



患者及照护者教育

# 脱发与癌症治疗

本信息将帮助您了解癌症治疗期间的脱发问题。还介绍了有助于治疗脱发的产品、药物和医疗程序。

## 关于脱发与癌症治疗

许多癌症患者会因为化疗、免疫治疗、内分泌治疗或头部放射治疗而脱发。也有其他原因会造成脱发，例如：

- 脱发家族史
- 缺乏某些特定维生素
- 激素变化
- 某些健康疾病，如甲状腺功能减退。甲状腺功能减退指甲状腺无法分泌足够的甲状腺激素。
- 某些发型
- 某些药物
- 压力

如果您开始脱发，请务必去看皮肤科医生（皮肤病医生）。他们可以帮您找出脱发原因，也可以回答您关于头发的任何问题。

皮肤科医生会询问您的脱发史，还将检查您的脱发部位。

## 常见问题

### 癌症治疗期间为什么会脱发？

癌症治疗（如放疗和化疗等）会攻击生长迅速的癌细胞。这些治疗也会损害生长迅速的正常细胞，如毛发细胞。

化疗会导致头皮、阴部、手臂、腿部、眉毛和睫毛脱发。

头部放射治疗通常会导致头皮脱发。有时，新生毛发长出来后可能会与以往并不相同。或者可能无法再恢复到原来的状态。具体取决于头部接受的放射治疗剂量。

## 我什么时候会开始脱发？

您可能会在以下时间内开始脱发：

- 首次化疗后 1 到 4 周。
- 放射治疗后 4 周。

脱落或稀疏的头发数量取决于治疗的类型、剂量和时间。每个人的脱发速度也各不相同。

您可能会在早上第一次发现枕头上有头发，或者可能在洗澡或梳头时看到脱落的头发。大多数脱发通常发生在化疗开始后的 3 到 6 周。

有些人会出现头发稀疏而不是脱发的情况。头发稀疏是指您的头发在质地上感觉和看起来更薄。请与您的医疗团队讨论化疗或放射治疗后的预期情况。

## 我的头发什么时候会长回来？

治疗结束后，毛发应该会重新生长。头发重新生长可能需要 3 到 5 个月的时间。头发重新长出后，质地和颜色可能会有所不同。在极少数情况下，您的头发不会像之前那样完全长回来。

头部接受放射治疗后，头发不再长出来的几率很小。

## 护理头发和头部

以下是一些在脱发期间护理头发和头部的的方法：

- 每 2 到 4 天清洗并使用护发素保养头发。使用婴儿洗发水或其他温和洗发水（如 Aveeno® 或 Vanicream™）。您还应该使用洗发膏或护发素。
- 使用含有防晒成分的洗发水和护发素，以防止头皮受到日晒损伤。
- 一定要充分冲洗头发，并用柔软的毛巾拍干。
- 在泳池游泳后洗头。

- 请勿将头皮暴露在阳光下。
- 夏天时请遮盖头部。
- 冬天时，请使用帽子、围巾、头巾或假发遮住您的头部，以保持温暖。这也有助于留住掉落的头发。无论选择穿什么衣物，都应保持刚好合身。不能太紧或太松，因为这样会造成摩擦。
- 选择缎子或丝质枕头。这些材质会比其他织物更加光滑，可以减少头发缠结。
- 用软毛刷或梳子轻柔梳理头发。从发尾开始梳理，然后轻轻梳到头皮。还可以用手指梳理头发。先用水把手指弄湿。
- 如果您的头发较长，您可能希望在开始治疗前将其剪短。
- 告诉理发师您正在接受化疗。他们可能会推荐一些温和的护发产品。

在治疗期间，应限制使用对头发有刺激或拉扯作用的物品，例如：

- 发胶、染发剂、漂白剂或永久性染发剂（烫发剂）。
- 夹子、条状发夹、弯曲发夹、发圈或束发带。
  - 请勿把头发编成麻花辫、玉米辫或马尾辫。
- 吹风机、卷发器、卷发棒或直发器。
- 橡胶浴帽或游泳帽。
- 紧身帽和其他头套。
- 耳机或其他头带过紧的设备。

