

お金がかかる？

仕事するのに
どうしよう？



これからがん治療をはじめる方へ

みんなに
バレちゃう？

ウィッグ
買わなきゃ？



髪が抜けます

と言われたら

あせらない、あわてない、惑わされない！

あわて
ないで！



治療法やその人によって、脱毛の程度は違います。あわててインターネットで調べたり、ウィッグを買いに行く前に主治医や看護師に「自分の脱毛はどの程度でいつ頃から始まりますか？」と聞いてください。

すぐに
抜けません！



多くの場合、1回目の治療（点滴や全脳照射）をした2～3週間後から抜け始めます。ウィッグは店頭在庫があれば即日、通販などで注文した場合も数日で届きますので、あわてて購入しなくても大丈夫です。

高いウィッグを
買わなくても
大丈夫！



最近では何十万円もするオーダーウィッグを作る人はまれです。また、初めから複数個購入する必要もありません。ウィッグを使わないという選択肢もあります。

もし、ウィッグを購入しようと思ったら…

1 予算

ウィッグの価格は数千円～数十万円まで幅があります。最近は1～5万円程度で購入したいと考える人が多いです。価格が高ければ自然で、人からバレない、というものではありませんので、自分なりの予算で選んでください。

2 かぶり心地

フィット感や重さなどかぶり心地の好みも人それぞれです。まずは試着してみましょう。試着してみて気にならなければ大丈夫です。内側素材の肌触りや、ムレ感は、工夫次第で変わりますので、あまり気にしなくてよいです。

3 一番大切なことは「自分に似合う」と思えること

世の中には、ファッションや薄毛・白髪のカバーを理由にウィッグを使っている人もたくさんいます。堂々と自信をもってウィッグを使っていると、他の人から見ても自然に見えます。人は気分で髪型を変えるものなので、今までと同じ髪型を選ぶ必要はありません。今までと違って「自分らしいな」「似合うな」と思えるスタイルを選びましょう。



ウィッグを自然に見せるのは、あなたの自信のある態度です！

ウィッグより先に準備しておくで安心です

1 自分のファッションにあった、外出用の帽子

ウィッグなしで気楽に外出できるよう、帽子を準備しておくで便利です。

散歩のときなど、脱毛した襟足もカバーできる、

後ろのつばが大きい帽子が使いやすいです。

また、つばのないベレー帽などは室内でも取る必要なく便利です。



2 帽子につけ毛、という方法も

とはいえ、まったく髪の毛がないと落ち着きが悪い、

という方は、つけ毛やつけ前髪を使うとよいでしょう。

帽子側に安全ピンなどで留めて使います。全体に髪がなくても、

どこか一部から毛が出ているだけでOKです。安全ピンを使うと

きは、肌を傷つけないように注意しましょう。



3 家の中では手軽な代用品で

家の中でかぶる帽子も専用品でなくてOK。子供用Tシャツの胴体を使うと簡単に手

作りできます。首に使うネックガードやネックウォーマーをイラストのようにかぶる

のもずれにくく使いやすいです。タオルや手ぬぐいを頭に巻くのもカッコいいですよ。



対処方法はひとそれぞれです

期間限定なので
帽子だけですこしました。

眉が薄いと違和感がある
ので、眉だけは妻の眉毛
用パウダーを借りて描き
足しました。



パウダーで分け目を
カバーしました。

全脱毛ではなく薄毛にな
る治療だったので、
ウィッグは使わず気にな
る部分だけ薄毛用パウ
ダーを使いました。



薄毛対策を兼ね
ウィッグにしました。

営業で人と会うことが
多いのでウィッグを買
いました。元々薄毛気
味だったので妻と相談
し、周囲に病気のことは
言わず「家族に勧め
られてウィッグ
をかぶることに
した」と説明
しました。



ネックガードは
使い勝手がよく便利です。

脱毛が始まったときに
台所で使う水切り用ス
トッキングネットをか
ぶり、その上からネッ
クガードを使ったら毛
が散らばらずよかったです。



問合せ先

兵庫医科大学病院 がん相談支援センター
☎ 0798-45-6762
(相談受付 10:00~15:00)

