

ウィッグ (かつら) の活用と選び方

【ウィッグ (かつら) の活用について】

放射線の影響で頭皮に皮膚炎 (赤みや腫れなど) が生じている時は、頭皮への刺激を少なくすることが必要です。ウィッグ (かつら) は通気性が良くありませんので、着けていると蒸れることがあります。可能な限りウィッグを着けない時間を作りましょう。吸水性や通気性などに考慮して、頭皮に刺激が少ない素材の帽子などを活用するのもよいでしょう。

一方、放射線治療の技術の進歩や照射方法の工夫などにより、頭皮に放射線が当たっても脱毛が起こらない、あるいは起きても小さい範囲で済む場合があります。このような時はウィッグ (かつら) を使用しなくても、周りの髪の毛でカバーすることが可能な場合もあります。治療を受ける前に予想される脱毛の程度を担当医に確認するとよいでしょう。

【ウィッグ (かつら) の購入方法 ー試着して購入するようにしましょう】

一般的にウィッグ (かつら) は専門メーカーやファッション雑貨店、通信販売などで購入することができます。購入する際は、直接質感を確かめたり、試着したりすることが大切です。例えば洋服を購入する時に、見た目で気に入っても、試着をすると「似合わなかった」、「サイズが合わなかった」という経験があることと思います。同様に、ウィッグも見た目と試着をするのでは、イメージが異なる場合があります。また、サイズが表示されていても、人の頭の形は様々です。部分的にサイズが合わないこともあります。

ウィッグを購入する場合は、できる限り試着をして購入するようにしてください。



【ウィッグ (かつら) の種類 –医療用ウィッグとおしゃれ用ウィッグ】

ウィッグには「医療用」と「おしゃれ用」とがあります。見た目は同じようなのに、「何が違うの?」と疑問に思われることでしょう。簡単にお伝えします。

医療用

頭皮に直接当たることを前提に製作されています。
裏側の素材が頭皮にやさしく、通気性がよいなど、頭皮に負担が少ないように考慮されています。
おしゃれのバリエーションを得ようとする、コスト高になる場合があります。

おしゃれ用

髪の毛があることを前提に製作されています。
ウィッグ (かつら) の髪の毛の量が少なかったり、もみ上げや襟足の所が短かったりすると、頭皮全体をカバーできないこともあります。
ウィッグの裏側の素材が「医療用」ほどは、考慮されていないことがあります。
おしゃれのバリエーションを気軽に楽しめます。



【ウィッグ (かつら) の作り方の違いと特徴】

ウィッグ (かつら) には既製品、セミオーダー品、フルオーダー品があります。値段や品質、手元に届く時間などに違いがあります。まず、それぞれの特徴を知りましょう(詳しくは、各販売店で確認しましょう)。

既製品

スタイルがある程度決まっているので、自分に合うスタイルを選びます。
サイズ調整ができるものとできないものがあります。
比較的安価なものからあります。
購入した日から使うことができます。

セミオーダー品

スタイルや毛質など、いくつかの選択肢の中から選ぶことができます。
メーカーによってシステムや納期が違うので、前もって確認が必要です。
フルオーダー品に比べると安価で、フルオーダー品に近い満足感が得られます。

フルオーダー品

頭の型どりをして、スタイルや色、毛質などを自由に選べ、希望通りのヘアスタイルを目指すことができます。
自分の頭の型をとって合わせるので、フィット感があります。
価格は高めです。
手元に届くまでおよそ1~3か月かかるので、作る時期を考慮しましょう。

あまり髪型を
変えたくないな

仕事の時
だけ使おう

〇日までに
ほしいな



【毛質の違いと特徴】

ウィッグ(かつら)の毛質には人工毛(合成繊維)、混合毛、人毛があります。それぞれの特徴を把握して選びましょう。

人工毛(合成繊維)

アクリル系またはポリエステル、ポリアミドなどで作られていて、人毛よりも軽くできています。

素材によっては耐熱性のももありますが、摩擦や静電気に弱いので、後からパーマやカラーの変更はできません。また、てかり感があります。

混合毛

人毛と人工毛(合成繊維)をミックスして作られており、形はくずれにくいのですが、後からパーマやカラーの変更はできません。

また、人毛部分が色あせすることがあります。

人毛

特殊加工した人の毛髪です。ドライヤーでセットしたり、パーマやカラーを変更したりすることもできます。

自然な質感を楽しめますが、色あせや枝毛などのダメージを受けることがあります。色あせにはカラーを施せますが、回数には制限があります。

人工毛(合成繊維)	人毛
○軽い △摩擦や静電気に弱い △熱に弱い素材もある △後からパーマやカラーの変更はできない	○自然な質感 ○後からパーマやカラーの変更ができる △色あせや枝毛になる △においがつきやすい

