

## Chute des cheveux sous chimiothérapie

### Définitions et explications

La chute des cheveux est un effet secondaire de certains protocoles de chimiothérapie, qui n'est cependant pas systématique et qui est également assez variable en fonction des patients. Les cheveux mais aussi les poils peuvent tomber, ainsi que les cils et sourcils. Cela s'appelle une « alopécie ».

La chute des cheveux sous chimiothérapie peut être partielle ou complète. Elle commence généralement 2 à 3 semaines après le début de la chimiothérapie et se poursuit progressivement lors du traitement. Cet effet secondaire est temporaire, les cheveux et les poils repousseront à l'arrêt du traitement.

Il s'agit d'un effet secondaire souvent difficile à vivre car il modifie l'image corporelle et peut affecter le bien être des personnes. Bien s'y préparer permet de mieux le vivre.

### Conseils thérapeutiques

Pour les personnes avec des cheveux longs, nous vous conseillons d'aller chez le coiffeur et de couper vos cheveux plus courts, afin que la chute des cheveux se passe mieux. Pour minimiser la chute des cheveux, on peut donner quelques conseils, sachant que leur efficacité n'est pas démontrée, et que

## Chute des cheveux sous chimiothérapie (2)

### Conseils thérapeutiques (suite)

Il serait préférable :

- de se laver les cheveux la veille de la séance, puis de ne pas se laver les cheveux trop fréquemment et d'utiliser une brosse douce.
- d'éviter la chaleur du séchoir, les bigoudis chauffants et les brushing .
- d'éviter les teintures, balayages et permanentes.
- Un casque réfrigérant peut être proposé pendant la durée de la perfusion pour certaines chimiothérapies afin de limiter la chute des cheveux. Son efficacité est variable en fonction du type de produit administré et des personnes. Il peut être utilisé notamment en cas de chimiothérapie par paclitaxel (TAXOL®).

Nous vous conseillons bien sur le port de foulards, turbans qui sont plus doux et faciles à porter surtout lorsque vous êtes à la maison. Une perruque pour laquelle nous vous ferons une ordonnance peut vous aider à être plus à l'aise et à sortir plus facilement de votre domicile. Cette ordonnance permet un remboursement d'une partie de celle-ci, qui peut être complété par votre mutuelle suivant le type de contrat que vous avez.

Par ailleurs certains produits comme le docetaxel (TAXOTERE®) peuvent altérer les ongles. Si vous constatez des modifications de vos ongles, n'hésitez pas à en parler à votre équipe médicale qui pourra vous prescrire notamment des vernis à base de silicium.

### Comment nous contacter?

pour contacter le service, composez le 04 78 86 44 01.

#### Références :

Etienne-Mastroianni B, Fontaine-Delaruelle C, Giaj Levra M, Couraud S, et le comité de rédaction des référentiels Auvergne RhôneAlpes en oncologie thoracique. Référentiel sur les Soins de Support et Nutrition : actualisation 2021. ARISTOT ; 2021. Accessible sur <http://referentiels-aristot.com/>