

تساقط الشعر أثناء العلاج الكيميائي

- استخدم شامبو بدرجة حموضة معتدلة (PH=7). تجنب شامبو الأطفال لأن درجة حموضته في حدود 5.5 وهي درجة تؤثر سلبا على صحة وقوة الشعر.

تساقط الشعر الكامل

- يسقط الشعر عادة بعد 3 أسابيع من الحصة الأول.
- يمكن أن تحس بألم بسيط على مستوى فروة الرأس في الأيام التي تسبق سقوط الشعر.
- لتجنب البرد ليلا، يمكن ارتداء غطاء رأس لين (قلنسوة، قبعة).
- اغسل فروة رأسك باستخدام شامبو خفيف (ليس بشامبو الاطفال). إذا كانت بشرتك جافة، ضع كريم ملين.
- يمكن وضع باروكة شعر مستعار.
- ينمو الشعر بعد أسابيع قليلة من نهاية العلاج، في بعض الأحيان أكثر دقة أو أكثر سمكا من المعتاد، وقد يتغير لونه قليلا. عادة هذه التغيرات مؤقتة.
- لا ننصح بالصبغ على الفور، انتظر حتى ينمو الشعر إلى طول 2-3 سم.
- في بعض الأحيان يمكن أن تسقط الرموش والحواجب.



إعداد الدكتور راسم بوزقنعة

اختصاصي في طب الأورام والعلاج

الكيميائي

<https://cancerologie-bouzguenda.com>



ليس كل علاج كيميائي يتسبب في سقوط الشعر. بعضها ليس لها أي تأثير على الشعر وبعضها يتسبب في سقوط جزئي للشعر والبعض الآخر يتسبب في سقوط كلي للشعر. طبيبك يحدد لك تأثير العلاج على الشعر حسب الخطة العلاجية المبرمجة.

هذه بعض النصائح حسب درجة سقوط الشعر:

تساقط الشعر الجزئي والتدريجي

كيف تحمي شعرك من السقوط.

- من الأفضل قص الشعر قصيرا.
- اعتن بشعرك بلطف شديد، تجنب الصبغة.
- استخدم مشطا واسع الأسنان.
- يفضل تجفيف الشعر في الهواء الطلق. إذا استعمل مجفف الشعر، تجنب الحرارة المرتفعة.