【その他のポイント】

価格を検討する

ウィッグ(かつら)の価格は、作り方や毛質などによって異なります。数千円のものから数十万円のものまでさまざまです。

自分にとってどのようなものがよいか、よく検討しましょう。

【ウィッグ(かつら)の価格について】専門メーカー店と量販店

ウィッグ(かつら)はそのまま使うこともできますが、自分に似合うようにカット(スタイリング)して使うことが一般的です。

専門メーカー

安価とされる既製品でも万単位の費用がかかる。

カット(スタイリング)料金が含まれている。

量販店など

数千円から購入できる。

カット(スタイリング)料金は別途必要になる。

【医療用ウィッグ(かつら)購入支援について】

2024年3月現在、ウィッグ(かつら)は医療費控除の対象ではありません。

ただし、医療用ウィッグ(かつら)購入費の助成制度を設けている自治体があります。支援対象、金額、申請方法などは自治体で異なりますので、詳細はお住まいの自治体にお問い合わせください。



サイズが調整できるか

頭の大きさは、髪の毛がある時とない時では 1～2 cmほど変わります。毛の量が変化し、頭の大きさも変わっていくので、購入する時は考慮しなければなりません。

サイズが調整できるウィッグ(かつら)を準備すると安心でしょう。

使う時期はどうか

治療時期により、ウィッグ(かつら)をつけると蒸れることもあります。特に暑い夏場は裏側のネットが通気性のよいものを選んだり、付け毛をつけた帽子をかぶったりするとよいでしょう。

裏の構造はどうか

ウィッグ(かつら)の裏の構造によっては、かぶっているとかゆみを感じたり、チクチクしたりします。裏の構造についても確認しましょう。



人工皮膚つき。
目が細かくてやわらかい。



人工皮膚はついていない。
目が細かくてやわらかい。

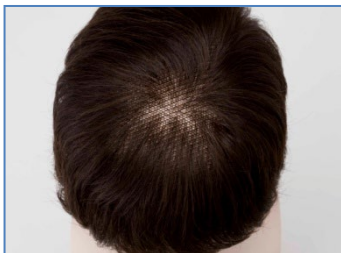


目が荒くてかたい
間から毛が入り込み、
刺激になることもある。

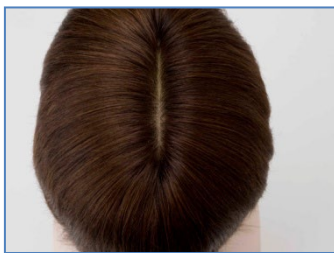
分け目はどうなっているか

分け目がネットの場合、座った状態などで上から見られるとネットが透けてウィッグ(かつら)だとわかってしまうことがあります。また、上からの視線が気になるという方もたくさんいらっしゃいます。

地肌のように見える人工皮膚のものもありますので、販売店で確認してください。



ネット



人工皮膚

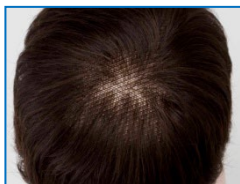
別売りのネット類を活用する

ウィッグ(かつら)の下にかぶるネットの種類には、フィット感を良くするもの、汗の吸収を良くするもの、ウィッグの分け目部分を隠すものなどがあります。ウィッグのつけ心地を良くするためにも、必要に応じてネット類を上手に活用しましょう(ネット類の種類は販売店によって異なりますので、用途については販売店で確認してください)。

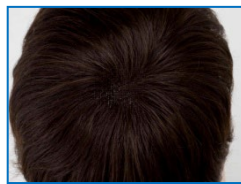
なお、ネットを着用していると、ウィッグがずれた時に気づかないことがあります。また、厚手の素材になると、暑いだけでなく、シルエットにも影響がありますので、注意しましょう。



例：分け目部分を
隠すネット



ネット着用前



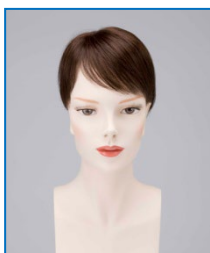
ネット着用後

部分ウィッグ(かつら)を利用する

部分的な脱毛の場合は、部分ウィッグ(かつら)を利用するのもよいでしょう。

品質や機能、メーカーによって、価格やつけ方などが異なります。販売店で確認しましょう。

一般的な部分ウィッグ(かつら)のつけ方は、周りの毛に留める方法と、両面テープ(専用)タイプのものがありますが、両面テープタイプは、皮膚の炎症が治まるまでは使わないようにしましょう。



