は束ねると、髪が散らばりません。

★一旦短くして、かつらの髪が長いと不自然です。

★抗がん剤治療¹回目の辛い時期は、髪の毛は抜けません。

無理にこの時期からかつらにする必要はありません。

引用元：国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス
一般の方へ> がんにつき合う> 様々な症状への対応> 脱毛

<http://ganjoho.jp/public/support/condition/alopecia.html>

(1)洗髪

頭皮を傷つけないように爪は短く切っておきましょう。

1. 頭部に放射線治療を受けている方

放射線治療中は皮膚が過敏で傷つきやすい状態です。万が一傷ついた場合、治り

引用元：国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス
一般の方へ> がんにつき合う> 様々な症状への対応> 脱毛

<http://ganjoho.jp/public/support/condition/alopecia.html>

(2)整髪

髪をとかすと抜けるのが早いからといってとかさない人がいますが、髪がもつれてからみまみますので、注意してとかし、傷をつくらないようにしましょう。また、ブラシは毛のやわらかいものを使用しましょう。特に頭部に放射線治療を受けている方は、地肌が非常に弱くなっているため、地肌に触れないように静かにとかしましょう。

怖くてブラッシングできない、洗えない、と数日間髪を梳かさず洗わず過ごす方がいます。数日たち思い切って洗髪すると、髪がたわしのように絡まってしまふことがあります。こうして来店する患者さんの髪を根元から切ると、広範囲の発赤や発疹が見られます。事前に普通に今まで通り洗髪して清潔を保つように、指導が必要です。また、絡まったときは無理に引っ張らず、根元から切るしか方法はありません。

(
い
)
折
畳
—
酉
と
し
て
方
伝
も
—

(4)かつらなど

必ず必要というものではありません。外観上容姿を整えるという点から、かつらを用意している方がいます。工作上必要だったり、個人的にどうしてもかつらが必要という方はあらかじめ用意されたほうがよいでしょう。かつらは高額なものから手ごるなものまでいろいろあります。購入する場合は、一時的に使用することを考慮して、かつらを扱っている病院の売店や美容院、デパートなどの売場で相談するとよいでしょう。かつらの他にスカーフ・帽子などを利用する方もいます。人によって抜け方が違うので、個人の選択に任されています。ただし、頭部に放射線治療を受ける方の場合、地肌を傷つけたり、蒸れたりしないよう、タオル地などのやわらかい素材のキャップのほうがよいでしょう。

かつらは、絶対に必要なものではありません。カバー方法は他にもあります。事前に用意しても使わない方もいます。脱毛する前に、自分の住むエリアで「場所・品物・価格・購入方法・製作日数・場所の雰囲気」を調べておき、必要になったら購入してはどうでしょうか。

また、作った後のフォローや、生えてきた髪の毛の毛のカットについても、情報が必要です。一般の美容室でも、生えてきた髪の毛のフォローは可能です。

不安なので事前に作りたい、という方には事前に作ることも可能です。

■ 帽子と併用する「つけ毛」

頭頂部はメッシュ素材
通気性がよく、涼しく、軽い。
価格は大体1万円前後。



フチのみ髪がついています。
帽子を併用する商品です。



好きな帽子と組み合わせます。
野球帽など、帽子に大きな穴が
空いているものは使えません。

外出機会が少なく帽子が使える環境ならば、このつけ毛がとても便利です。

■ 常に必要な「帽子」

脱毛開始時から常に必要な帽子は、室内用と外出用を用意します。
最初は、室内用2枚程度、外出用（通院用）1枚があれば十分です。



室内向き

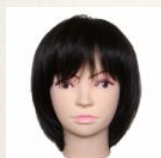
室外向き

室内用は素肌に使うので、洗える物を選びます。
できるだけ、好きな色やデザインを選んでください。
慣れない人には、中間色のふんわりするデザインを勧めています。

迷う方には、必要な時に買い足してはどうか？と声をかけています。

■ウィッグ

ウィッグは必要な時に作ります。あらかじめ作っておく場合は、調整ができるように、少し長めのスタイルに仕上げます。
また、脱毛後は頭のサイズが変わるので、縫い縮めるなど調整が必要。



