



PATIENTEN-INFO-BRIEF

RUND UM'S THEMA HAARAUFSFALL

AUS DER SERIE: IHR WEG DURCH DIE CHEMOTHERAPIE

Liebe Leserinnen und Leser,

fragt man Betroffene, welche Nebenwirkung der Chemotherapie sie am meisten fürchten, wird fast immer der Haarausfall genannt. Geht es Ihnen auch so?



Kristina Umlauf,
Fachberaterin für
Perücken und Kosmetik

Haarausfall ist verständlicherweise schmerzlich, muss aber nicht zwangsläufig einen Verlust Ihrer Lebensqualität bedeuten. Es gibt Mittel und Wege, dem Haarausfall zu begegnen, zumal er ja in den meisten Fällen nur von begrenzter Dauer ist.

Der Gedanke an den Verlust der Haare ist im ersten Moment kaum zu ertragen. Denn schöne Haare sehen nicht nur gut aus, sondern sind für uns auch indirektes Zeichen für Gesundheit und Wohlbefinden. Denken wir an Chemotherapie, fallen uns sofort Menschen ein, denen wir schon aus 10 Metern Entfernung ansehen, dass sie eine Perücke tragen. Und wir denken uns dann meist: Sollte mir das passieren, laufe ich bestimmt nicht so herum – dann lieber ganz ohne Haare! Jetzt soll es uns auch so gehen? Die Vorstellung lässt uns erstarren. Wir sacken innerlich zusammen – wie sollen wir die Zeit überstehen?

Den meisten Betroffenen ist es wichtig, dass die Krankheit nicht für jeden sofort sichtbar wird. Ob Nachbarn, Bekannte oder die Kassiererin aus dem Supermarkt – nicht alle brauchen zu wissen, was los

ist. Die ständigen fragenden oder mitleidigen Blicke wollen wir nicht täglich spüren und auch nicht ständig auf die Krankheit angesprochen werden. Am besten, wir machen uns unsichtbar – für eine längere Zeit ...

Ist das die Lösung? Nein, sicher nicht! Denn: Wenn wir uns abkapseln und nicht mehr am öffentlichen Leben teilnehmen, liefern wir uns der Krankheit schutzlos aus. Wir sitzen zu Hause, grübeln und fühlen uns mutlos und leer. Sagen Sie deshalb „Ja“ zum Leben und seien Sie aktiv, um Ihren Heilungsprozess zu unterstützen!

Wie kommt es eigentlich zum Haarausfall?

Krebszellen wachsen und vermehren sich unkontrolliert. Dadurch entsteht ein Tumor. Ein wirksamer Weg, den Tumor zu bekämpfen, ist die Chemotherapie. Die dabei eingesetzten Medikamente zerstören neben den Tumorzellen aber auch andere Zellen, die sich oft und schnell teilen: zum Beispiel Schleimhautzellen oder Haarzellen. Deshalb verlieren Patientinnen und Patienten, die eine Chemotherapie erhalten, oftmals auch ihre Haare. Dies geschieht ca. 2–4 Wochen nach Beginn der Behandlung.

Hier ein kleiner Tipp:

Die Haut ist die „Klimaanlage“ unseres Körpers: Wenn wir schwitzen, entweichen die Giftstoffe der Medikamente, was die Kopfhaut zusätzlich belastet. Daher ist es sinnvoll, der Kopfhaut besondere Beachtung zu schenken. Reinigen und pflegen Sie sie wie Ihr Gesicht. Eine entspannte Kopfhaut trägt sehr zum persönlichen Wohlfühl bei.





Ob die Haare komplett oder nur teilweise ausfallen, hängt von Stärke, Dauer und Dosis der Chemotherapie ab. Etwa 4 Wochen nach dem letzten Chemotherapie-Zyklus beginnen die Haare langsam wieder zu wachsen, etwa einen Zentimeter pro Monat.

