Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter www.betanet.de.

© 2024 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | www.betanet.de

Haarausfall bei Chemotherapie

1. Das Wichtigste in Kürze

Chemotherapien können vorübergehend zu einem teilweisen oder vollständigen Haarverlust führen. Etwa 3 bis 6 Monate nach Ende der zytostatischen Therapie wächst das Haar wieder nach. Insbesondere für Frauen ist es eine Herausforderung, mit dieser starken Veränderung der äußeren Erscheinung umzugehen, nicht zuletzt weil die Erkrankung damit für andere sichtbar wird. Egal ob Perücke, kreative Kopfbedeckung oder Haarlosigkeit - wichtig scheint insbesondere eine bewusste Entscheidung für den eigenen Umgang damit.

2. Vor der Chemotherapie

Nicht alle Medikamente, die für eine Chemotherapie eingesetzt werden, haben einen Haarausfall zur Folge. Ärzte können darüber aber recht verlässliche Prognosen abgeben.

Betroffene sollten rechtzeitig überlegen, ob sie Haarersatz, Tücher, Hüte oder Mützen tragen möchten. Eine Perücke sollte ggf. rechtzeitig ausgewählt werden, d.h.: vor Beginn der Chemotherapie.

Vor und während der Therapie milde Shampoos und weiche Bürsten verwenden, um Haar und Kopfhaut zu schonen.

2.1. Gegen Haarausfall vorbeugen

Durch Kühlung der Kopfhaut mit Kältekappen ("scalp cooling") soll Haarausfall während einer Chemotherapie (zumindest teilweise) vermieden werden. Die Wirksamkeit von Kältekappen ist bisher nicht abschließend erforscht und wurde in Studien überwiegend bei Frauen mit Brustkrebs angewendet. Die Kosten dafür belaufen sich auf etwa 1.200–2.000 € und werden in der Regel **nicht** von der Krankenkasse übernommen. Weitere Informationen finden Sie unter www.aerztezeitung.de > Suchbegriff: "scalp cooling" .

Es gibt derzeit keine medikamentösen Verfahren die Haarausfall vorbeugen können.

3. Perücken

Es ist zu empfehlen, schon vor Beginn der Chemotherapie einen auf Perücken spezialisierten Friseur aufzusuchen, damit dieser Frisur, Haarfarbe und Haarbeschaffenheit kennt. Dann kann in Ruhe eine entsprechende Perücke ausgesucht oder angefertigt werden.

Manche Frauen sehen die Möglichkeit einer neuen Frisur als positiven Aspekt, andere entscheiden sich für einen Haarersatz, der ihrem natürlichen Haar möglichst ähnlich ist. Medizinische Qualitätsperücken unterscheiden sich kaum vom natürlichen Haar.

3.1. Kosten und Kostenübernahme

Der Preis einer Perücke richtet sich nach Qualität (Kunsthaar, Echthaar, Maßanfertigung) und Haarlänge. Er bewegt sich im Rahmen von 150 - 3.000 €.

Sozialrechtlich gelten Perücken als Hilfsmittel , die vom Arzt verordnet werden müssen. 2018 wurde die Produktgruppe 34 "Haarersatz" in das sog. Hilfsmittelverzeichnis des GKV-Spitzenverbandes aufgenommen, Details siehe https://hilfsmittel.gkv-spitzenverband.de .

Grundsätzlich stehen Perücken nicht nur Frauen, sondern auch Kindern zu. Bei Kindern ist die Kostenübernahme der Krankenkassen z.T. höher.

Bei Männern übernehmen die Krankenkassen nur in Ausnahmefällen die Kosten, z.B. bei entstellenden Veränderungen der Kopfhaut (Urteile des Dresdner Sozialgerichtes (Az: S 18 KR 1380/04) und des Hessischen Landessozialgerichts (Az: L 1 KR 183/05). Dies ist aber immer Entscheidung der Krankenkasse, deshalb sollten Männer, die eine Perücke wünschen, sich ein Rezept ausstellen lassen und es mit persönlicher Begründung bei ihrer Krankenkasse einreichen.

