

さま



頭皮冷却法とは

抗がん剤治療中に生じる「脱毛」を軽減するための治療法の一つです

殺細胞性抗がん剤を投与する場合、抗がん剤投与前から終了後までの間、特別に設計された冷却キャップを頭皮に装着し、頭皮の表面温度を下げることで、抗がん剤の毛髪への影響を減らし、脱毛を抑制します

●効果

頭皮冷却法の平均的な効果として、脱毛量が50%程度となり、発毛時の髪の毛が治療前の毛質に近い状態であったり、生えそろうまでの期間が短縮されることが確認されています

(抗がん剤の種類や組み合わせ、個人によって差があります)

●副作用

頭皮冷却法の副作用として、以下の内容が挙げられます

- ・頭皮冷却による寒気や頭痛
- ・キャップカバーの締め付けによる顎の痛み
- ・吐き気
- ・冷却キャップのゴム臭による不快感

<頭皮冷却実施の有無による発毛時期・髪質の違い>

	頭皮冷却法なし	頭皮冷却法あり
脱毛の始まり	抗がん剤の投与後2～3週間後	
発毛の時期	抗がん剤終了後、3～6か月	抗がん剤終了後、1～2か月
髪の伸びる速さ	一般的に1か月に1cm伸びると言われています	
再発毛の髪質	細くなったり うねりが出たりすることが多い	元の髪質と あまり変わらないことが多い
生えそろう時期	最低でも2年程度 一部、永久脱毛になることもある	6か月～1年程度

頭皮冷却を受けられる方へ

主治医／担当医

受け持ち看護師

2021年8月27日 作成
2024年8月2日 改定

頭皮冷却をしながら抗がん剤治療を受けられる方へ

□入院期間について

頭皮冷却は、毎回入院して行います
(初回治療時9日間、2クール目以降3日間)

□頭皮冷却時間について

頭皮冷却は、点滴を始める30分(初回治療時は40分)以上前から開始し、点滴終了(針を抜いた)後90分まで行う予定です

□費用について

物品の購入費用(キャップ代+諸々の物品代)および入院毎の費用(通常の入院治療費+頭皮冷却対応費)がかかります
※頭皮冷却法は保険外診療であり、頭皮冷却に関わる費用(物品の購入費、頭皮冷却対応費)は全額自己負担です

このパンフレットは入院当日にお持ちください

※メーカー作成パンフレットと合わせてご確認ください



必要物品と事前準備について

事前に外来でキャップのサイズ測定を行います
あなたのキャップサイズは、（ S ・ M ・ L ） です

～治療当日までに準備していただきたいもの～

【病院で購入するもの】

- ・ 洗い流さないトリートメント 1本
- ・ キャップ・キャップカバー

※使用3日前までに「くろ～ば～」で購入手続きを行ってください
開封後は返品できませんので、治療法が決定してから開封しましょう

【病院で購入可能なもの】

- ・ 目の粗いクシ・コーム等 1本
- ・ 薄めのヘアバンド（幅3cm程度） 1本（必要な方のみ）

【ご自身で準備するもの】

- ・ フェイスタオル（首にかける用） 1枚
- ・ 防寒具：靴下、ストール、袖のないタイプの衣服（ダウンベストなど）
- ・ コップ、曲がるストローまたはペットボトル

～治療前の注意点～

□頭皮をしっかりと冷却するため、髪の毛のボリューム量（特にトップ）を少なくしておきましょう

※事前のヘアカットや頭髪の準備に関するご相談は、院内の美容室（こもれび）でも対応できます

□治療後、抜け毛の処理がしやすいため、髪を短めに切っておきましょう

□頭皮冷却による脱毛予防効果は、治療薬や個人によって異なります
仕事などで急ぐ場合を除き、ウィッグの購入は2クール目以降に検討しましょう



今日の目標

- 頭皮冷却に必要な物品の準備ができる
- 医療スタッフの説明が理解できる

【入院後に以下のことを予定しています】

- 頭皮の確認、頭部の写真撮影
（初回入院時、各抗がん剤最終治療入院時）
- 「くろ～ば～」で注文した商品を受け取ったら、破損の有無を確認しましょう（※開封後の返却はできません）
- 看護師と一緒に頭皮冷却に必要な物品の確認をしましょう
- 治療用パンフレットをお渡しします
- 治療当日のスケジュール（頭皮冷却の流れ・時間）の説明をします
- 可能な範囲で、実際にキャップを装着してみましよう
- キャップ装着時の違和感や圧迫感がないか、点滴中の過ごし方について確認しましょう

わからないことやもう少し詳しく聞きたいことなどがありましたら、遠慮なくお尋ねください



<治療当日のシャワー（洗髪）について>

- 安全のため、頭皮冷却終了後1～2時間経ってからシャワー浴ができます
看護師と相談して、シャワーの予約を取りましよう
- 院内美容室でのシャンプーを希望される方は事前にご自身で予約をお願いします

