

## 帽子やバンダナ、付け毛の活用

ウィッグ (かつら) 以外にも帽子やスカーフ・バンダナを上手に活用して過ごしましょう。また、帽子やバンダナにつける「付け毛」もあります。

### 帽子

帽子だけでも脱毛はカバーできます。深くかぶれるものやつばの広いものを選ぶと、髪がないことがわかりにくく自然に見えます。

脱毛の時期は、痛みやかゆみが出て頭皮がデリケートになっているので、やわらかくて肌にやさしい素材のものがよいでしょう。

ウィッグ (かつら) と併せたり、季節や就寝中、外出用など利用状況に合わせて利用するとよいでしょう。

なお、髪の毛がある時とない時ではサイズが異なるので注意が必要です。



< UV ハット >

UV カットの素材は、治療で敏感になっている肌を紫外線から守ってくれます。



< 男性用帽子 >

自分に似合う帽子を探してみましょう。



< フィットキャップ >

結び目がないものはそのままベッドに寝ても痛くありません。また、抜けた髪が飛び散るのを防いでくれます。



バリエーションが豊富なフィットキャップを利用してみましょう。

## スカーフやバンダナ

スカーフやバンダナを頭に巻いても脱毛をカバーできます。  
三角形に折って後ろで結ぶ場合は、後頭部が全部隠れるくらいの大きさのものをしましょう。

まゆ毛のところまで深くかぶるとまゆ毛や前髪の脱毛もカバーできます。また、巻き方をアレンジして楽しむのもよいでしょう。

男性の場合は、タオルを巻く人もいます。

スカーフやバンダナは毛髪がないとはずれやすいので、フィット感がなくなってきたら調整するようにしましょう。



### < スカーフ >

いろいろな巻き方をアレンジしてみましょう。



### < バンダナ >

大きめのものを選び、深くおおいましょう。  
付け毛などをつけて使うのもよいでしょう。

### < タオル >

男性の場合、タオルを巻いてもよいでしょう。

## 付け毛

髪の毛が全部抜けてしまった時は、帽子やバンダナに「付け毛」をつけてみましょう。少しでも髪が出ているだけで、自然な感じに見えます。

ウィッグ(かつら)よりも安価で、長さやカラーなど種類も豊富です。取り付け方はさまざまですが、比較的簡単につけられるようになっています。



ヘアスタイルの種類が豊富です。



裏に止め具が付いているものもあります。



帽子やバンダナに付け毛をつけるだけでも自然な感じに見えます。