## 头皮冷却

头皮冷却是一种在化疗治疗实体瘤期间减少脱发的方法。实体瘤是指除白血病或淋巴瘤以外的癌症。头皮冷却包括在化疗前、化疗中和化疗后在头部佩戴冷帽。

以下是冷却头皮的 2 种方式：

- **Paxman 头皮冷却系统：**该系统的工作原理是将冷帽连接到冷却机上。当您佩戴冷帽时，机器会将冷却液注入帽子。机器会调节冷帽的温度，使其在您使用时保持凉爽。
- **Penguin™ 冷却帽：**这是一种填充凝胶的冷却帽，您可以提前将其冷冻，然后带去接受化疗。这种帽子没有连接到冷却机，使用时不会保持凉爽。您需要携带多个冷帽，

以便在帽子变热时进行更换。

使用头皮冷却需要成本。费用取决于使用的头皮冷却系统类型和所需的治疗次数。

请咨询您的医疗保健提供者，以查看头皮冷却系统是否适合您。如需了解更多信息，请阅读**实体瘤化疗期间通过头皮冷却技术控制脱发**([www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/managing-hair-loss-scalp-cooling](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/managing-hair-loss-scalp-cooling))。

## 假发、发片和头套

### 假发

假发是一种很好的选择，可以让患者在癌症治疗期间感觉更加舒适且自信。假发有多种款式、颜色和材质，因此您可以找到适合自己的假发。

如果您想戴假发，请尽量在开始脱发之前选购假发。这样更容易找到与您的发色和发型相匹配的假发。

如果您已开始脱发，请带上您平时发型的照片。如果可以的话，也请带上一缕头发。这将有助于您找到与治疗前发型相似的假发。

假发应尺寸合适、舒适且易于打理。您可能需要在头发开始变稀疏时开始佩戴假发。随着头发越来越稀疏，您可能需要对假发进行调整，使其更加合适。

全套假发可以完全覆盖头发和头皮。您可以根据自己的喜好设计造型。全套假发有很多种。下面列出了最常见的几种类型：

### 定制假发

这种假发采用手工制作，通常购买成本最高。这类假发根据您的头部尺寸制作而成，可以让您看起来更自然。假发可能需要多次去假发店上色、修剪和清洗。定制假发通常使用人发制成，但也可以用合成材料（非人发）制成。

### 定制的现成假发

这类假发可以用人发、合成混合物或两者制成。按标准尺寸制作，但可以根据您的头型进行调整。这类假发可以进行造型，且价格通常低于定制假发。

### 现成或库存假发

这类假发通常由弹性材料制成，只有一种通用尺寸。大多数人可以在购买现成假发的当

天就将其带回家。现成假发的购买成本通常低于其他假发类型。

如需了解有关可以在哪里购入假发的信息，请阅读[在何处购买假发和发片](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/where-buy-wigs-and-hairpieces) ([www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/where-buy-wigs-and-hairpieces](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/where-buy-wigs-and-hairpieces))。

## 发片和半假发

有些人可能仅有一个部位脱发。这种情况称为部分脱发，因此可能无需佩戴全套假发。您可能想要购入发片或半假发。发片或半假发可以增加发量或长度，并与您本人的头发融为一体。可以做成任何尺寸、颜色或形状。

如需了解有关可以在哪里购入发片和半假发的信息，请阅读[在何处购买假发和发片](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/where-buy-wigs-and-hairpieces) ([www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/where-buy-wigs-and-hairpieces](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/where-buy-wigs-and-hairpieces))。

