

Fadowar Gashi (Alopecia) da Maganin Ciwon Kansa

Wasu nau'ikan chemotherapy suna sa gashin kai da na jiki su fado, kuma maganin radiation na iya sa gashi ya fado a wurin da ake yin masa jiyya. Ana kiran fadowar gashi da suna alopecia. Yawanci na wucin gadi ne — gashi sau da yawa yakan sake tsirowa watanni kadan bayan an gama jiyya. Kula da gashi da fatar kai a hankali, tare da yin magana kan yadda kake ji, na iya taimakawa wajen jurewa.

Sigar sauki

Wasu nau'ikan chemotherapy suna sa gashin kanka da sauran sassan jikinka su fado. Har ila yau, maganin radiation na iya sa gashi ya fado a wurin da ake yin masa jiyya a jiki. Ana kiran fadowar gashi da suna alopecia.

Ba kowane mai fama da ciwon kansa ne gashinsa ke fadowa ba. Ko hakan zai faru ya dogara ne da takamaiman jiyar da ake yi. Yi magana da tawagar kula da lafiyarka domin sanin ko jiyar da za ka samu tana haddasa fadowar gashi. Likitanka ko ma'aikaciyar jinya na iya ba ka shawarwarin da suka taimaki wasu.

Hanyoyin sarrafa fadowar gashi

- **Ka kula da gashinka a hankali.** Yi amfani da buroshi mai laushi ko kaskon da hakoransa masu fadi. Ka guji na'urorin busar da gashi, na'urorin daidaita gashi, da kayayyaki kamar gel ko klip da za su iya cutar da fatar kanka. Ka wanke gashinka ba sau da yawa ba, ta amfani da shamfu mai laushi, ka yi hankali sosai, sannan ka goge shi da tawul mai laushi.
- **Kana da zabubbuka.** Wasu mutane sukan yanke gashinsu gajere domin saukaka lamarin lokacin da ya fara fadowa. Wasu kuma sukan aske kansu gaba daya — idan ka yi haka, yi amfani da na'urar askin lantarki domin kada ka yanke kanka. Idan kana shirin sayen wig, ka saya yayin da har yanzu kana da gashi domin ka iya daidaita launi. Idan wig yana sa fatar kai kaikayi kuma yana zafi, gwada wani rigar kai (scarf) mai dadi ko turban.
- **Kare kuma kula da fatar kanka.** Yi amfani da sunscreen ko sa hula a waje. Ka zabi rigar kai ko hula mai dadi wanda zai riƙe zafin kanka. Idan fatar kanka tana kaikayi ko tana da laushi mai zafi, man shafawa da conditioner na iya taimakawa.
- **Yi magana kan yadda kake ji.** Mutane da yawa suna jin fushi, bakin ciki, ko kunya game da fadowar gashi. Yana taimaka a yi magana da wanda ya fahimta, har da wasu da suka riga sun

rasa gashinsu lokacin jiyya. Yin magana a fili da 'ya'yanka da danginka na kusa ma yana taimakawa — ka sanar da su cewa kana tsammanin za ka rasa gashinka a lokacin jiyya.

Lokacin da gashinka zai sake tsirowa

Fadowar gashi yawanci na wucin gadi ne.

- **Ka yi hankali.** Lokacin da gashinka ya fara sake tsirowa, guji yawan share shi, lankwasa shi, ko busar da shi da na'ura, kuma yana yiwuwa ba za ka so wanke shi sau da yawa ba.
- **Bayan chemotherapy.** Gashi sau da yawa yakan sake tsirowa cikin wata 2 zuwa 3 bayan an gama jiyya. Sabon gashinka zai kasance mai matukar sirara da farko, kuma zai iya zama mai lankwasa fiye, mai mikewa fiye, ko ma launi daban. Da lokaci, yana iya komawa kamar yadda yake kafin jiyya.
- **Bayan maganin radiation.** Gashi sau da yawa yakan sake tsirowa cikin wata 3 zuwa 6 bayan an gama jiyya. Idan ka sami babban adadin radiation, gashinka na iya sake tsirowa amma sirara, ko kuma ba zai sake tsirowa ba, a wurin jikinka da ya sami radiation.

Shirya don yin magana da tawagarka

Yin jerin tambayoyi kafin ziyararka na iya taimaka maka ka ji shirye sosai. Za ka iya tambaya ko jiyya na iya haddasa fadowar gashi, yadda za ka kare kuma ka kula da kanka, ina za ka sami wig ko wani abin rufa gashi, wadanne kungiyoyin tallafi za su iya taimakawa, da kuma lokacin da gashinka zai sake tsirowa.

An dogara ne da wata amintacciyar majiya

Wannan fassara ce mai sauƙin fahimta ta bayanan ilimi da aka dogara da National Cancer Institute. Don Allah karanta asalin majiyar domin samun cikakkun bayanai na zamani. Don ilimi kawai ne — ba shawarar likita ba ce. Kullum ka yi magana da tawagar kula da lafiyarka.

National Cancer Institute: cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/hair-loss

An sabunta: 2026-09-15

Kana da hakkin samun mai fassara kyauta. Asibitoci da asibitocin shan magani (clinics) a Amurka waɗanda ke karɓar kuɗin tallafi daga gwamnatin tarayya dole ne su samar maka da kwararren mai fassara ba tare da ka biya ko sisi ba. Kana iya neman mai fassara a wurin karɓar baƙi ko kafin lokacin ganin likitanka. Ba dole ba ne ka kawo ɗan uwa ko yaro ya yi maka fassara.

A intanet: cancerexplained.org/languages/ha/hair-loss

An fassara daga makalar Turanci da ke cancerexplained.org. Sigar Turanci ce aka duba da majiyar.

Educational information only, not medical advice. An AI-assisted editorial system helped prepare this page. No named medical reviewer has reviewed it unless one is listed.

Kyauta ne a buga, a kwafa, a raba ba tare da an canza komai ba. Ba a buƙatar izini. Don Allah kada a canza bayanan lafiyar. Majiya: cancerexplained.org. Bayanan ilimi ne, ba shawarar likita ba.