



# Chladiaca čiapka **Paxman**

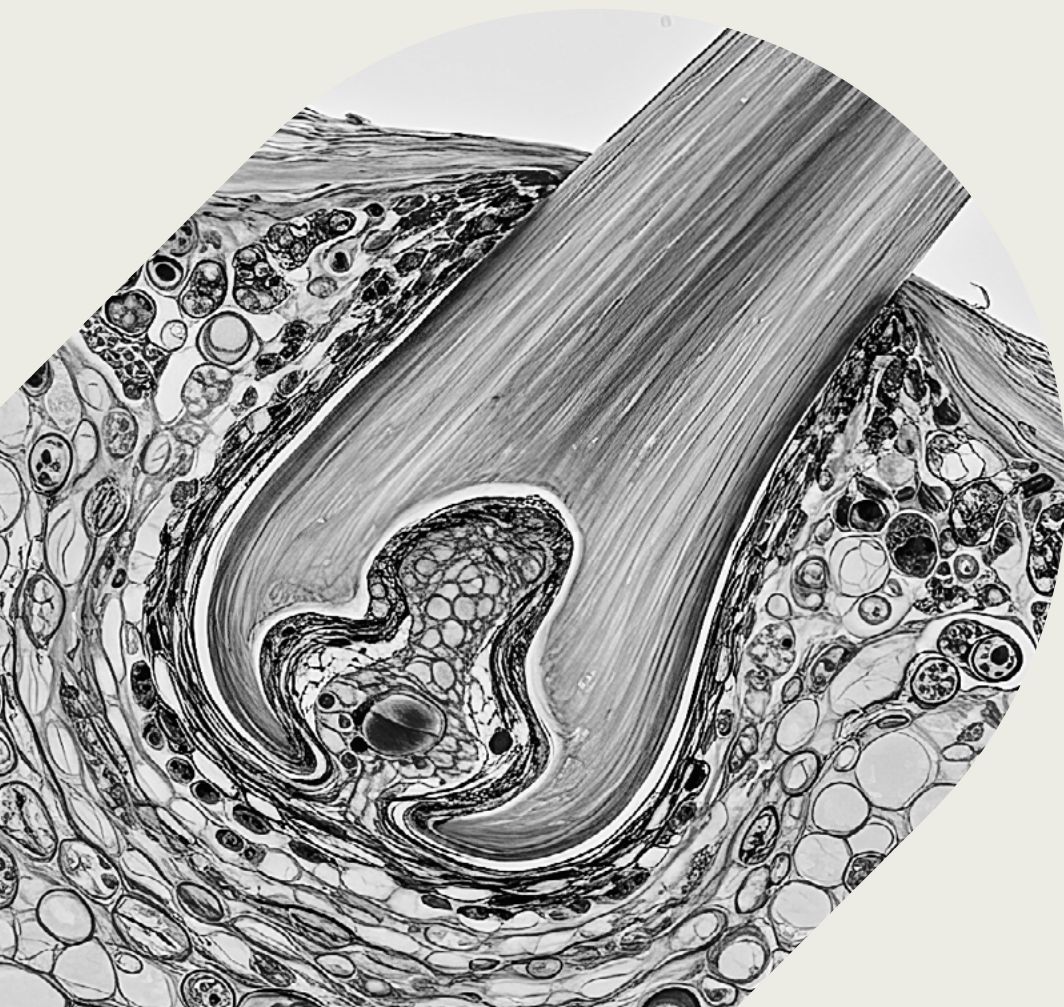
Ochladzovanie kože hlavy počas aplikácie  
chemoterapie.

## Pomoc pri ochrane vlasov počas chemoterapie

Liečba chemoterapiou je náročná nielen pre organizmus, ale aj psychicky. Strata vlasov patrí medzi jej najčastejšie vedľajšie účinky. Dobrou správou je, že dnes existuje možnosť, ako tento efekt zmierniť. Jednou je ochladzovanie vlasovej časti hlavy pomocou **chladiacej čiapky PAXMAN**.

