

(資料)

薬物療法 脱毛Q & A

【頭髮編】

患者さんから受ける質問にお答えします！

愛知県がんセンター アピアランス支援委員会 2026年4月作成

Q:どの程度の脱毛が生じますか？



- 使用する薬剤によって脱毛が生じる程度は異なります。

程 度	具 体 的 な 状 況
高度	ほぼすべて抜ける
中等度	髪の毛の量が減り頭皮が見える
軽度	ヘアースタイルにあまり影響がない



- 体質や年齢など個人差も影響します。

Q: 中等度以上の脱毛が生じる薬剤は？



程 度	薬 剤 名
高度	アブラキサン [®] イダマイシン [®] カルセド [®] ジェブタナ [®] ダウノマイシン [®] タキソテール [®] タズベリク [®] ドキシル [®] ドキソルビシン [®] パクリタキセル [®] バゼドフ [®] ハラヴェン [®] ヨンデリス [®]
中等度	イホマイド [®] イリノテカン [®] エンドキサン [®] オニバイト [®] オンコビン [®] ブレオ [®] ロゼウス [®]

- 使用する薬剤の種類や量により異なります。
主治医や看護師に「自分の脱毛はどの程度おこるのか。」
おたずねください



Q:脱毛はいつ頃？いつまで生じかすか？



	脱毛が始まる期間	脱毛が続く期間	再発毛	回復期
時期	治療開始 2～3週間後	治療期間中	治療終了から ～5か月	治療終了から 1年
脱毛の状態	頭皮の痛み ピリピリ感やかゆみ 脱毛 を認める 頭 体毛 眉毛 まつ毛など 薬の種類により出方は さまざま	脱毛している期間は 治療により異なります 眉毛や睫毛の 脱毛は 頭髪より遅 れて生じることが多い です	生え始め やわ らかいくせ毛 1か月 眉毛や睫毛 3～5か月 再発毛を実感	毛髪が落ち着く 生え方や髪質 は個人差があり ます

慌てず対処できる
よう支援します



Q:脱毛前に髪をカットしたほうがいいですか？



- カットしておくとう脱毛時の手入れが安心という人が多いですが人それぞれです。

- 購入予定のウィッグに合わせて、事前にカットしておくとう自然にウィッグに移行できたという方もいます。



- バリカンで剃ることはお勧めしません。

感染のリスクがあること、抜けた髪が洋服や枕に入り込んでチクチク不快に感じやすいためです。

Q: 髪の毛の手入れはどうすればいいですか？



- シャンプーやリンスは今まで使用していたものでかまいません。
新しく購入する場合は「低刺激」「無添加」「弱酸性」などの製品を選ぶとよいでしょう。
- 洗髪時にしめたりするときは、シャンプーは使わずにお湯だけであらってもOK。
- くしは目の粗いものを使用すると絡みにくいです。
コツ：頭皮から一気にとかさず、数回にわけてとかしましょう



- 髪を乾かすときはこすらず押し拭きにし、ドライヤーは弱めの温風がおすすめ。

Q: 髪や頭皮の洗い方を教えてください。



- どのように洗うかが重要です。

シャワーの前にブラシをかけて抜け毛を軽く取り除く

頭皮と髪をまんべんなくぬるま湯でぬらします

シャンプーを細かく泡立ててから、泡を頭と髪に載せるようにして

軽くマッサージをするように洗います

シャワーで流しながらブラシでとかすように洗うと抜けた毛が絡まらずにすみます



Q: 髪や頭皮の洗い方を教えてください。



• どのようにすすぐか？

シャンプー後は十分にすすぎます

抜け毛が始まった1週間は、頭皮がきれいになったと感じたところすすぎ終えます

• リンスやトリートメントはどうしますか？

脱毛前に行っていなかった場合は、今までのスタイルで構いません。

脱毛前に行っていた場合は、毛先になじませる程度にしましょう。

• 完全に脱毛したら？

シャンプーの量を減らしたり ボディーソープを使用して洗ってもOKです



Q: 抜け毛が多いときの対処法を教えてください



- ・粘着カーペットクリーナーやガムテープなどの使用。



- ・髪が散らばらないようにキャップをかぶる。

不織布の使い捨てキャップやシャワーキャップなどの利用



- ・浴室の排水溝ネットやお風呂ごみとりネットの使用



- ・髪を乾かすときに、使い捨てのケープを使用する

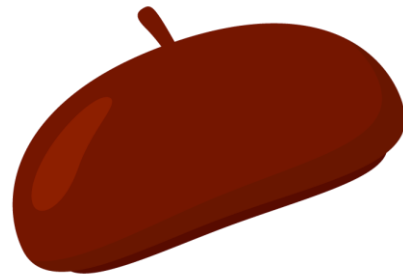
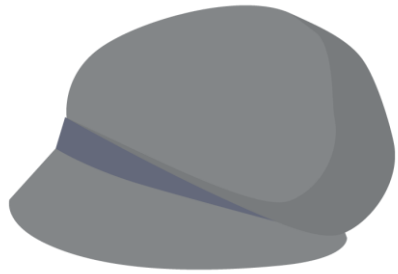


