



Mieux protéger sa peau face au cancer



DermoTest

Soucieux de la santé de votre peau, chez Amavita, nous vous proposons le DermoTest. Vous avez la peau qui vous démange, qui vous fait mal ou qui vous brûle? Vous ne voulez pas attendre plusieurs semaines pour un rendez-vous chez un spécialiste? Avec le DermoTest, vous recevrez rapidement et facilement un diagnostic spécialisé directement dans votre pharmacie. Si le spécialiste vous prescrit un médicament, vous le recevrez directement sur place, dans votre pharmacie.

Pour plus d'infos : amavita.ch/fr/centre-sante/dermotest



Chaque année, 40'000 cas de cancers sont diagnostiqués en Suisse. Si les traitements sont ciblés, ils n'épargnent pas la peau. Rencontre avec le docteur Alexandre Campanelli pour faire le point sur leurs effets secondaires et apprendre à accompagner sa peau.

Docteur, quels sont les effets d'une chimio- ou d'une radiothérapie sur la peau et le système pileux?

Ils sont nombreux et variables d'une personne à l'autre. La radiothérapie provoque surtout des rougeurs, des brûlures, voire des plaies ou une nécrose cutanée localisées au site irradié, c'est la radiodermite aiguë. En ce qui concerne la chimiothérapie, du fait de la toxicité des traitements, les effets les plus courants sont l'alopecie, c'est-à-dire la perte des cheveux et des poils (sourcils), et la xérose, sécheresse extrême de la peau. Très impactante, la xérose s'accompagne de démangeaisons, de rougeurs, de desquamation, voire de fissures aux extrémités (talons, doigts). Mais on rencontre nombre d'autres effets secondaires comme le « syndrome mains/pieds » qui provoque rougeurs, gonflements, sensibilité et sécheresse extrême de la plante des pieds et de la paume des mains, ou encore la photosensibilité, des rougeurs dans les plis cutanés, des éruptions acnéiformes ou des hyperpigmentations de la peau, des muqueuses et des ongles. Ongles qui sont eux aussi fragilisés et dont la repousse est ralentie.

Pourquoi ces traitements rendent-ils la peau sèche et sensible?

La chimiothérapie freine et perturbe la régénération des cellules à renouvellement rapide, dont font partie les cellules cancéreuses, mais également les kératinocytes, cellules qui composent l'épiderme. Sous l'action des traitements anticancéreux, l'épiderme

se renouvelle mal et les glandes sébacées sécrétant le sébum sont perturbées. Il s'ensuit une altération de la barrière cutanée qui ne retient plus l'eau, la peau s'assèche et devient sensible car cette barrière ne la protège plus correctement.

Peut-on prévenir ces effets secondaires et restaurer l'intégrité de la peau?

Oui, en prenant soin de sa peau au quotidien et en choisissant soigneusement ses produits. Un nettoyant doux au pH légèrement acide, sans savon, parfum ni alcool, préservera l'intégrité du film hydrolipidique. L'hydratation est primordiale. Le matin, le soir et après la douche, on appliquera une crème ou un baume émollient pour peau sensible composé d'un minimum d'ingrédients pour limiter les réactions. On évitera l'eau trop chaude et les bains trop longs, les tissus synthétiques, la laine à même la peau et les vêtements serrés qui pourraient irriter l'épiderme.

Y-a-t-il des actifs ou des produits que vous recommanderiez?

Les crèmes barrières qui protègent la peau des agressions extérieures, les crèmes réparatrices et cicatrisantes, les eaux thermales pour leur pouvoir apaisant et l'acide hyaluronique pour son potentiel hydratant. Mais le choix des produits dépend du degré d'altération de la peau et il est essentiel de faire le point avec son oncologue.

Et côté compléments alimentaires?

Les carences en vitamines et oligo-éléments peuvent avoir un impact sur la peau, les ongles et les cheveux, mais c'est l'oncologue qui doit déterminer ces carences et leur supplémentation sur la base d'analyses médicales. Une fois le traitement terminé, pour améliorer la qualité des cheveux et des ongles, la biotine (vitamine B8) est souvent prescrite. Mais, encore une fois, votre oncologue ou votre dermatologue est le mieux placé pour vous conseiller.

En matière de cicatrices, est-il possible de les atténuer ou de les assouplir?

Après l'opération, si besoin, le chirurgien prescrit une crème à appliquer jusqu'à ce que la cicatrice se referme. Une fois fermée, pour prévenir une cicatrice trop épaisse ou chéloïde (rouge, épaisse et fibreuse), je conseille des massages circulaires et compressifs pour stimuler la microcirculation sanguine et assouplir les tissus cicatriciels. L'application d'un pansement adhésif sur la cicatrice ou l'application de gel ou de patch contenant du silicone peut aussi en améliorer l'aspect.

Pour finir, quels conseils donneriez-vous concernant le rasage et l'épilation?

Quand ils n'en provoquent pas la chute, les produits de chimiothérapie ralentissent fortement la pousse des poils. Si les hommes continuent souvent à se raser, je leur conseille

un rasoir électrique pour limiter les micro-coupures, des soins hydratants et cicatrisants, sans parfum ni alcool, et de l'eau thermale pour calmer le feu. Les femmes devraient à minima faire appel à une professionnelle et espacer les épilations, car toute forme d'épilation comporte un risque infectieux, mécanique ou chimique pour la peau.



Docteur Alexandre Campanelli, dermatologue et président du Groupe des dermatologues de Genève.