Questions thème « socio-esthétique »

QUESTION 1

QUELS CONSEILS POUR LES CHEVEUX?

Quels conseils pour les cheveux? (1)

- Conseiller une coupe courte avant de commencer la chimio
- Eviter brushing, lissage et coloration (sauf si sans oxydant)
- Prendre contact avec un prothésiste capillaire, voir annuaire (prise en charge sécu et mutuelle)
- Se laver les cheveux la veille de la chimio et ne plus y toucher avant 5 à 8 jours.

Quels conseils pour les cheveux? (2)

- Le casque réfrigérant:
  - Son action: réduire le flux sanguin lors de la perfusion de chimiothérapie pour réduire la quantité de produit toxique qui affectera les cellules du cheveux.
  - Son utilisation: au mieux, il doit être posé 10 min avant l'injection, changé tous les ¼ d'heure et maintenu 30 min après le fin de la chimio.
  - Son efficacité dépend de la chimiothérapie, de son mode d'administration, de la nature et de la longueur du cheveux et de la gestion du casque par l'équipe soignante.
  - Effets indésirables: sensation de froid intense, dl oculaire ou cervicale, céphalées.

Quels conseils pour l’alopécie?

- Utiliser un shampooing doux mais pas pour bébé (non adapté)
- Hydrater le cuir chevelu tous les jours
- Protéger la tête du froid avec bonnet ou turban

QUESTION 2

QUELS SOINS DES ONGLES?

Soins des ongles

- Pas de coupe-ongles mais plutôt une lime à ongles non métallique.
- Protéger les ongles avec un vernis base au silicium en vente en pharmacie ou parapharmacie. Durant toute la chimio et 1 mois après. Recouvrir avec un vernis foncé.
- Utiliser un dissolvant sans acétone

Soins des ongles sous taxol ou taxotère

Il faut éviter

- L'exposition répétée à l'eau et aux détergents (vaisselle, lessive, produits ménagers,...)
- L'exposition au soleil, sinon utilisez une protection solaire (haute protection 50) et renouvelez très régulièrement
- La pose de faux ongles

Institut de Cancérologie de l'Ouest René Gaudücheau
www.ico-cancer.fr
eri
02.40.67.99.37

ENG514 – version 1 – Date d'application : 11/05/2017

Institut de Cancérologie de l'Ouest René Gaudücheau

Vous recevez un traitement à base de taxol ou taxotere

Quelques conseils pour prendre soin de vos mains et vos pieds

eri

Il faut éviter

- L'exposition répétée à l'eau et aux détergents (vaisselle, lessive, produits ménagers,...)
- L'exposition au soleil, sinon utilisez une protection solaire (haute protection 50) et renouvelez très régulièrement
- La pose de faux ongles

Institut de Cancérologie de l'Ouest René Gaudücheau
www.ico-cancer.fr
eri
02.40.67.99.37

ENG514 – version 1 – Date d'application : 11/05/2017

Institut de Cancérologie de l'Ouest René Gaudücheau

Vous recevez un traitement à base de taxol ou taxotere

Quelques conseils pour prendre soin de vos mains et vos pieds

eri

Soins spécifiques des mains et pieds

Pour les ongles

- Appliquez une base transparente au silicium
- Appliquez 2 couches de vernis foncé au silicium
- Appliquez une couche de fixateur
- Ces soins sont à renouveler très régulièrement (dès que le vernis est écaillé)
- Utilisez un dissolvant sans acétone
- Tous les 10 jours passez une nuit sans vernis, renouvelez les différentes étapes dès le matin (protection UV)
- Massez les ongles 2 fois par jour avec une crème hydratante

Pour la peau

- Utilisez un savon surgras
- Séchez bien en tamponnant
- Appliquez une crème hydratante après chaque lavage

Quelques astuces

- Utilisez des gants pour les travaux ménagers, le jardinage, le bricolage, ...
- Protégez vous de l'exposition au froid
- Préférez des chaussures larges, confortables
- Coupez les ongles régulièrement
- Débutez les soins avant la chimiothérapie, et poursuivez les, 3 mois après la fin

Soins spécifiques des mains et pieds

Pour les ongles

- Appliquez une base transparente au silicium
- Appliquez 2 couches de vernis foncé au silicium
- Appliquez une couche de fixateur
- Ces soins sont à renouveler très régulièrement (dès que le vernis est écaillé)
- Utilisez un dissolvant sans acétone
- Tous les 10 jours passez une nuit sans vernis, renouvelez les différentes étapes dès le matin (protection UV)
- Massez les ongles 2 fois par jour avec une crème hydratante

Pour la peau

- Utilisez un savon surgras
- Séchez bien en tamponnant
- Appliquez une crème hydratante après chaque lavage

Quelques astuces

- Utilisez des gants pour les travaux ménagers, le jardinage, le bricolage, ...
- Protégez vous de l'exposition au froid
- Préférez des chaussures larges, confortables
- Coupez les ongles régulièrement
- Débutez les soins avant la chimiothérapie, et poursuivez les, 3 mois après la fin

QUESTION 3

QUELS SOINS DE LA PEAU EN PREVENTIF?

Soins de la peau : en préventif

- Utiliser un nettoyant doux au PH physiologique (surgras ou huile lavante).
- Sécher correctement et hydrater.
- Ne pas utiliser de lingette ou de produit contenant de l'alcool.
- Risque de photosensibilisation donc utiliser protection solaire indice 50.
- Ne pas s'exposer à la chaleur.
- Pour l'homme: pas de rasage de près, éviter le rasoir mécanique. Pas d'après-rasage à base d'alcool.
- Eviter les activités qui entrainent pression ou frottement sur la peau (ménage, jardinage, conduite, course à pieds, marche prolongée…)