＊ 終わったら丸めてそのまま破棄できるので、お掃除が簡単です

Q:おすすめの帽子はありますか？



- ・特別にお勧めする帽子はありません。
「かぶり心地」「好みの色や形」「洋服に合わせて」選んでかまいません。



- ・当院外来棟 2 階相談支援センターで帽子を無料提供しています。



全国のボランティアの方からいただいた手作りの帽子です。
タオル地 綿 毛糸 色 柄 形などいろいろあります。

Q:ウィッグは準備したほうがいいですか？



- ・必ずしも必要ではありません。

“あると安心な状況”と“なくても安心な状況”をイメージして考えてみましょう。

- ・ウィッグがある方が安心という場面はありますか？

例えば・・・職場（接客業 営業 会議が多いなど）や学校 隣人や友人など
周りの人に病気のことを知られたくない

イベントを控えている（発表会 展覧会 参観日 結婚式など）



- ・何もしない 帽子だけかぶる 帽子＋つけ毛で過ごせそうという場面は？

例えば・・・家の中、買い物、散歩、職場など

Q:ウィッグの選び方がわかりません



- 選ぶポイントは、自分にあった「髪型」「かぶり心地」「予算」の3つです。
+「手入れのしやすさ」も大切です

- 必ずしも、高い商品があなたにとって善いものとは限りません。

- 医療用でも、医療用以外のウィッグでもかまいません。

＊ 医療用ウィッグとは？

医療用途としての安全性（アレルギーなど）・快適性（素材）・耐久性（洗濯 色おちなど）が
配慮された商品のことを一般的にいいます



Q:ウィッグの種類教えてください



フルウィッグ	部分ウィッグ	帽子をつけると	帽子ウィッグ
	襟足と前髪のみ 上はネット 		さっとかぶるだけ  アジャスターで調整

人毛	人工毛
・人間の髪の毛を利用したもの ・見た目の自然さが圧倒的 ・洗ったあとの手入れが難しい ・高価なものが多い	・ナイロンなど化学繊維でできている ・テカリがあるものもあるが、「マット加工」や「形状記憶されているもの」はかなり自然にみえる。 ・お手入れが楽 ・比較的リーズナブル



Q:ウィッグの入手方法がわかりません



- 購入
新品 中古
- 購入方法 ウィッグ専門の店頭販売
 - * 店員さんには今日は見に来ただけですと伝えると見やすいです！
- インターネット 通信販売
 - * 無料試着ができるか確認しましょう！
- レンタル 一般財団法人 夏目雅子ひまわり基金など



Q:ウィッグ使用中の“かゆさ・暑さ”対策はありますか？



- ・ウィッグに綿やガーゼのハンカチをはさむだけでかゆさや暑さが軽減されます。
- ・首元に冷却シップや保冷剤をまくと暑さ対策になります。

Q:ウィッグ購入時の助成金制度はありますか？

・あります。お住いの市町村によって申請方法や助成額は異なります。

＊お住いの県の二次元コードを読み取っていただくと申請方法や助成内容がわかります

愛知県



岐阜県



三重県



長野県



Q:再発毛後 治療中にカラーを行ってもいいですか？



- 脱毛の有無にかかわらず、カラーを行うことでかぶれや髪のダメージが生じる可能性はあります。かぶれやダメージのリスクがあるかもしれませんが、カラーをしないことで家にこもりがちになるのも問題です。

＊ メリットとデメリットをよく考えて行うことをお勧めします。

- カラーは控えたほうがいい状況はあるので注意をしてください

過去にヘアカラー剤にかぶれた経験がある

頭皮や頸部に、傷や腫れなどの異常がある

- カラー以外の対処方法

カラーシャンプーやトリートメントは比較的安価でかぶれやダメージが少な目です。



Q:育毛剤は脱毛予防や発毛促進になりますか？



- ・化学療法の脱毛予防の場合 ミノキシジル外用薬は効果がないと考えられています。

- ・化学療法後の頭髪の再発毛促進の場合 2～5%のミノキシジル外用薬が有用である可能性がありますが。明確ではありません。



Q:治療終了後の薄毛が気になります。



- ・地肌を隠し、毛量を多く見せる製品が通信販売やドラッグストアなどで購入できます。

頭皮用パウダー



頭皮用ファンデーション



- ・部分ウィッグの購入や 植毛 を検討する人もいます。

選ぶポイントは、自分にあった「髪型」「つけ心地」「予算」の3つです。
+「手入れのしやすさ」+「口コミ情報」も大切です



Q:眉毛・まつ毛の脱毛はおこりますか？



- ・眉毛やまつ毛の脱毛は残念ながらおこりますが、**あせらないでください**。
- ・眉毛やまつ毛は、髪の毛より後に抜けることが多いです。
また、急にすべての毛が抜けてしまうわけでもありません。
髪同様、治療が終われば生えてきます。
- ・眉毛の脱毛は化粧で整えますが、綺麗に 今まで通りに描かなくてもOK
目の上に眉っぽいものが描ければ大丈夫です。
- ・メガネをかけるだけでも、眉毛やまつ毛の脱毛をカモフラージュできます。



引用・参考文献



引用文献

- 1) 野澤桂子 藤間勝子 編：臨床で活かすがん患者のアピアランスケア 改訂2版：東京,南山堂,2024年

参考文献

- 1) 日本がんサポーターズケア学会 編：がん治療におけるアピアランスケアガイドライン 2021年版
- 2) 日本サポーターズケア学会 編：がんサバイバーのための皮膚障害セルフケアブック 2022年 小学館