部分ウィッグ(かつら)



部分ウィッグ(かつら)の裏

【 男性がウィッグ(かつら)を選ぶとき 】

髪の毛を短くしている男性がウィッグ(かつら)を選ぶ時に気をつけていただきたいことは、もみあげや襟足の状態をどの程度表現できるか、髪の毛の量の調節はどの程度できるかという点です。

ウィッグになっていきなり長髪に変わったということでは、違和感が強くなってしまいかも知れません。

一般的に既製品の場合では短くカットしても、もみあげや襟足などの調整は難しいのが現状です。



ウィッグと帽子はどっちがいいかな



ウィッグ(かつら)のお手入れ

お手入れの方法は、ウィッグ(かつら)の毛質によって異なります。

人工毛(合成繊維)と混合毛

熱に弱いので、水洗いのあと、ドライヤーの冷風、または自然乾燥します。

人毛

お湯(ぬるま湯)洗い、ドライヤーでの乾燥ができます。

どの毛質の場合も、できれば専用シャンプー(各販売店で確認してください)の利用をお勧めします。頻度はウィッグ(かつら)を毎日使用して、夏場は1週間、冬場は10日に1回がクリーニングの目安です。また、販売店によっては、メンテナンスやクリーニングを行っているので利用するのもよいでしょう。

【ウィッグ(かつら)のスタイリング】

自分の髪を似合うようにカット(スタイリング)するのと同じように、髪の毛の代わりであるウィッグ(かつら)も自分に合うようにカットするのが一般的です。

スタイリングを依頼する場所は、理美容院などです。

時々、「ウィッグのカットに失敗した」との声を耳にすることがあります。理美容師の話では、地毛とウィッグをカットする技術は異なるそうです。ウィッグのスタイリングはその経験が豊富な技術者に依頼した方が失敗は少ないようです。

どこへ依頼したらよいか迷った場合は、ウィッグ(かつら)メーカーに相談するとよいでしょう。



装着中の注意点

● 強風

風でウィッグ(かつら)が飛ばされることがあります。風対策にはフィット感のある帽子やバンダナで押さえるとよいでしょう。ただし、つばの大きな帽子と一緒に飛ばされる可能性があるので注意しましょう。

● 襟の硬い洋服

コートなど襟が硬い洋服を着ると、ウィッグ(かつら)の後ろの部分が浮いてくる可能性があります。また、衣類の着脱時にも気をつけましょう。

● 静電気

毛質が人工毛(合成繊維)のものは静電気をためやすいので、着脱時には注意が必要です。また、セーター類と同じように、静電気でも毛が縮れてしまうこともあります。

● 火や熱風

人工毛(合成繊維)と混合毛は熱に弱いので、料理や暖炉、ヒーターにあたる時など、火や熱風に注意しましょう。

頭皮は清潔にしましょう

ウィッグ(かつら)をつけることで汗をかいたりします。湿疹やかゆみ、にきび、かぶれなどを予防するためにも清潔を保つことをこころがけましょう。



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、季節や外出用、就寝中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ります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。



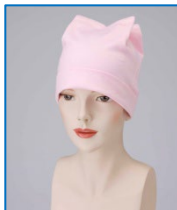
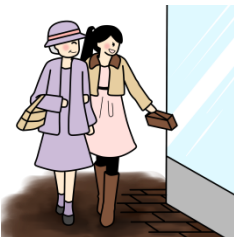
< 男性用帽子 >

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。

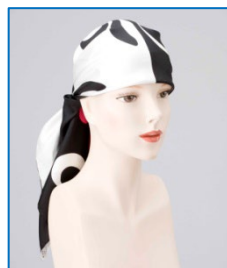
スカーフやバンダナ

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。

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 >

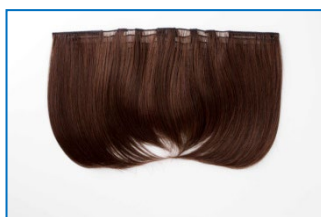
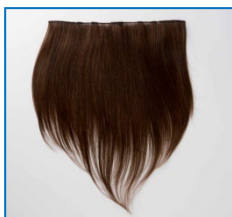
男性の場合、タオルを巻いてもよいでしょう。

付け毛

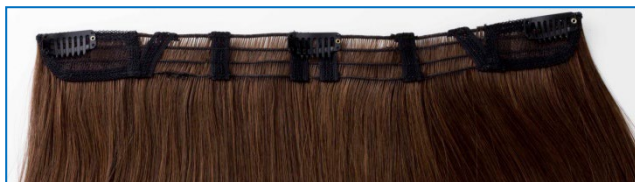
髪の毛が全部抜けてしまった時は、帽子やバンダナに「付け毛」をつけてみましょう。少しでも髪が出ているだけで、自然な感じに見えます。

