

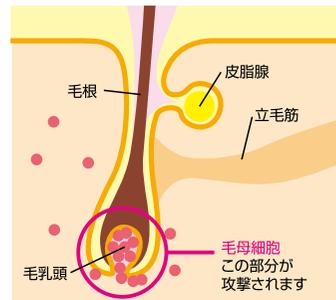
脱毛のしくみ

広島大学病院乳腺外科講師 角舎学行

抗がん剤には様々な副作用がありますが、女性にとって最もつらい副作用は、髪が抜けることではないでしょうか。ここでは、抗がん剤による脱毛のしくみについて簡単にご説明します。

どうして脱毛するのでしょうか

抗がん剤は、がん細胞だけではなく増殖スピードの早い正常な細胞にもダメージを与えます。増殖の早い細胞の一つが髪の毛の根元にある毛母細胞なのです。



脱毛が始まったらどうしたらいいのでしょうか

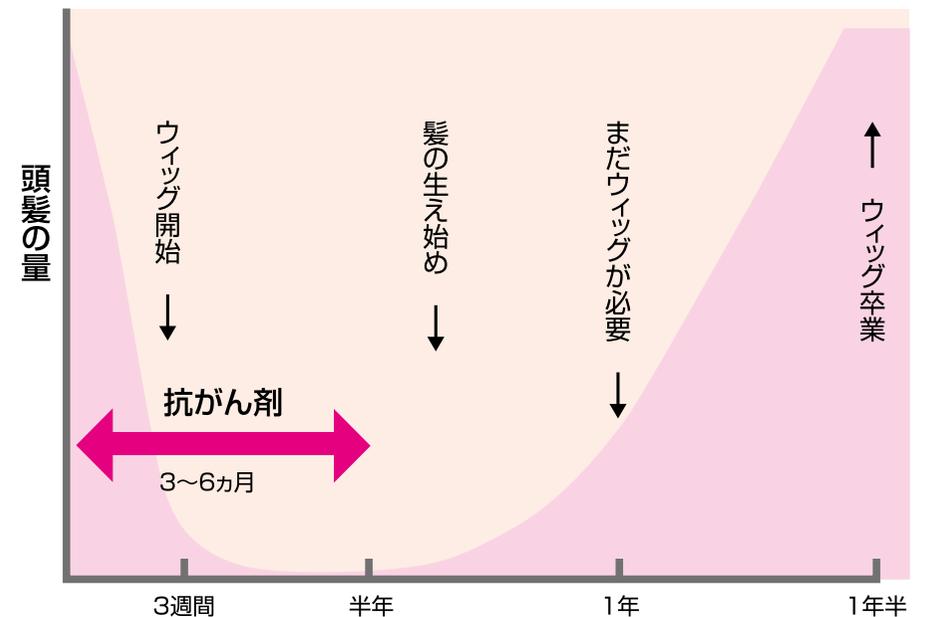
短い髪の方が手入れやすく、元の髪型に戻るまでの期間も短いので脱毛前に短くカットすることをお勧めします。脱毛した頭皮は傷つきやすいので、柔らかい毛のブラシを使い、刺激の少ない弱酸性のシャンプーで優しく洗ってください。パーマやカラーリングは刺激が強く、髪や頭皮を傷つける原因にもなるので、脱毛中は避けましょう。髪が抜け始めたときの外出は、抜け毛が目立つ白色や単色系ではなく、濃い色の服装がお勧めです。

また、室内でもバンダナやタオル帽子などを着用すると、抜け毛の掃除が楽です。コロコロクリーナーやガムテープを使って掃除をするのもよいでしょう。

どれくらいで脱毛がはじまるのでしょうか

通常、抗がん剤を開始して2～3週目に脱毛が始まります。脱毛開始時に、頭皮に軽い痛みを感じることもあるようです。抜けるスピードや程度は、薬の種類や体質によってかなり個人差があり、一気に抜けてしまうこともあれば、徐々に薄くなっていくという場合もあります。また、脱毛は頭髪だけでなく、眉毛、まつ毛、鼻毛など全身の体毛にも起こります。

抗がん剤開始から髪が生えそろうまでの流れ(乳がんの例)



抗がん剤の期間は人それぞれですが、治療が終了すると約2～3ヵ月で発毛が始まります。しかし、生え始めの髪や頭皮はデリケートなので、気を付けてケアしてください。個人差もありますが、髪の毛が生えそろうウィッグを取るまでには、治療終了後、約1年かかります、つまり、患者さんとウィッグとの付き合いは約1年以上にもなります。ウィッグは長い期間一緒に過ごすパートナーなので、じっくり選んで大事に扱ってください。

記事担当:角舎