### Prečo dochádza k vypadávaniu vlasov?

Chemoterapia pôsobí na rýchlo sa deliace bunky v tele. Okrem nádorových buniek sú to aj vlasové folikuly, preto dochádza k vypadávaniu vlasov.



Lieky, ktoré by tomu úplne zabránili, zatiaľ neexistujú – ochladzovanie pokožky hlavy je dnes najúčinnnejšia dostupná forma prevencie.

### Ako funguje chladiaca čiapka?

- ochladením pokožky hlavy sa **zúžia krvné cievy**
- k vlasovým korenkom sa dostane **menej chemoterapie**
- teplota pokožky sa zníži približne na **18 – 22 °C**, čo pomáha chrániť vlasové folikuly

### Je dôležité vedieť:

- ochladzovanie nie je zmrazovanie
- teplota neklesá pod bežnú izbovú teplotu
- najintenzívnejší pocit chladu býva počas prvých 15 minút

### Aká je účinnosť?

Účinok je individuálny a závisí najmä od typu chemoterapie.

- približne **50 % pacientov si zachová polovicu a viac vlasov**
- vypadávanie vlasov sa zvyčajne začína **14 – 21 dní po terapii**
- nejde o znak, že čiapka nefunguje
- pri ďalších cykloch môže byť vypadávanie menšie
- u niektorých pacientov dochádza aj k opätovnému rastu vlasov

Používanie čiapky môžete **kedykoľvek ukončiť**, treba však počítať s tým, že ochranný efekt sa tým preruší.



## Ako sa pripraviť na terapiu?

### Prineste si so sebou:

- teplejšie oblečenie
- termosku s teplým nápojom
- uterák
- hrebeň
- pokrývku hlavy (čiapku alebo šatku)
- prípadne liek proti bolesti

### Pred nasadením čiapky:

- vlasy sa navlhčia a použije sa kondicionér
- odporúča sa čelenka (nesmie zakrývať vlasové koreňky)

### Tipy pre väčší komfort:

- 30 minút pred začiatkom si môžete vziať liek proti bolesti
- pomáha rozptýlenie (hudba, film, čítanie)

## Možné vedľajšie účinky

- pocit chladu
- mierna bolesť alebo pichanie pokožky
- pocit ťažkej hlavy
- závrat

Tieto prejavy sú zvyčajne krátkodobé a postupne ustupujú.

## Ako prebieha ochladzovanie?

- 1. Pred chemoterapiou:** cca 30 minút
- 2. Počas chemoterapie:** počas celej aplikácie
- 3. Po chemoterapii:**
  - docetaxel: 20 minút
  - paklitaxel (týždenne): 60 minút
  - iné lieky: 90 minút
- 4. Po skončení je potrebné ponechať čiapku ešte 10 minút**

### Poznámka:

Prerušenie je možné maximálne na 7 minút.

## Starostlivosť o vlasy počas liečby

Chemoterapia vlasy oslabuje, preto odporúčame:

- umývať vlasy jemne, max. **2x týždenne**
- pravidelne ich šetrne česať
- vyhýbať sa ťahaniu a pevnému sťahovaniu
- nepoužívať žehličku ani kulmu
- nefarbiť vlasy počas liečby



Použitie chladiacej čiapky nie je hrazené z verejného zdravotného poistenia.

chemoterapia každé 3 týždne: **50 €**

chemoterapia 1x týždenne: **25 €**

Úhrada je možná v hotovosti alebo bezhotovostne na recepcii.

## KONTAKT

Onkologické centrum  
Špitálska ul. 2, 071 01 Michalovce  
☎ 056/641 6873

### **Oddelenie je umiestnené v pavilóne G**

(oproti hlavnému areálu, cez cestu).

### **Oddelenie – ošetrovacia jednotka A**

(oddelenie klinickej onkológie): ☎ 056/641 6861