## 头套

头套是一种简单而经济实惠的方法，可帮助固定脱落的头发。它们还可以遮盖光秃的头皮。头套有很多种，如围巾、头巾和帽子等。

选择使用哪种头套以及何时使用取决于您自己。有些人觉得每天戴头套都很舒服，而其他人则可能会减少佩戴频率。

头套可以单独佩戴或搭配假发一起佩戴。还可以在使用头发遮盖用品（如遮盖发粉）时佩戴头套。

下面列出了最常见的头套类型：

### 围巾

围巾有多种颜色、面料和样式。围巾可以用不同的方式系出多种造型，为您的穿搭增添多样性。

丝绸制成的围巾很容易从头上滑落。您可以按需购买棉混纺围巾。这种围巾更加舒适。戴在头上不容易松开或滑落。

### 头巾

头巾在药店有售，有多种颜色和材质可供选择。有些人喜欢戴毛巾布头巾，因为这种头巾柔软舒适。

## 有檐帽、鸭舌帽和毛线帽

有檐帽、鸭舌帽和毛线帽有多种颜色、面料和款式。既可以搭配休闲装，也可以搭配比较正式的服装。还可以在佩戴时自行选择是否搭配围巾。

毛线帽舒适又保暖。它们非常适合寒冷的天气，室内外环境皆可佩戴。

选择有檐帽、鸭舌帽和毛线帽时，应选择带有柔软衬里的款式。这将有助于防止刺激头皮。

## 头发遮盖用品

头发遮盖用品可以遮盖秃斑和头发稀疏的部位。它们既可以单独使用，也可以与其他头发遮盖用品搭配使用。有些人每天都使用头发遮盖用品，而有些人可能会在特殊场合使用。

无论脱发程度如何，头发遮盖用品均可适用。脱发较多的患者可以使用遮盖用品覆盖整个头皮。有秃斑或小块头发稀疏的患者可以仅用遮盖用品遮盖这些部位。

使用头发遮盖用品时，应选择与发根颜色相匹配的颜色。可能需要使用一种以上的产品才能达到想要的合适颜色和外观。

您可以从美容用品网站或在线零售商（如亚马逊 (Amazon) 和沃尔玛 (Walmart)）处购买头发遮盖用品。

下面列出了最常见的几种头发遮盖用品：

### 增发纤维

这是一种以角蛋白为基础的纤维，可以附着（粘附）在现有头发上，使头发看起来更加浓密丰盈。角蛋白是一种蛋白质，有助于形成头发、皮肤和指甲。增发纤维产品有多种色调，可与您的发色相搭配。增发纤维可以防水，当您下次使用洗发水时即可洗掉。增发纤维产品的一个例子是 Toppik™ Hair Building Fibers。

### 发粉或粉饼

这类产品是涂在头皮和头发上的粉末。它们能增加发根的蓬松度，让头发看起来更丰盈。可以在做发型前用湿海绵沾上发粉。发粉可以防水，当您下次使用洗发水时即可洗掉。发粉产品的一个例子是 Bumble and bumble™ Hair Powder。

## 发蜡

这是一种干性纤维发蜡，可以遮盖发根，填补秃斑或小块头发稀疏部位。您可以在定型后对干发使用发蜡。发蜡可以防水，当您下次使用洗发水时即可洗掉。发蜡产品的一个例子是 Bumble and bumble Color Stick。

## 遮盖喷雾

这种喷雾能填补秃斑或头发稀疏的部位，使头发看起来更加浓密丰盈。喷雾剂可以防水，当您下次使用洗发水时即可洗掉。遮盖喷雾产品的一个例子是 Toppik Colored Hair Thickener Spray。

## 遮盖乳液和乳霜

这类乳液和乳霜可以遮盖秃斑和头发稀疏的部位，使头发看起来更加浓密丰盈。遮盖乳液和乳霜有多种颜色。这类产品可以防水，当您下次使用洗发水时即可洗掉。遮盖乳液和乳霜的一个例子是 PROCOVR™ Hair Loss Concealer Cream。

下表列出了一些头发遮盖用品：

产品类型	产品名称	可选颜色	购买地点
增发纤维 <i>附着在现有头发上，使头发看起来更浓密</i>	Boldify™ Hair Thickening Fibers	<ul style="list-style-type: none"><li>● 红褐色</li><li>● 黑色</li><li>● 金色（黄金色、金色）</li><li>● 棕色（深棕色、中棕色、浅棕色）</li><li>● 灰色（深灰色、灰色）</li><li>● 花白色</li><li>● 白色</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 亚马逊</li><li>● 沃尔玛</li><li>● <a href="http://www.getboldify.com">www.getboldify.com</a></li></ul>
	Caboki® Hair Loss Concealer	<ul style="list-style-type: none"><li>● 红褐色</li><li>● 黑色</li><li>● 金色（黄金色、金色）</li><li>● 棕色（深棕色、中棕色、浅棕色）</li><li>● 灰色（深灰色、灰色）</li><li>● 花白色</li><li>● 白色</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 亚马逊</li><li>● 沃尔玛</li><li>● <a href="http://www.caboki.com">www.caboki.com</a></li></ul>

