

Håravfall

Håravfall vid cytostatikabehandling

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

Vanligast är att håret börjar lossna cirka två veckor efter att behandlingen startar. Även hår på andra delar av kroppen som till exempel 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 vid viss cytostatikabehandling på grund av att cytostatikan skadar hårets förmåga att förnya sig. De nybildade hårstråna blir mycket tunna och går lätt av. All cytostatika orsakar inte håravfall och dessutom kan det vara individuellt hur man reagerar. Många gånger blir håret bara lite tunnare.

Håravfall vid strålbehandling

Strålbehandling påverkar endast hårtillväxten inom just det område som strålas. Om håret påverkas brukar detta märkas efter några veckors behandling. Hög stråldos kan göra att håret försvinner helt och inte kan växa ut igen.

Egenvård vid håravfall

- Tvätta med mildt schampo, använd en mjuk hårborste och undvik att permanenta, färga eller bleka håret för att eventuellt kunna dämpa håravfallet.
- Smörj huden på huvudet med mjukgörande kräm.
- Skydda huvudet mot solljus och kyla.
- Ta smärtstillande till exempel paracetamol om du är mycket öm i hårbotten innan du ska ligga ner.

Rätten till peruk

Om ditt hår faller av kan du få ersättning för att införskaffa en peruk. Om du skaffar peruk innan håret 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.

Du kan även få ersättning för tupé, ögonbryn och ögonfransar. Du kan även få lära dig olika sätt att knyta sjalar.

Du får information av din kontaktsjuksköterska om hur du skaffar peruk och andra hjälpmedel.

► [Läs mer om rätten till peruk på 1177.se](https://www.1177.se). Sök på Praktiskt stöd.