Perücke und Lebensqualität

Die Patientinnen und Patienten haben mit einer Perücke ein besseres Lebensgefühl, das ihren Willen stärkt, wieder gesund zu werden. Denn ihnen lächelt morgens ein vertrautes, nicht auf den ersten Blick durch die Krankheit gezeichnetes Gesicht aus

Die richtige Perücke

Die richtige Perücke ist aus hochwertigem Kunsthaar, dem Echthaar täuschend ähnlich, und sehr pflegeleicht. Das Wichtige ist jedoch der Unterbau: ein feinstes Band aus hautähnlichem Material, das sich durch die Körperwärme auf der Kopfhaut fixiert. Dadurch liegt die Perücke rutschfest und perfekt am Kopf an. Dies ist der Unterschied zur normalen Perücke, die nicht unbedingt für einen haarlosen Kopf ausgerichtet ist, sondern meist auf das Haupthaar aufgesetzt wird.

Durch die Rutschfestigkeit und die Knüpftchnik, mit der die Perücke gefertigt wurde, können die Menschen in unserem Umfeld nicht mehr erkennen, ob es sich um eine Perücke oder um die eigenen Haare handelt. Also: Keine Angst mehr vor unbedachten Bewegungen oder einem Windstoß! Sie können sich uneingeschränkt bewegen, ob Sie nun tanzen, schlafen oder spazieren gehen. Jetzt ist es Ihre Frisur, Ihre Form, Ihre Farbe, einfach Ihr Haar und macht alles mit. Dies ist ein Stück Lebensqualität!

dem Spiegel zu. Eine Perücke kann Ihnen dabei helfen, ein Stück Ihrer Lebensqualität zurückzugewinnen.

Der Weg

Um einen unsichtbaren Übergang vom Haarverlust zur Perücke zu gewährleisten, ist es wichtig, vor dem beginnenden Haarausfall eine Perücke auszuwählen. Form und Farbe der eigenen Frisur sind dann noch vorhanden, wodurch Sie gleich den Vorher-Nachher-Effekt sehen können. Lassen Sie sich bei der Auswahl Zeit und beziehen Sie nahe stehende Personen zur Beratung mit ein.

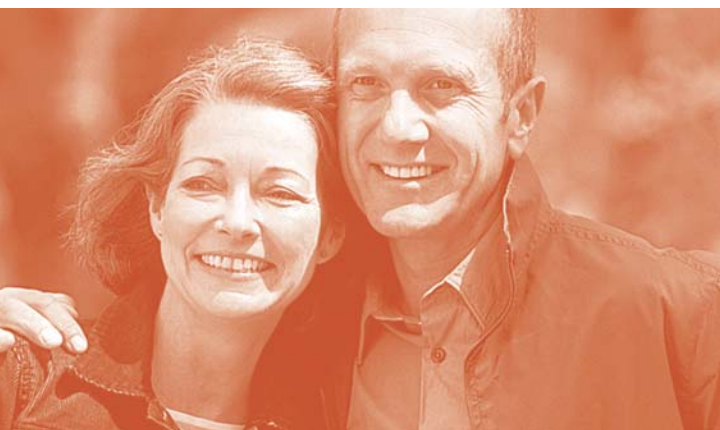
Achten Sie darauf, dass man Ihnen kompetent, diskret und sensibel begegnet. Optimal ist ein Mobilservice, der zu Ihnen nach Hause kommt. Dass Sie sich beim Aussuchen Ihrer Perücke wohl fühlen, bedeutet für Sie auch Sicherheit. Kaufen Sie nur dort, wo Sie sich wirklich gut beraten fühlen, wo Sie Fragen stellen dürfen, wo man sich Zeit nimmt und zuhört.

Die Krankenkassen bezuschussen medizinische Hilfsmittel sehr unterschiedlich. Ein ausführliches Rezept ist daher sehr hilfreich. Das Rezept sollte neben der Diagnose die Anforderung für eine medizinische Qualitätsperücke enthalten.

