

Cancer L'IMPACT DES TRAITEMENTS SUR LA PEAU

On estime que dans 80 % des cas, ils provoquent des effets cutanés indésirables. Le point.

Vitaux, les différents traitements du cancer (chimiothérapie, thérapie ciblée, radiothérapie...) n'en affectent pas moins la peau, et les phanères (cheveux et ongles).

« L'objectif d'une chimiothérapie est de cibler toutes les cellules à renouvellement rapide, les cellules cancéreuses tout comme celles de la peau », souligne le Dr Erwin Benassia, dermatologue à l'Hôpital Saint-Louis à Paris. Les effets sur la peau sont légion : sécheresse cutanée intense, poussées d'eczéma...

Ils peuvent survenir dès le début de la chimiothérapie. Ils concernent aussi bien le visage que le corps. Les cheveux sont concernés : ils deviennent plus fins et plus fragiles, tombent progressivement, le cuir chevelu est sec et démange...

Idem au niveau des ongles : « Ces derniers se révèlent fragiles et cassants, ils peuvent se strier, se décoller et occasionner des douleurs », ajoute le dermatologue. L'impact dépendra du type de chimiothérapie. Par ailleurs, certaines d'entre elles peuvent entraîner un syndrome mains-

pieds, une réaction inflammatoire engendrant rougeurs, fissures, démangeaisons, vésicules... Pour le prévenir, on associe la chimiothérapie à la prise de corticoïdes, traitement qui pourra éventuellement se poursuivre après. L'ensemble des effets secondaires cités sont réversibles. Quant à la radiothérapie, elle est de plus en plus précise, ce qui n'exclut pas une atteinte de la peau, avec la présence de brûlures, précoces ou retardées, de scléroses cutanées.



Cancer du sein

Des cosmétiques bientôt remboursés

Une loi promulguée en février dernier prévoit que les femmes souffrant d'un cancer du sein puissent bénéficier d'un forfait couvrant les soins de support, dont ceux cosmétiques prescrits sur ordonnance. Le décret devrait être publié d'ici à la fin de l'été.

Le choix de la rédaction



Pain surgras Xeracalm Avene, 8,90 € les 100 g, en pharmacies



Crème déodorante corps bio MiYé, 14 €, en pharmacies



Baume émollient Exomega A-Derma, 18,90 € les 200 ml, en pharmacies



Gel lavant B5+ La Roche-Posay, 12,05 € les 100 ml, en pharmacies



Eau de soin, 7 € les 100 ml, sérum mains et pieds, 11 € les 50 ml, et ovule confort intime, 13,90 €, le tout MÈME, en pharmacies



Stick solaire SPF 50 Respectueuse, 13,90 € les 18 g, en pharmacies



Les 7 bons réflexes

- 1 Optez pour des soins dermo-cosmétiques dédiés aux peaux sensibles et réactives et/ou atopiques. Pour le visage, misez sur des pains sans savon ou des démaquillants doux, et hydratez quotidiennement votre corps avec un baume nutritif.
- 2 Pour protéger vos ongles avant la chimio, appliquez plusieurs couches de vernis foncés.
- 3 Si vous perdez vos cheveux, veillez à espacer les lavages et à utiliser des shampooings doux. Évitez les gestes agressifs lors du brossage, du brushing, du défrisage...
- 4 Pensez à bien hydrater vos pieds et vos mains avec des soins dédiés.
- 5 Si vous avez eu une chirurgie, une fois les points retirés, vous pouvez masser la cicatrice avec une crème aux effets cicatrisants.
- 6 Le soleil est excellent pour le moral, mais n'oubliez pas d'appliquer un soin solaire SPF 50 avant chaque sortie. Reste que certaines chimiothérapies induisent des photosensibilisations. Aussi soyez vigilant.
- 7 Certains traitements (dont l'hormonothérapie) peuvent entraîner une sécheresse vaginale qui impacte la vie de couple. Pour soulager ces inconforts, utilisez des soins spécifiques.

Interview de Juliette Couturier, cofondatrice avec Judith Levy, de la marque de cosmétiques Mème, dédiée aux personnes atteintes de cancer.