	Febron® Hair Building Fibers	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 红褐色</li> <li>● 黑色</li> <li>● 金色（中金色、浅金色）</li> <li>● 棕色（深棕色、中棕色、浅棕色、浅冷棕色）</li> <li>● 灰色（深灰色、灰色）</li> <li>● 白色</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.febron.com">www.febron.com</a></li> </ul>
	Hair Illusion® Real Hair Fibers	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 红褐色</li> <li>● 黑色</li> <li>● 棕色（深棕色、棕色）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.hairillusion.com">www.hairillusion.com</a></li> </ul>
	Toppik™ Hair Building Fibers	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 红褐色</li> <li>● 黑色</li> <li>● 金色（中金色、浅金色）</li> <li>● 棕色（深棕色、中棕色、浅棕色）</li> <li>● 灰色</li> <li>● 白色</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● CVS</li> <li>● Ulta Beauty</li> <li>● Walgreens</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.toppik.com">www.toppik.com</a></li> </ul>
	XFusion™ Keratin Hair Fibers	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 红褐色</li> <li>● 黑色</li> <li>● 金色（中金色、浅金色）</li> <li>● 棕色（深棕色、中棕色、浅棕色）</li> <li>● 灰色</li> <li>● 白色</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● Target</li> <li>● 沃尔玛</li> </ul>
<b>发粉/粉饼</b>  <b>增加头皮和细发的蓬松度，使头发看起来更丰盈</b>	Boldify Hairline Powder	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 红褐色（深红褐色、红褐色）</li> <li>● 黑色</li> <li>● 金色（深金色、中金色、浅金色）</li> <li>● 棕色（深棕色、中棕色、浅棕色、灰棕色、榛棕色）</li> <li>● 灰色（深灰色、灰色）</li> <li>● 白色</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.getboldify.com">www.getboldify.com</a></li> </ul>

	Caboki 10x Hair Powder	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 红褐色（中红褐色、浅红褐色）</li> <li>● 黑色</li> <li>● 金色（自然金、黄金色、金色）</li> <li>● 棕色（深棕色、中棕色、浅棕色）</li> <li>● 灰色（深灰色、灰色）</li> <li>● 花白色（深色、浅色）</li> <li>● 银色/白色</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● <a href="http://www.caboki.com">www.caboki.com</a></li> </ul>
	Sevich® Hair Shadow Powder	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 红褐色（浅红褐色）</li> <li>● 黑色</li> <li>● 金色（中金色）</li> <li>● 棕色（深棕色、中棕色、浅棕色、浅咖啡色、红棕色）</li> <li>● 灰色</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● 沃尔玛</li> </ul>
发蜡  遮盖发根和稀疏部位，使发根看起来更丰盈	Bumble and bumble™ Color Stick	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 黑色</li> <li>● 棕色</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● Nordstrom</li> <li>● Sephora</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.bumbleandbumble.com">www.bumbleandbumble.com</a></li> </ul>
	Color Wow™ Root Cover Up	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 黑色</li> <li>● 金色（深金色、铂金色）</li> <li>● 棕色（深棕色、中棕色、浅棕色）</li> <li>● 红色</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● Sephora</li> <li>● Target</li> <li>● Ulta Beauty</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.colorwowhair.com">www.colorwowhair.com</a></li> </ul>
	L' Oreal® Paris Magic Root Precision Pen	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 红褐色（深红褐色、浅红褐色）</li> <li>● 黑色（浅黑色、黑色）</li> <li>● 金色（中金色、浅金色）</li> <li>● 棕色（深棕色、深灰棕色、深金棕色、中棕色、中灰棕色、中金棕色、浅棕色）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● CVS</li> <li>● Rite Aid</li> <li>● Target</li> <li>● Ulta Beauty</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.lorealparisusa.com">www.lorealparisusa.com</a></li> </ul>

	Toppik Fill Me In Hairline Filler	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 黑色</li> <li>● 金色（中金色）</li> <li>● 棕色（深棕色、中棕色）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● CVS</li> <li>● Rite Aid</li> <li>● Target</li> <li>● Ulta Beauty</li> <li>● Walgreens</li> <li>● <a href="http://www.toppik.com">www.toppik.com</a></li> </ul>
遮盖喷雾  遮盖秃斑和 稀疏部位	L' Oreal Paris Magic Root Cover Up Concealer Spray	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 黑色</li> <li>● 金色（深金色、中金色、浅金色）</li> <li>● 棕色（深棕色、中棕色、浅棕色、浅金棕色）</li> <li>● 红色（亮红色、红色）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● CVS</li> <li>● Target</li> <li>● Ulta Beauty</li> <li>● Walgreens</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.lorealparisusa.com">www.lorealparisusa.com</a></li> </ul>
	L' Oreal Paris Professional Hair Touch Up Root Concealer Spray	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 红褐色</li> <li>● 黑色（深棕色/黑色）</li> <li>● 金色</li> <li>● 棕色（浅棕色、暖棕色）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● 沃尔玛</li> </ul>
	Rita Hazan™ Root Concealer Touch- Up Spray	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 金色（深金色）</li> <li>● 黑色（深棕色/黑色）</li> <li>● 棕色（浅棕色）</li> <li>● 红色</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.ritahazan.com">www.ritahazan.com</a></li> </ul>
	Toppik Colored Hair Thickener Spray	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 黑色</li> <li>● 棕色（深棕色、中棕色、浅棕色）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.toppik.com">www.toppik.com</a></li> </ul>
	TRESemme® Root Touch-Up Temporary Hair Color Spray	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 黑色</li> <li>● 棕色（深棕色、浅棕色）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● Target</li> <li>● Walgreens</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.tresemme.com">www.tresemme.com</a></li> </ul>