一番使いやすく人気があるショートボブ。パーマをかけることも出来ます。



年配の方は少しパーマをかけたスタイルが人気。



このくらいの長さがあると髪を束ねる事が出来ます。束ねる場合は、後れ毛をカットで作ります。



学生さんにはロングが人気。自然な黒色にカラーします。

ウィッグ選びのポイント

- ❖ **できるだけ脱毛する前に近いスタイルを選ぶ。**
目が慣れやすく、変化を受け入れやすい。
- ❖ **自毛より短くするのはよい。**
→ケアも楽。お値段も安くなる場合がある。
- ❖ **自毛より長くするのは不自然。**
→扱いも面倒になり、再カットすることが多い。
- ❖ **後で決められることは、後で考える。**
→切ったら伸びない、気分も変わる。
→脱毛後使ってみてわかることもある。

よくあるご相談

ウィッグを使い始めてから出てくる質問

- ❖ カット・パーマ・カラーなどヘアスタイルに関すること
- ❖ ウィッグの修理・増毛・サイズ調整
- ❖ 入学式・卒業式・七五三・結婚式向けセット
- ❖ 生えてきた髪の色・カットやウィッグの調整



カット



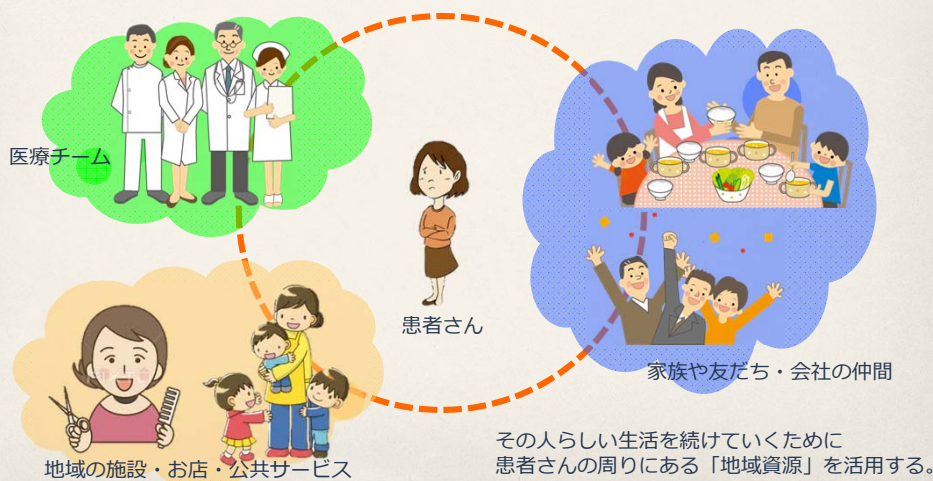
パーマ



カット

治療中も暮らしやすい地域へ

病気がなければ続いていた日常を、いかに継続できるか。



薬剤師さんへ、質問を集めました。

薬剤師さんに聞きたい、言いたいことはありますか？と一般の方に聞いてきました。

薬剤師さんに何を聞いていいのかわからないんです。

50代女性、現在乳がん治療のため3週間毎に通院中。
何でも聞いて下さいね、と言ってくれるのですが、何を聞いたら良いのかわからないのです。薬剤師さんの守備範囲がよくわからない。薬そのもののことを聞く時は薬剤師さん？何を聞いたらいいですか？

調剤薬局で再び症状の説明をする理由。

40代女性、がん患者ではありません。調剤薬局でお薬をもらうときに、なぜ改めて受診した症状や受けた検査、先生の説明について薬剤師さんは質問するのでしょうか。調子が悪いときにまた最初から説明するのは辛いです。理由があるのですか。そういう理由について、私たちが知る機会はほとんどありません。元気なときに聞いてみたいです。受診時は辛いから、そのときに説明されても多分耳に入らないんです。

調剤薬局の薬剤師さんに栄養ドリンクをすすめられるのですが、薬とのバランスで勧めてくれているの？

60代女性、がん治療は終了しましたが、心臓の薬を飲んでいきます。調剤薬局でお薬をもらうときに、栄養ドリンクを勧めてくれます。薬と一緒に飲んだ方が良い物なのかと思って、買って飲んでいきます。特に効果はわからないのですが、なんとなくお断りできずに買っています。どうして勧めてくれるの？と聞き辛くて毎回買っています。
