

RECOMMANDATIONS GENERALES

-  Buvez beaucoup d'eau (au moins 1,5 l par jour).
-  Lors de ces traitements, il est déconseillé des'exposer au soleil.
-  Ce traitement peut entraîner des troubles sexuels (en parler avec votre médecin).
-  La consommation d'alcool et/ou de tabac est fortement déconseillée.
-  Il est conseillé de faire de l'activité physique.
-  En cas de consultation médicale, dentaire, et/ou hospitalisation, pensez à préciser que vous êtes sous chimiothérapie.
-  Lavez-vous régulièrement les mains pour limiter le risque d'infections.
-  Les vaccinations peuvent être possibles, parlez-en avec votre médecin.
-  Ce traitement peut interagir avec d'autres médicaments, plantes ou autres thérapeutiques. Évitez l'automédication.
-  Conservez vos activités courantes tout en vous ménageant (pauses, siestes...).

**Contacter immédiatement
un médecin en cas de signe
infectieux ou température >
38 °C**

Cette fiche conseil a été établie par les pharmaciens responsables de la plateforme Pharma Ville Hop.

Contactez les via l'adresse mail
pharmavillehop@chu-bordeaux.fr



Retrouvez ou partagez
cette fiche sur la
plateforme Pharma Ville
Hop



Retrouvez la liste des
produits conseils
recommandés



PÔLE PRODUITS DE SANTÉ
PHARMACIE

FICHE SOIN DE SUPPORT TROUBLES CUTANES

Informations à l'attention des patients



PHARMA VILLE HOP



LES TROUBLES CUTANES

La peau est fragilisée lors de traitement par chimiothérapie, il est donc important d'en prendre soin.

RECOMMANDATIONS GENERALES

Hygiène du visage

- Nettoyez votre visage avec un lait ou un syndet liquide (sans savon)
- Hydratez et apaisez votre visage avec un spray d'eau thermale
- Hydratez quotidiennement le visage, le cou et le décolleté

En soin complémentaire :

- Hydratez quotidiennement les lèvres avec un baume réparateur (sauf si vous êtes sous oxygénothérapie)
- Faire un masque hydratant 2 fois par semaine

A éviter : lingettes démaquillantes, cotons, savon de Marseille ou d'Alep, gommages pour le visage. Ne pas frotter le corps.

Hygiène du corps

- Utilisez une huile ou un syndet liquide
- Hydratez le corps quotidiennement
- Prenez des douches tièdes et séchez-vous en tamponnant délicatement avec la serviette
- Portez des vêtements fluides pour éviter les frottements

Prendre soins des ongles

- Limez vos ongles délicatement

Se protéger du soleil

- Appliquez une crème solaire 50+ sur les zones apparentes à chaque sortie et renouveler l'application toutes les 2 heures
- Portez des vêtements fluides couvrants (anti-UV si possible), un chapeau à bord large et des lunettes



En cas de chimiothérapie : pas d'exposition solaire pendant la durée du traitement et pendant 1 an supplémentaire
En cas de radiothérapie : pas d'exposition sur la zone irradiée à vie
Bannir définitivement les séances de bronzage en cabine

DE QUELS SYMPTOMES DOIS-JE ME MEFIER ? COMMENT LES PREVENIR ?

Cette liste n'est pas exhaustive. Les effets indésirables ne sont pas systématiques et peuvent varier dans leur intensité.
Les conseils apportés ici peuvent vous aider à prévenir ou limiter leur apparition.

Prise en charge des démangeaisons/prurit :

- Appliquez des compresses fraîches et humides sur la région affectée
- Hydratez plusieurs fois par jour les zones touchées
- Prenez des bains ou des douches à l'eau fraîche
- Portez les ongles courts
- Lavez les draps et les serviettes avec une lessive ou un savon doux

Xérose sévères en cas de fissure ou de gerçure :

Ⓟ Prendre soin de ses mains

- Protégez vous avec des gants lors des tâches ménagères
- Appliquez le soir un mélange de beurre de karité et d'huile de ricin sur l'ensemble des mains puis enfiler des gants en coton toute la nuit

Ⓟ Prendre soin de ses pieds

- Appliquez le soir un mélange de beurre de karité et d'huile de ricin sur l'ensemble des pieds, enveloppez-les avec du film alimentaire puis enfiler des chaussettes pour la nuit