<p>遮盖乳液和乳霜</p> <p>遮盖秃斑和稀疏部位，涂抹方式类似于化妆</p>	<p>PROCOVR™ Hair Loss Concealer Cream</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 红褐色</li> <li>● 黑色</li> <li>● 棕色</li> <li>● 灰色（中灰色、灰色/白色）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 亚马逊</li> <li>● 沃尔玛</li> <li>● <a href="http://www.procovr.com">www.procovr.com</a></li> </ul>
---	---	--	--

## 纹发

纹发是一种有助于弥补脱发的美容程序。纹发有助于填补头皮或眉毛的秃斑或稀疏区域。

以下几种纹发可持续很长时间，并改变您的外貌（即外表）。还可以根据发色和肤色进行量身定制。

### 纹眉

纹眉适用于眉毛脱落的人。与普通纹身一样，纹眉用针将颜料色素刺入皮肤深处。这会让眉毛看起来更加饱满且清晰。纹眉属于永久性的真正纹身（不会消失）。

### 半永久纹眉

如果不想要永久性纹眉，可以尝试半永久纹眉。半永久纹眉是一种半永久性纹身，可持续 1 到 3 年。

这种纹眉使用一种刀片状的工具在眉毛上切出类似毛发的细小切口（切口）。然后，再将颜料色素涂抹到皮肤上。颜料色素不会像纹眉那样深入皮下。随着时间推移，颜色会逐渐褪去，因此需要定期进行修补。

### 头皮微色素着色

头皮微色素着色适用于头皮脱发者。该技术使用细小针头在头皮上打上微小的色素点。色素点的大小和深度各不相同，使头发看起来更茂盛。

许多秃斑人士使用头皮微色素着色技术来打造寸头发型。头皮微色素着色属于永久性的真正纹身。

## 毛发修复方案

毛发修复技术可以帮助促进头皮上秃斑或头发稀疏部位的毛发生长。有些方案需要手术，有些则不需要。

## 非手术型毛发再生

不通过手术让毛发再生的常见方法是服用药物。有些药物有助于减少化疗期间头发稀疏的情况。还有助于化疗后头发的再生。

医疗保健提供者可能会开具口服或外用药。口服药是指口服的药物，如丸剂或片剂。外用药是指直接涂抹在头皮上的药物。通常是液体、泡沫或洗发水形式。

您可以服用口服药或使用外用药来帮助头发快速再生。开始使用某种药物之前，请务必先与您的医疗保健提供者进行沟通。他们将告知您哪种药物可供安全使用。

下面列出了最常见的药物类型：

### 米诺地尔 (Rogaine®)

米诺地尔能使毛囊长出新的毛发，可在活跃生发期停留更长时间，从而帮助治疗脱发。该药物还能通过增加头皮的血流量来帮助头发变得更加浓密强韧。医疗保健提供者可开具米诺地尔作为口服或外用药。

### 度他雄胺 (Avodart®) 和非那雄胺 (Propecia®)

这类药物通过减缓或阻止人体将睾酮（一种生殖激素）转化为二氢睾酮 (DHT) 来发挥作用。DHT 是一种导致毛发稀疏和脱发的激素。

服用这类药物可以降低人体分泌的 DHT 量。这有助于减缓脱发并帮助头发再生。医疗保健提供者可开具度他雄胺或非那雄胺作为口服或外用药。

### 螺内酯 (Aldactone®)

与度他雄胺和非那雄胺一样，螺内酯也能降低人体分泌的 DHT（一种导致脱发的激素）含量。这有助于减缓脱发并帮助头发再生。当其他药物（如米诺地尔）不起作用时，通常会开具螺内酯。医疗保健提供者可开具螺内酯作为口服或外用药。

