

5 effets esthétiques des traitements anticancéreux



✍ Léa Galanopoulo

Seul un patient sur deux est prévenu des effets indésirables sur la peau des traitements anticancéreux. « **Ces effets esthétiques peuvent paraître anodins, mais ils se révèlent finalement très handicapants** », note Judith Levy, cofondatrice de la marque de dermocosmétique *Même*, conçue pour les femmes atteintes de cancer.

XÉROSE

Quoi ? Une peau sèche, rouge, qui démange ou se fissure. À noter qu'en cas de radiothérapie, une radiodermite peut se développer, caractérisée par des brûlures cutanées.

Quand ? La xérose apparaît entre 1 et 3 mois après le début des traitements par chimiothérapie ou thérapie ciblée. La radiodermite apparaît, elle, 2 ou 3 semaines après le début de la radiothérapie.

À éviter ? Faire attention à toute température élevée (douche, pièce surchauffée), éviter les produits d'hygiène contenant des substances irritantes (savon, alcool, huiles essentielles...), ne pas utiliser de gant de toilette.

À faire ? Bien hydrater avec des produits émoullissants et doux, se doucher à l'eau tiède.

SYNDROME MAINS-PIEDS

Quoi ? Réaction inflammatoire caractérisée par une fragilisation des microvaisseaux des mains et des pieds. Elle provoque sécheresse, rougeurs, gonflements douloureux des extrémités et l'apparition de petites cloques.

Quand ? De 2 à 3 mois après le début du traitement.

À éviter ? Port de chaussures trop serrées, marche prolongée, bain chaud.

À faire ? Porter systématiquement des gants pour faire la vaisselle ou le ménage, utiliser des produits émoullissants et réparateurs, consulter un podologue en tout début de traitement.

ONYCHOPATHIE

Quoi ? Fragilisation des ongles : ils peuvent noircir, se fissurer, possibilité de suppurations sous-unguéales. Ces affections sont généralement très douloureuses.

Quand ? Après quelques semaines de traitement par chimiothérapie ou thérapie ciblée.

À éviter ? Ne pas couper les cuticules, ne pas couper les ongles au ciseau, mais préférer la lime à ongles. Penser à enlever et refaire sa manucure au moins une fois par semaine, pour vérifier l'état de l'ongle en dessous.

À faire ? « Il faut d'abord réparer puis fortifier l'ongle. Pensez aussi à toujours protéger vos ongles avec un vernis », conseille Juliette Couturier, cofondatrice de *Même*. Des vernis fortifiants à la silice sont à privilégier, tout comme les soins hydratants pour ongles et cuticules.

“ NOUS CONSEILLONS DE PASSER RAPIDEMENT À UNE COUPE COURTE AVANT LE DÉBUT DU TRAITEMENT, POUR S'HABITUER ET LIMITER L'EFFET PSYCHOLOGIQUE DES GROSSES CHUTES DE CHEVEUX. ”

ALOPÉCIE

Quoi ? Chute des cheveux, mais aussi des cils et des sourcils. Les cheveux peuvent également changer de couleur ou de texture. Il arrive que le cuir chevelu soit aussi irrité par le port de prothèse capillaire.

Quand ? De 2 à 3 semaines après la première cure de chimiothérapie ou de thérapie ciblée. Les cheveux peuvent repousser entre les cures, amplifiant la sensation d'inconfort.

À éviter ? Tout ce qui est chauffant (sèche-cheveux, eau chaude), bannir les colorations capillaires.

À faire ? « Nous conseillons de passer rapidement à une coupe courte avant le début du traitement, pour s'habituer et limiter l'effet psychologique des grosses chutes de cheveux », indique Judith Levy. Pour apaiser le cuir chevelu et activer la circulation, masser avec une brume spéciale, comme celle développée par *Même*.

ÉRUPTION ACNÉIFORME

Quoi ? Ces éruptions ressemblent à des boutons d'acné, mais n'en sont pas réellement. Elles sont assez attendues par les patients, car elles sont souvent le signe d'une bonne action de la molécule, particulièrement dans le cas des thérapies ciblées anti-EGFR.

Quand ? De quelques jours à quelques semaines après le début du traitement. Rarement après 3 semaines.

À éviter ? Ne pas utiliser des produits décapants, anti-acné, qui seraient contre-productifs. Ne pas percer ni réaliser de gommage. Pas d'exposition solaire.

À faire ? Hydrater une ou deux fois par jour, utiliser des crèmes apaisantes et camoufler les imperfections avec du maquillage adapté. Des cyclines *per os* peuvent parfois être prescrites, plutôt pour leur effet anti-inflammatoire qu'antibactérien. •