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。

まゆ毛やまつ毛のカバー術

まゆ毛やまつ毛がないと人相がだいぶ変わってしまうものです。

まゆは、まゆ墨でまゆ毛を描くことで、カバーすることができます。また、まつ毛は、付けまつ毛をつけたり、アイラインを入れたりすることなどで、カバーできます。治療前に自分の顔を写真に撮っておくと、参考になります。

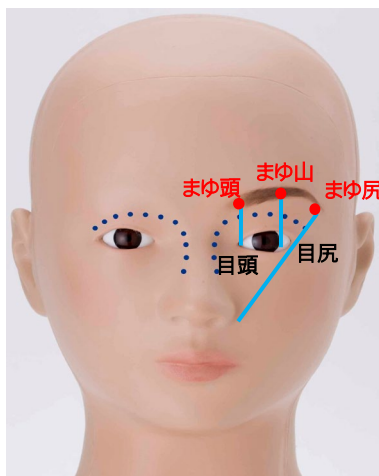
普段お化粧品に慣れていない男性でも必要になることがあるかもしれませんので、習得しておくといでしょう。

ただし、顔の皮膚に炎症がある時期は、まゆ毛を描いたりアイラインを入れたり、付けまつ毛を付けることはできませんので、帽子やサングラスなどでカバーしましょう。

まゆ毛のカバー術

一般的なまゆ毛の描き方を紹介します。

いろいろ試しながら、自分に似合うラインを見つけましょう。



点線は、手でさわるとわかる、顔の骨のラインを表しています。

< 描き方 >

- ① まゆ頭、まゆ山、まゆ尻の位置を決めます。
(次ページのポイントを参考にしてください)
- ② まゆ頭の1cmほど外側のところから描き始め、まゆ山まで筆を進めます。
- ③ そのまま、まゆ尻まで筆を進めます。
- ④ ②の描き始めたところから、まゆ頭までを描きかたします。

まゆ毛を描く時のポイント

- まゆ頭は、目頭の真上に上がったラインと点線が交わったところからやや内側になります。
- まゆ山は、黒目の外端の真上に上がったラインと点線が交わったところからやや上になります。
- まゆ尻は、小鼻と目尻を結んだ延長線上です。高ささまゆ頭よりも下にならないようにし、耳の付け根に向かう角度で描くと自然です。
- 男性は、太めで直線的なラインにしましょう。
- 女性は、パウダータイプのアイブロウを使うと自然に仕上がります。
- アイブローコートを使用すれば、描いたまゆ毛が汗などで消えるのを防ぐことができます。使用する時は念のため、医療者に相談してください。



【MRI 検査とまゆ毛・まつ毛などのカバー術について】

MRI 検査を受ける場合は、金属製の装飾品などは外す必要があります。外見のカバーで活用するタトゥー(シール)、付けまつ毛やアイライン、マスカラ、アイシャドウなどの化粧品の中にも金属成分が含まれているものもありますので、注意が必要です。詳しくは検査スタッフなどにご相談ください。

まつ毛のカバー術

まつ毛のカバー術には付けまつ毛をつける方法と、アイラインを描く方法があります。

● 付けまつ毛

つけるための接着剤にかぶれる場合があるので、治療中で皮膚がデリケートになっている時には注意が必要です。使用する前に医療者に相談しましょう。

また、付けまつ毛の種類はたくさんありますが、自分の目の大きさや形に合ったものを選びましょう。場合によってはカットが必要です。



● アイライン

目の印象をはっきりさせるために、アイラインを引くのもよいでしょう。一般的にアイラインは、目のフレーム際に、目頭から目尻に向けて描きます。目の中央部から目尻のラインはやや太めに描くのがコツです。

● サングラス


レンズにフレームがあるものや色つきのものをかけると、まつ毛の脱毛が目立たなくなります。

また、目にごみやホコリが入るのを防いでくれます。



【 脱毛と運転免許証の写真 】

がんの治療により脱毛している状態で運転免許の写真を撮影する時は、医療上の理由があり「個人識別が容易にできる(顔の輪郭がわかる等)範囲」であれば、ウィッグ(かつら)、帽子、スカーフ等の使用が認められています。詳細は最寄りの警察署あるいは免許センターにご確認ください。

氏名	○ ○ ○ ○	年 月 日 生
住所	○○県△△市……	
		

運転免許証