## 手术型毛发再生

通过手术让毛发再生的常见方法是毛发移植。对于脱发严重者来说，这是最好的治疗方法。毛发移植是一种永久性方法，可以帮助头皮毛发稀疏或无毛部位的毛发再生。植发也称为毛发移植或毛发置换。

植发的目的是利用现有头发来填补稀疏或秃斑部位。在此医疗程序中，毛囊取自毛发生长旺盛的头皮部位。通常位于头皮的后部和两侧。然后将毛囊转移到头皮上毛发稀疏或秃斑的部位，使其在此处生长。

这种医疗程序通常由皮肤科医生或整形外科医生在医生办公室完成。

不建议在化疗期间进行植发。因为化疗会伤害毛囊和头皮。最好等到化疗结束，头发重新生长后再进行植发。

如需了解关于头发修复的更多信息，请咨询您的医疗保健提供者。他们将告知您是否适合进行头发修复。

## 选择正确的产品、药物和医疗程序来帮助治疗脱发的小贴士

在本资源中，我们提到了一些帮助治疗毛发稀疏和脱发的产品、药物和医疗程序。由于可供选择的方案太多，因此很难知道哪些适合您。以下是一些小贴士：

- **舒适第一：**许多化疗患者的头皮干燥且敏感。因此，选择佩戴舒适的产品很有帮助，比如柔软的毛线帽。选择不刺激头皮的产品也会有所帮助。天然纤维（如棉花和竹子）通常比合成纤维（如聚酯纤维）刺激性小。
- **尝试多种选择：**有很多产品、药物和医疗程序可以帮助治疗脱发。您可以尝试多种方法，看看哪种最适合您。您可能会发现需要使用一种以上的产品才能达到想要的效果。
- **寻求帮助：**选择正确的产品、药物或医疗程序来帮助治疗脱发可能会很困难。如果您感到困惑或不知从何处着手，请咨询可以提供帮助的人员。可以是您的理发师、医疗保健提供者，或是在化疗引起的脱发方面受过专门培训的人员，如皮肤科医生。他们可以为您提供信息、支持和建议，告诉您如何选择适合自己的方法。

我们深知，脱发让人倍感压力。选择正确的产品、药物和医疗程序可以让您更加舒适且自信。让自己感到舒适和自信非常重要。请记住，您并不是孤身一人。您的医疗团队将全程为您提供支持。

## 经济支持

在选购假发或发片时，您可能需要货比三家，比较价格。因癌症治疗而脱发的患者，其

保险可能会涵盖假发或发片。在访问任何商店或网站之前，请咨询您的保险公司：

- 其是否会支付假发或发片的部分费用。
- 您是否需要提供假发或发片处方。如需要，请让医疗保健提供者开具颅骨假体处方。处方中应包含一则诊断代码，表明您的脱发是癌症治疗所致。

如果您参加了支持小组，与他人讨论经济支持问题可能会有所帮助。他们可能正在与您经历一样的情况。他们可以向您介绍脱发治疗的费用以及自己如何获得经济帮助。

如果您对经济支持有任何疑问，也可以咨询您的医疗保健提供者或皮肤科医生。他们可以为您联系 MSK 可提供帮助的相关资源。如需了解更多信息，请阅读 *经济援助计划：MSK 如何在治疗期间为您提供支持* ([www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-msk-can-support-you-during-treatment](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-msk-can-support-you-during-treatment))。

## 经济支持的其他资源

美国癌症协会 (ACS)

[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

ACS 的部分办事处可以向癌症患者提供免费假发。如需了解更多信息，请前往当地的 ACS 办事处或致电 800-ACS-2345 (800-227-2345)。

**癌症照护**

[www.cancercare.org](http://www.cancercare.org)

癌症照护为癌症患者提供免费假发。请致电 800-813-HOPE (800-813-4673)，请求与社工交谈。

## Look Good Feel Better 项目

Look Good Feel Better 项目可帮助患者应对癌症治疗对外观造成的影响。在每周课程中，化妆师会教授化妆方法、皮肤和指甲护理、发型设计和头巾选择。如需报名参加课程，请访问 [www.lookgoodfeelbetter.org](http://www.lookgoodfeelbetter.org) 或致电 800-395-LOOK (800-395-5665)。

男性可访问 [www.lookgoodfeelbetter.org/programs/men](http://www.lookgoodfeelbetter.org/programs/men) 查看更多信息

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

有关更多资源，请访问 [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

---

Hair Loss and Your Cancer Treatment - Last updated on November 19, 2024

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利