

QUESTIONS/RÉPONSES SUR LA SOCIO-ESTHÉTIQUE :

- **Mes cils et mes sourcils vont-ils tomber en même temps que mes cheveux ?**

Selon les traitements les cheveux tombent entre 15 et 21 jours mais les sourcils tombent bien après. Certains traitements ne font tomber que les cheveux. (Renseigner vous auprès de votre médecin)

- **Puis-je me maquiller dans ces cas-là comme avant ?**

Vous pouvez utiliser votre maquillage habituel cependant la technique pour les yeux consiste en l'utilisation d'un pinceau biseauté yeux et d'un fard à paupière noir afin d'ombrer votre contour de l'œil.

Pour les sourcils, un kit de pochoir et fard à sourcils devront être utilisés.

Les produits sont en général vendus en parfumerie ou sur internet.

- **Puis-je faire un tatouage des sourcils et des cils ?**

Le tatouage ou dermopigmentation n'est pas du tout conseillé pendant les traitements.

- **Puis-je mettre des faux cils ?**

L'application de faux cils est trop difficile et la colle risque d'être en contact avec l'œil.

- **Puis-je mettre des faux sourcils ?**

Il existe effectivement des faux sourcils. Sachez qu'ils ne collent sur la peau qu'à condition de ne pas mettre de crème auparavant.

- **Mes ongles vont-ils tomber ou s'abîmer ?**

Certaines chimiothérapies ont effectivement des effets secondaires sur les ongles, il est donc préférable d'utiliser un vernis au silicium pour éviter qu'ils ne s'abîment (renseigner vous auprès de l'infirmière). Il est recommandé de le retirer avec un dissolvant sans acétone.

Le vernis est à garder 5 jours sur les mains et 10 jours sur les pieds.

Il faudra, après les traitements, continuer 6 mois encore l'application de ce vernis.

Éviter les bains, la vaisselle, une durée prolongée des ongles dans l'eau pendant votre cure de chimiothérapie.

Pour les hommes il existe le vernis au silicium Mat.

- **Est-il possible de garder mes faux ongles ou de les refaire ?**

Dès l'annonce de la chimiothérapie, prenez rendez-vous dans votre institut pour les faire enlever.

L'ongle doit être propre pour l'application du vernis au silicium.

- **Ma peau sera-t-elle déshydratée pendant les traitements ?**

La chimiothérapie dessèche énormément la peau, il est donc conseillé d'utiliser matin et soir une crème pour peau « atopique » visage et corps, sans parfum que vous trouverez en pharmacie.

Tous les soirs, il faudra appliquer cette même crème sur le crâne s'il n'y a plus de cheveux.

Un gel douche « surgras » pour la douche est recommandé.

Même étapes de soin pour les hommes.

- **J'ai beaucoup d'acné sur ma peau avec cette chimiothérapie?**

Malgré l'acné votre peau reste très sèche, dans ce cas il est recommandé d'utiliser des crèmes nourrissantes pour peau « atopique ».

Pour l'acné et s'il est important, les étapes de soin vous seront conseillées par votre médecin ou dermatologue.

- **Puis-je continuer à utiliser mes produits anti-âge hydratants ?**

L'anti-âge n'est pas recommandé pendant les traitements car, en outre, ce produit n'est pas assez nourrissant.

- **Après les traitements, puis-je faire des colorations ?**

Il est totalement déconseillé de colorer ou de mécher vos cheveux pendant 1 an.

Il est recommandé de favoriser des colorations sans ammoniaque et eau oxygénée.

Il faudra les recouper deux fois à un centimètre pour qu'ils repoussent plus beaux et plus vite.

- **Y a-t-il des socio-esthéticiennes en externe pour les soins ?**

Il existe divers soins et activités proposés en externe.

Renseignez-vous auprès de la Ligue Contre le Cancer ou d'autres associations près de chez vous.

- **Est-il possible de continuer mes modelages du corps chez mon esthéticienne ?**

Le modelage ne doit pas être réalisé dans la (les) zone(s) affectée(s) par la maladie.

Le modelage doit être doux et les produits ne doivent pas contenir des huiles essentielles.

- **Où trouver des prothésistes capillaires (perruques) ?**

Renseignez-vous sur le site de l'INCA (<http://www.e-cancer.fr/>), tous les prothésistes sont notés par région ou sur la liste des perruquiers que nous mettons à disposition sur les présentoirs de l'Institut.

Il vous est conseillé de prendre contact avec au moins deux magasins pour choisir la prothèse et l'accompagnement correspondant à vos souhaits.

Avant de couper vos cheveux, il serait préférable de rencontrer un des prothésistes capillaires.

- **La prothèse est-elle remboursée ?**

Elle est remboursée 125 euros par la sécurité sociale avec une ordonnance et il faut faire une demande à votre mutuelle. Sachez qu'il faut compter entre 200 et 600 euros pour une perruque et que certaines mutuelles ne la prennent pas en charge : nécessité de se renseigner auparavant auprès de sa mutuelle

- **Faut-il épiler le duvet sur le visage ?**

Après les traitements, la pilosité repousse et un léger duvet risque d'apparaître sur le visage.

Mais ce duvet disparaît petit à petit spontanément le plus souvent.

S'il persistait, il ne faudrait l'épiler qu'une fois, chez un professionnel.

- **Y a-t-il des produits pour faire pousser plus vite mes cheveux après mes traitements ?**

Les compléments alimentaires pourraient être une source fortifiante, mais il est important de demander à votre médecin son avis.

- **Puis-je appliquer mes shampoings habituels à la repousse des cheveux ?**

Il serait bien d'utiliser des shampoings très doux.

Renseignez-vous auprès de votre pharmacie.

- **Est-il obligatoire d'utiliser une crème solaire au soleil ?**

Il est vraiment conseillé de protéger sa peau avec un écran total, à renouveler, pour éviter toutes taches pigmentaires.

Éviter les heures où le soleil est le plus fort et une exposition prolongée.

- **Est-il possible de se parfumer comme d'habitude ?**

Parfumez-vous en vaporisant l'eau de toilette sur le vêtement, s'il est foncé, pour éventuellement éviter le contact trop proche avec la peau.

- **Est-il possible d'utiliser des huiles essentielles pendant les traitements ?**

L'application d'huiles essentielles en massage est à éviter.

Les huiles végétales peuvent être utilisées (huile d'Argan, d'amande douce...) mais il reste indispensable d'interroger au préalable votre médecin

- **Je n'ai aucun financement pour acheter les produits et la prothèse ?**

Rapprochez-vous de l'assistante sociale de l'Institut, pour étudier votre situation afin d'obtenir une aide éventuelle, pour le reste à charge.

Pour toute question, n'hésitez pas à prendre rendez-vous avec la socio-esthéticienne de l'Institut, Eve Lapouge, au 05.56.33.78.88.