



ALOPÉCIE, CHUTE DES CHEVEUX

Il n'existe aujourd'hui aucun moyen d'empêcher la chute des cheveux si vous recevez une chimiothérapie alopeciante. Cela survient généralement 3 semaines après le début du traitement et peut être précédé par des irritations du cuir chevelu. Les cils et les sourcils, ainsi que tous les poils du corps peuvent aussi tomber. Cette perte est transitoire et la repousse débute généralement dès la fin du premier mois après l'arrêt du traitement.

NOS CONSEILS

- Utilisez un shampoing doux adapté à votre type de cheveux.
- Un après-shampoing peut être utilisé pour démêler et éviter les tractions sur le cheveu.
- Évitez les colorations avec des produits oxydants.
- Évitez le sèche-cheveux, le lissage, le brushing. Choisir une brosse souple.
- Avant le traitement, réalisez une coupe courte et prenez rendez-vous avec un conseiller capillaire.

L'impact psychologique de la chute des cheveux peut être important, n'hésitez pas à nous en parler.

Si vous souhaitez porter une prothèse capillaire (plus souvent appelée « perruque »), sur prescription médicale, votre mutuelle remboursera votre prothèse capillaire sur une base forfaitaire d'un montant de 180 euros. Il faudra adresser l'ordonnance ainsi que la facture à votre mutuelle.

REPOUSSE

Dans la quasi-totalité des cas, vos cheveux commencent à repousser quatre à six semaines après la fin de votre chimiothérapie. Il faudra ensuite patienter et compter en moyenne un centimètre de pousse par mois. Sachez que la repousse des cheveux entraîne très souvent des démangeaisons au niveau du cuir chevelu.

Les cheveux changent souvent d'aspect en particulier dans les premiers temps de la repousse : couleur, épaisseur, souplesse sont différentes. Ils sont le plus souvent, plus épais et plus frisés et deviennent parfois gris. En général, excepté pour la couleur, ils retrouvent leur nature d'origine au bout de quelques mois.

Il en est de même pour les poils lorsqu'ils commencent à repousser. Ils sont plus abondants partout et forment un sorte de duvet, mais rassurez-vous cela ne dure pas.

Au même titre que vos cheveux, vos cils et sourcils vont repousser mais un peu plus tard. Ils peuvent être parfois plus fins et plus clairsemés.

NOS CONSEIL : L'HUILE DE RICIN

Originaire d'Afrique tropicale et du Moyen-Orient, l'huile de ricin est connue depuis bien longtemps pour ses bienfaits tant sur la peau que sur les cheveux, le cuir chevelu, les cils et les ongles.

Liquide aqueux à la couleur jaune pâle, cette huile est obtenue lors d'une première pression à froid. Elle conserve donc ses propriétés thérapeutiques. Elle est extrêmement visqueuse, c'est en fait l'huile végétale la plus dense que l'on puisse trouver.

Massez-vous un maximum le cuir chevelu avec de l'huile de ricin si la repousse des cheveux est désagréable. Vous pouvez aussi utiliser de l'huile de ricin à imbiber sur un coton-tige et à appliquer tous les soirs à la base de vos cils et/ou sourcils.