医療スタッフの目標

- 安心して治療が受けられるよう支援します





今日の目標

- 頭皮冷却による苦痛なく、治療を受けることができる

- 看護師と一緒に、必要物品の確認をします
テーブルの上に準備しておきましょう

【点滴開始前】

- 頭皮冷却は、点滴開始30分以上前から始めます
- 頭皮冷却装置はベッド頭元左側に準備します
※ベッドや椅子の位置を移動する場合があります
※頭皮冷却装置の電源を入れている間は、振動音がします
- 頭皮冷却開始前にトイレをお済ませください
- 靴下などの防寒具をご使用ください
- 病院の電気毛布を使用することもできますので、ご希望の際は看護師にお知らせください

- 以下の手順で頭皮冷却を始めます
 - ①肩にフェイスタオルをかけ、髪をクシでとкаします
 - ②看護師が霧吹きで髪全体を濡らし、余分な水分を拭き取ります
 - ③髪の表面にトリートメントをつけます
※頭痛予防として、ヘアバンドを使用する場合があります
 - ④キャップとキャップカバーをつけます
※ハンカチを使って、顎を保護する場合があります
 - ⑤頭皮冷却を開始します

- 頭皮冷却開始後、点滴前にトイレ等で冷却を中断した場合は、改めて30分冷却した後、点滴をする予定です
- 頭皮冷却中も接続チューブが届く範囲で動くことができます
- 点滴する側の腕は、布団の中に入れて温めておきましょう

【点滴中～点滴終了後】

- 頭皮冷却しながら点滴治療を行います
- 頭皮冷却は、点滴終了後90分が経過するまで続けます
- 冷却終了後、5分程してからキャップを外します
- キャップを外した後、頭をフェイスタオルで軽く拭きます
- 使用したキャップに付着したトリートメントは、看護師が軽く拭きます
- 使用したキャップとキャップカバーは、翌日まで陰干しをしましょう
※キャップの洗浄は、退院後ご自宅で行ってください

- 途中で冷却できていないと感じる場合や頭皮冷却装置の画面が消えたり赤くなったりしている場合、また、締め付けが強く苦しいと感じる場合は看護師までお知らせください
- トイレの際は看護師が付き添いますので、必ずナースコールを押ししてください
- 歩行時、特に起き上がりや立ち上がりの際は立ちくらみなどの貧血様症状に注意しましょう
- 頭皮冷却中断時間は、極力短い時間が望ましいですがトイレの際は慌てず動くようにしましょう

頭皮冷却中もトイレに行くことができます
遠慮せず看護師に伝えてください



<頭皮冷却後の洗髪について>

- 治療当日に髪の毛に付着したトリートメントを洗い流しましょう
「頭皮・頭髪のお手入れについて」のページをご確認ください
- 院内の美容室を利用する場合は、予約時間を看護師にお伝えください
- 体調によって、当日のシャワーを控えていただく場合があります

医療スタッフの目標

- 確実な頭皮冷却の実施に努めます
- 不快症状の早期発見、対応に努めます





今日の目標

- ・退院後の日常生活についてイメージできる
- ・脱毛時の対応について理解できる

- ・治療当日にシャワー（洗髪）できていない場合は、早めにシャワーの予約を取ってトリートメントを洗い流しましょう
- ・看護師が頭皮の状態を確認します
頭皮に痛みやかゆみを感じる場合は、看護師にお知らせください
- ・治療2日目：脱毛について説明します
「がん化学療法を受けられる方へ」のパンフレット参照
- ・看護師と一緒に、退院後の生活に合わせたウィッグや帽子の種類、購入のタイミングについて考えましょう

<頭皮冷却を中止・中断する場合>

- ・頭皮冷却の中止・中断を希望される場合は、医療スタッフにお伝えください（入院中は病棟看護師、退院後はがん相談支援センター）
- ・次回から、治療は外来通院治療室にて行います
- ・入院中に通院治療室の見学をしましょう
- ・通院治療室については、治療用パンフレットの「外来で抗がん剤点滴治療を受けられる方へ」のページをご確認ください

医療スタッフの目標

- ・治療後の日常生活に不安や心配ごとがないよう支援します



頭皮・頭髪のお手入れについて

●清潔

- 頭皮は、清潔に保てるように意識しましょう
治療前と同じ頻度で洗髪していただいてもかまいません
- シャンプーやリンスは特別なものは必要ありません
治療前から使用していたものを使ってみましょう
頭皮に痛みやかゆみを生じた場合は変更しましょう
- 髪が絡まないよう、目の粗いクシで軽くブラッシングしましょう
- 洗髪時は、頭皮を優しく洗いましょう
刺激が気になる方は、シャンプーを手のひらで泡立ててから髪に乗せ
手ぐしで、上から下に髪をとかすように洗いましょう
- 脱毛後は、頭皮が乾燥しやすいので、帽子をかぶったり
保湿ローションを使用するなどして、保湿を心がけましょう



●その他

- 頭皮に違和感や痛みが生じた場合は、次回来院時に医療スタッフにお伝えください
※脱毛時には頭皮が「ピリピリする」「痛い」と感じる場合があります



頭皮冷却を中止・中断する場合は、
がん相談支援センターにご連絡ください

◆四国がんセンターの連絡先◆

【平日】 8：30～17：15
四国がんセンター がん相談支援センター
(直通番号) 089-999-1114

頭皮冷却を受けられる方へ