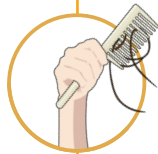


Les **traitements anticancéreux** peuvent avoir des effets secondaires sur la peau, les cheveux, les muqueuses ou les ongles. Il est donc important de **prendre soin** de son corps pour mieux faire face à ces effets secondaires.



Les effets indésirables ne sont pas systématiques. Ils dépendent des doses, des patients et des protocoles.

### La perte des cheveux



- La perte des cheveux est une épreuve physique et psychologique.
- Porter des perruques peut irriter le cuir chevelu.



**Conseil :** Prenez soin de votre crâne avec des laits doux pour apaiser et stimuler la repousse des cheveux en association à des massages crâniens



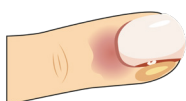
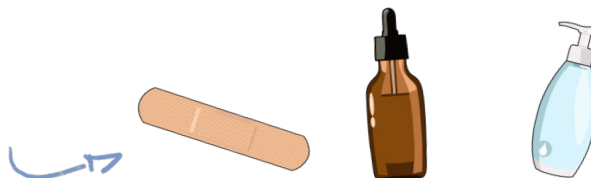
### La peau



Il est important de protéger et renforcer sa peau pendant et après les traitements anticancéreux.

#### Conseils :

- Garder une peau propre
- Eviter les blessures
- Apaiser la peau
- Hydrater la peau



Portez une attention particulière à vos mains et pieds pour mieux gérer le **syndrome main-pied**.

### La bouche



Les mucites buccales/oropharyngées sont une inflammation de la muqueuse buccale oropharyngée.

#### Conseils :



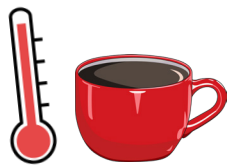
- Se laver les dents après chaque repas



- Utiliser une brosse à dents douce



- Utiliser un dentifrice qui renforce les gencives, sans menthol, faiblement abrasif



- Éviter les aliments très chauds



- Éviter les aliments agressifs



- Utiliser des bains de bouches sans alcool et sans menthol

Ne pas hésiter à en parler à **votre médecin** ou à votre **équipe médicale** pour prendre en charge les effets indésirables