Viel Erfolg auf Ihrem Weg wünscht Ihnen

Ihre

Kristina Umlauf



www.wieder-mensch.de



Kontakt:

Telefon 0 80 25/99 52 95 oder per E-Mail unter info@wieder-mensch.de

Schützen Sie sich durch Wissen!

Wir möchten Ihnen dabei helfen, sich über die Chemotherapie und die damit verbundenen Nebenwirkungen zu informieren.

Schreiben Sie an die unten stehende Adresse und nutzen Sie unseren Informations-Service: Wählen Sie einfach aus der folgenden Übersicht, welche Informationen rund um die Themen Krebs und Chemotherapie Sie interessieren und wir senden Ihnen die gewünschten Medien in Kürze zu. Wir freuen uns auf Ihre Antwort!

- Patienten-Broschüre „Wissen macht stark“
- Broschüre „Internet-Ratgeber Krebs“
- Broschüre „Chemotherapie und Infektionsrisiko“
- verschiedene Info-Briefe rund um die Chemotherapie im Abo

Die Inhalte, Angaben, Informationen und Abbildungen in diesem Info-Brief („Inhalte“) sind nur für Nutzer innerhalb des Gebiets der Bundesrepublik Deutschland bestimmt. Sofern sie Informationen zu oder im Zusammenhang mit Gesundheitszuständen, Krankheitsbildern, medizinischen Fragen oder Therapiemöglichkeiten enthalten, ersetzen sie nicht die Empfehlungen oder Anweisungen eines Arztes oder eines anderen Angehörigen der Heilberufe. Die Inhalte dieses Info-Briefes sind nicht bestimmt zur Diagnose oder Behandlung eines gesundheitlichen oder medizinischen Problems oder einer Erkrankung. Darüber hinaus erhebt der Inhalt dieses Info-Briefes keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Richtigkeit.

Mit Aushändigung und/oder Benutzung des Info-Briefes kommt keinerlei Vertragsverhältnis, insbesondere kein Rat- oder Auskunftsvertrag, zwischen Ihnen und Amgen GmbH bzw. mit dieser konzernmäßig verbundenen Gesellschaften (zusammen: Amgen) zustande. Insofern bestehen auch keinerlei vertragliche oder quasi vertragliche Ansprüche. Vorsorglich wird eine Haftung – gleich aus welchem Rechtsgrund – ausgeschlossen, ausgenommen die Haftung für eine grob fahrlässige Verletzung von Leben, Körper, Gesundheit.

Das Layout des Info-Briefes, die verwendeten Grafiken und Bilder, die Sammlung sowie die einzelnen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt (© 2003). Das Urheberrecht steht, sofern nichts anderes angegeben ist, ausschließlich Amgen GmbH zu. Durch nichts in diesem Info-Brief wird eine Lizenz oder ein Recht an einem Urheberrecht, Patent oder Marken von Amgen oder Dritten begründet. Nachdruck oder auch auszugsweise Kopien nur mit vorheriger Genehmigung der Amgen GmbH.

Dieser Informations-Service wird unterstützt von:

AMGEN GmbH
Hanauer Straße 1
80992 München
Tel.: 089/14 90 96-0
Fax: 089/14 90 96-20 11

E-Mail: info@amgen.de



BSK
Bundesorganisation
Selbsthilfe Krebs e.V.

AMGEN ist das größte unabhängige Biotechnologie-Unternehmen der Welt. Der Hauptsitz des Unternehmens liegt im kalifornischen Thousand Oaks. AMGEN erforscht, produziert und vertreibt Substanzen, die mit Hilfe moderner Techniken der DNA-Rekombination und Zellbiologie entwickelt werden. In Deutschland ist AMGEN seit 1989 durch die AMGEN GmbH in München vertreten.

WISSEN MACHT STARK

AMGEN[®]
www.onkologie.de