Die Krankenkassen haben mit unterschiedlichen Leistungserbringern von Hilfsmitteln, in diesem Fall Perücken, Versorgungsverträge. Nur ein Haarhaus oder Friseur, der einen solchen Vertrag mit der Kasse hat, kann eine Verordnung

über eine Perücke abrechnen. Adressen finden Sie über die Suchmaschine (oben rechts) des Bundesverbands der Zweithaarspezialisten unter www.bvz-info.de .

Vor Anfertigung der Perücke sollten sich Patienten einen Kostenvoranschlag erstellen lassen und mit diesem bei der Krankenkasse nachfragen, bis zu welcher Höhe die Kosten übernommen werden. Die Kostenübernahme der Krankenkassen ist sehr unterschiedlich, nur wenige Kassen ersetzen den vollen Betrag.

Die **Zuzahlung** der Versicherten für ein Hilfsmittel in der gesetzlichen Krankenversicherung beträgt 10 % des Abgabepreises, jedoch mindestens 5 € und maximal 10 €.

4. Mit oder ohne Kopfbedeckungen

Viele Betroffene, auch Frauen, entscheiden sich gegen eine Perücke oder tragen diese nur außerhalb des Hauses. Statt Haarersatz verwenden sie Mützen oder Tücher oder stehen offen dazu, übergangsweise keine Haare zu haben. Je zufriedener Patienten mit ihrem Aussehen sind, desto wohler werden sie sich fühlen.

5. Praxistipp

Zur Entscheidungsfindung können Betroffenenforen viel beitragen. Unter www.krebs-kompass.de finden sich im Brustkrebs-Forum auch einige Beiträge zum Thema Haarausfall und Perücken.

6. Schutzmaßnahmen

Die Kopfhaut ist infolge der Chemotherapie empfindlicher als normalerweise.
Folgende Schutzmaßnahmen sind wichtig:

- Sonnenschutz
  Insbesondere wenn keine Perücke und keine Kopfbedeckung getragen wird.
- Schutz vor Wärmeverlust
  Über den Kopf verliert der Körper viel Wärme, viel mehr als dies angesichts der vergleichsweise kleinen Körperoberfläche zu erwarten wäre. Andererseits ist das Immunsystem geschwächt, Kühle führt also viel leichter zu einer Erkältung. Eine Kopfbedeckung sollte deshalb immer zur Hand sein. Ggf. auch nachts den Kopf bedecken.

7. Kosmetik

Der Haarausfall kann die gesamte Körperbehaarung betreffen, auffällig ist das insbesondere am Kopf und im Gesicht. Wimpern und Augenbrauen fallen weniger oft aus als Kopfhaare, da sich die entsprechenden Zellen langsamer teilen. Allerdings wachsen sie deshalb auch langsamer nach.

Krebsberatungsstellen , Selbsthilfegruppen und Kliniken vermitteln **Kosmetik-Kurse** für Frauen nach Chemotherapie. Diese Kurse geben in angenehmer, verständnisvoller Atmosphäre Ideen für Kopfbedeckungen, Anleitung und praktische Übungen zum Kopftuchbinden, dezente Kosmetik von Brauen und Wimpern sowie individuelle Tipps für ein schönes Äußeres.

Online-Schritt-für-Schritt-Anleitungen als Video finden sich auf www.dkms-life.de > News [&] Wissen > Tipps [&] Tutorials.

8. Verwandte Links

Prostatakrebs

Prostatakrebs > Behandlung

Prostatakrebs > Partnerschaft und Sexualität

Brustkrebs

Brustkrebs > Allgemeines

Brustkrebs > Brustprothesen und Spezial-BHs

Brustkrebs > Familie