- **Qu'est-ce qui vous a motivé à créer cette marque il y a dix ans ?**
Judith et moi-même avons eu des expériences intimes douloureuses puisque nos mamans ont toutes deux souffert d'un cancer. Nous avons pris conscience des effets secondaires des traitements, notamment sur la peau. Et de leur impact sur la qualité de vie. Judith et moi-même partageons donc ce même désir d'offrir des soins spécifiques et sans danger aux femmes atteintes d'un cancer.
- **Comment sélectionnez-vous vos ingrédients ?**
Nos formulations sont drastiques. Nous avons dressé une longue liste noire d'ingrédients (perturbateurs endocriniens, mais aussi huiles essentielles, potentiellement allergisantes...) afin de garantir une totale innocuité. Nos ingrédients sont de 90 à 100 % d'origine naturelle. Mais on ne s'interdit pas certains agents non issus de la naturalité afin d'améliorer la galénique. La dimension de plaisir reste essentielle.
- **Travaillez-vous en collaboration avec des hôpitaux ?**
Nos premiers soins ont été lancés en collaboration avec le Centre Léon Bérard de Lyon, qui a mené une étude clinique sur nos produits afin de valider leur innocuité, leur efficacité et leur impact positif sur la qualité de vie des patientes. Cette collaboration avec le monde hospitalier se poursuit. Notre eau de soin a ainsi été scrutée par un service de radiothérapie pour vérifier qu'elle apaisait les sensations de brûlure liées à la radiothérapie.

ANNAIS PACAUD

Espace bien-être

DENSITÉ, NUTRITION ET ÉCLAT !

Les changements hormonaux liés à la ménopause ont des conséquences sur la peau : elle devient généralement plus sèche, perd de sa densité et les rides deviennent plus marquées. L'eau thermale Jonzac a développé la gamme Sublimactive dédiée aux peaux matures : un soin yeux fermeté (28,50 €, 15 ml), un baume de nuit (39,10 €, 50 ml), une crème rose revitalisante (32,90 €, 40 ml), un sérum microperlé redensifiant (39,10 €, 40 ml), et une crème soyeuse reconstituante (32,90 €, 40 ml), en GMS



DÉTOX DE PRINTEMPS

On fait souvent quelques excès l'hiver, alors une petite cure pour préparer votre organisme aux beaux jours est une bonne idée ! Cette solution buvable détoxifie le foie grâce à sa formule qui contient du romarin (dépuratif), du desmodium (bon fonctionnement hépatique), du chardon-Marie (élimination des toxines) et du chrysanthellum.

● Détoxifiant hépatique Arkofluides, Arkopharma, 16,40 € la boîte de 20 ampoules, en pharmacies et parapharmacies



Mincir comme je veux

Je veux mincir du ventre Mais je n'y arrive pas !

Communiqué

Qu'il soit seulement un peu arrondi ou franchement trop gros, votre ventre ne vous plaît pas ! Votre ventre est arrondi en permanence. Même si ces rondeurs peuvent être plus ou moins gênantes, vous trouvez que votre tour de taille est trop important. Ce ventre rond est sans doute lié à un surplus de réserves en graisses mal positionnées. **Vous voulez donc retrouver un ventre plat.**

Le Docteur Pichard, Médecin et également Nutritionniste, diplômé de la Faculté de Médecine de Paris, a mis au point avec une équipe de pharmaciens une formule naturelle spécifiquement adaptée à votre besoin.

La solution du Docteur Pichard : SupActiv Minceur 7 Actifs
SupActiv Minceur est composé de 7 Actifs qui agissent en synergie pour aider vos cellules à mieux brûler les graisses (Guarana, Noix de Cola, Garcinia, Artichaut, Chiendent, Nopal, Orthosiphon). Ainsi SupActiv Minceur aide à empêcher l'accumulation des graisses au niveau du ventre et favorise le déstockage. **Finalement SupActiv Minceur vous aide à éliminer les bourrelets en transformant les graisses en énergie.** Ainsi, vous allez mincir au niveau du ventre et vous restez tonique toute la journée.

L'offre de Label Santé : 29,40 € la boîte de 120 gélules

Je commande à Label Santé - 24 rue Saint Ferdinand - 75017 PARIS

___ boîte(s) de **SupActiv Minceur 7 Actifs pour un Ventre Plat**

Soit un prix de _____ Je joins un chèque à l'ordre de **Label Santé**

Nom _____ Prénom _____

Adresse _____

Code Postal _____ Ville _____

Conformément au RGPD du 25 avril 2016, vous disposez des droits de retrait, accès, rectification, effacement, opposition, limitation et portabilité de vos données, et d'un droit de voir votre copie. Pour cela, écrivez à l'adresse ci-dessous. Pour votre santé, préférez une entrée physique régulière. www.mangerbouger.fr R. C. 377 881 632