

Pagkalagas ng Buhok (Alopecia) at ang Paggamot sa Cancer

May ilang uri ng chemotherapy na nagdudulot ng pagkalagas ng buhok sa ulo at katawan, at ang radiation therapy ay maaaring magdulot ng pagkalagas ng buhok sa ginagamot na bahagi. Ang pagkalagas ng buhok ay tinatawag na alopecia. Kadalasang pansamantala lang ito—madalas na tumutubo muli ang buhok ilang buwan matapos ang paggamot. Ang maingat na pag-aalaga ng buhok at ang pakikipag-usap tungkol sa inyong nararamdaman ay makatutulong sa inyong makayanan.

Ang simpleng bersyon

May ilang uri ng chemotherapy na nagdudulot ng pagkalagas ng buhok sa inyong ulo at sa ibang bahagi ng inyong katawan. Ang radiation therapy ay maaari ring magdulot ng pagkalagas ng buhok sa bahagi ng katawan na ginagamot. Ang pagkalagas ng buhok ay tinatawag na alopecia.

Hindi lahat ng may cancer ay nawawalan ng buhok. Ang mangyayari o hindi ay nakadepende sa tiyak na paggamot. Kausapin ang inyong healthcare team upang malaman kung ang paggamot na inyong tatanggapin ay nagdudulot ng pagkalagas ng buhok. Ang inyong doktor o nars ay maaaring magbahagi ng mga estratehiyang nakatulong sa iba.

Mga paraan upang pamahalaan ang pagkalagas ng buhok

- **Alagaan nang maingat ang inyong buhok.** Gumamit ng brush na malambot ang tinik o suklay na malaki ang ngipin. Iwasan ang hair dryer, iron, at mga produkto gaya ng gel o clip na maaaring makasakit sa inyong anit. Bawasan ang paghuhugas ng buhok gamit ang banayad na shampoo, maging maingat, at pat-patin lang ito nang tuyo gamit ang malambot na tuwalya.
- **May mga pagpipilian kayo.** May ilang taong ginugupit nang maikli ang kanilang buhok upang mas madaling harapin kapag nagsimula na itong malagas. Ang iba naman ay inaahitan ang ulo—kung gagawin ninyo ito, gumamit ng electric shaver upang hindi kayo masugatan. Kung planong bumili ng wig, kumuha nito habang mayroon pa kayong buhok upang maitugma ninyo ang kulay. Kung ang mga wig ay nakakati at nakakainit, subukan ang komportableng scarf o turban.
- **Protektahan at alagaan ang inyong anit.** Gumamit ng sunscreen o magsuot ng sumbrero kapag nasa labas. Pumili ng komportableng scarf o sumbrero na nagpapainit sa inyong ulo. Kung ang inyong anit ay makati o mahapdi, ang mga losyon at conditioner ay makatutulong.

- **Pag-usapan ang inyong nararamdaman.** Maraming tao ang nakararamdam ng galit, depresyon, o hiya tungkol sa pagkalagas ng buhok. Makatutulong na ibahagi ang mga damdaming ito sa isang taong nakauunawa, kabilang ang iba pang nawalan ng buhok sa panahon ng paggamot. Ang bukas na pakikipag-usap sa inyong mga anak at malalapit na pamilya ay makatutulong din—ipaalam sa kanila na inaasahan ninyong malalagas ang inyong buhok sa panahon ng paggamot.

Kapag tumubo muli ang inyong buhok

Ang pagkalagas ng buhok ay kadalasang pansamantala lang.

- **Maging maingat.** Kapag nagsimulang tumubo muli ang inyong buhok, iwasan ang labis na pagsuklay, pag-curl, at pag-blow-dry, at maaaring hindi ninyo gustuhing hugasan ito nang madalas.
- **Pagkatapos ng chemotherapy.** Madalas na tumutubo muli ang buhok sa loob ng 2 hanggang 3 buwan matapos ang paggamot. Ang inyong bagong buhok ay napakanipis sa simula, at maaari itong mas kulot, mas tuwid, o kahit ibang kulay. Sa paglipas ng panahon, maaari itong bumalik sa dati.
- **Pagkatapos ng radiation therapy.** Madalas na tumutubo muli ang buhok sa loob ng 3 hanggang 6 na buwan matapos ang paggamot. Kung nakatanggap kayo ng napakataas na dosis ng radiation, ang inyong buhok ay maaaring tumubong mas manipis, o hindi na tumubo, sa bahagi ng inyong katawan na tumanggap ng radiation.

Paghahanda para sa pakikipag-usap sa inyong team

Ang paggawa ng listahan ng mga tanong bago ang inyong pagbisita ay makatutulong sa inyong makaramdam ng mas handa. Maaari ninyong itanong kung malamang na magdulot ng pagkalagas ng buhok ang paggamot, kung paano protektahan at alagaan ang inyong ulo, kung saan makakakuha ng wig o hairpiece, kung anong mga support group ang maaaring makatulong, at kung kailan tutubo muli ang inyong buhok.

Batay sa isang mapagkakatiwalaang sanggunian

Ito ay isang salin sa simpleng wika ng nilalamang pang-edukasyon na batay sa Pambansang Instituto ng Kanser ng Estados Unidos (NCI). Pakibasa ang orihinal na sanggunian para sa kumpleto at pinakabagong impormasyon. Pang-edukasyon lamang — hindi ito payong medikal. Palaging kausapin ang inyong care team.

Pambansang Instituto ng Kanser ng Estados Unidos (NCI): cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/hair-loss

Huling na-update: 2026-07-14

May karapatan kang humingi ng libreng interpreter. Ang mga ospital at klinika sa Estados Unidos na tumatanggap ng pondong pederal ay kailangang magbigay ng kwalipikadong interpreter nang walang bayad. Maaari kang humiling nito sa reception o bago ang iyong appointment. Hindi mo kailangang magsama ng kapamilya o bata para magsalin para sa iyo.

Online: cancerexplained.org/languages/tl/hair-loss

Isinalin mula sa artikulong Ingles sa cancerexplained.org. Ang bersyong Ingles ang siyang sinuri laban sa pinagmulan.

Impormasyong pang-edukasyon lamang, hindi medikal na payo. Tumulong ang isang editorial system na may tulong ng AI sa paghahanda ng pahinang ito. Walang pinangalanang medical reviewer ang nag-review nito maliban kung may nakalista.

Libreng i-print, kopyahin at ibahagi nang walang binabago. Hindi kailangan ng pahintulot. Pakiusap, huwag baguhin ang nilalamang medikal. Sanggunian: cancerexplained.org. Impormasyong pang-edukasyon, hindi payong medikal.