



CHUTE DES CHEVEUX ET DES POILS ALOPECIE

Septembre 2019

De quoi s'agit-il ?

L'alopecie peut concerner tout le système pileux.

Elle peut se produire à plusieurs endroits du corps et selon des degrés variés.

Toutes les chimiothérapies n'entraînent pas une alopecie.

Les médicaments de chimiothérapie agissent sur les cellules qui se divisent.

Les cellules du bulbe pileux se divisent aussi beaucoup, ce qui peut entraîner la chute des cheveux et des poils **avec certains médicaments** de chimiothérapie.

Cette chute est temporaire, les cheveux et les poils repoussent à l'arrêt du traitement.

La radiothérapie peut provoquer une alopecie limitée à la zone du corps touchée par les rayons. Cette alopecie est parfois définitive.

A QUEL MOMENT ?

La chute des cheveux commence en général 2 à 3 semaines après la première séance de chimiothérapie.

Parfois, la chute des cheveux est précédée ou accompagnée de douleurs, de picotements ou de démangeaisons au niveau du cuir chevelu pendant quelques jours.

La chute des cheveux est soit progressive, soit plus rapide par mèche entière, en particulier lors du brossage ou du shampooing.

COMMENT LIMITER LA CHUTE DES CHEVEUX

- ✓ Un casque réfrigérant peut vous être proposé durant le passage du produit alopeciant en l'absence de contre-indication médicale.
- ✓ Opter pour une coupe courte avant le début de la chimiothérapie.
- ✓ Laver les cheveux la veille des séances et ne pas les laver les 4 jours suivant la cure.
- ✓ Utiliser un shampooing doux (pas un shampooing pour bébé), en faible quantité, rincer à l'eau tiède.
- ✓ Eviter les colorations, balayages et permanentes (et ce jusqu'à 6 mois après le début de la repousse).
- ✓ Eviter les brushings, lissages, brossages énergiques, etc. ainsi que les accessoires agressifs pour la chevelure (élastiques, barrettes, rajouts, etc.)
- ✓ Sécher les cheveux à l'air libre, sans frictionner. Ne pas utiliser de sèche-cheveux, lisseur, fer à friser, etc.
- ✓ Lorsque les cheveux sont tombés, il est important de continuer à se laver le crâne avec un shampooing doux puis de l'hydrater avec une crème ou une huile pour limiter les démangeaisons.

LES PROTHESES CAPILLAIRES ET ACCESSOIRES

Parfois le port d'une prothèse capillaire (perruque) peut vous aider à mieux vivre cette période difficile et à vous sentir mieux. Des foulards ou des accessoires (mèches, franges, bonnets, etc.) peuvent également vous être utiles. Le port d'un bonnet la nuit peut limiter la sensation de froid.

Le médecin vous remettra une ordonnance qui permet le remboursement de tout ou partie du montant par l'assurance maladie. Cette prescription peut être renouvelée tous les ans.

Barème de remboursement au 2 avril 2019 (source INCa)

Type de prothèse capillaire	Prix de vente limite au public	Montant maximum remboursé par l'Assurance Maladie obligatoire	Reste à charge avant assurance complémentaire
Perruque totale de classe 1 + un accessoire textile*	350 euros TTC	350 euros TTC	aucun
Perruque totale de classe 2 + un accessoire textile*	700 euros TTC	250 euros TTC	Entre 0 et 450 euros
Perruque partielle + un accessoire textile*	125 euros TTC	125 euros TTC	aucun
Accessoires vendus par un professionnel spécialisé (foulard, bonnet, franges, etc.)	40 euros TTC (pour 3 accessoires)	20 euros TTC (pour 3 accessoires)	Entre 0 et 20 euros

* : La prise en charge d'une prothèse capillaire totale ou partielle s'accompagne et comprend systématiquement la prise en charge d'un accessoire textile.

Pour plus d'informations sur les modalités de prise en charge : <https://www.ameli.fr/assure/actualites/des-perruques-prises-en-charge-100-par-lassurance-maladie>

Votre mutuelle peut également prendre en charge une partie de votre prothèse capillaire. N'hésitez pas à la contacter.

En cas de difficultés financières, n'hésitez pas à contacter un service social.

LA REPOUSSE DES CHEVEUX

Elle débute 4 à 6 semaines après la dernière cure de chimiothérapie et se fait à la vitesse normale, soit environ 1 cm par mois. La texture et la couleur des cheveux peuvent être modifiées au moment de la repousse.

LES CILS ET LES SOURCILS

Les cils et les sourcils ont tendance à se raréfier lors de certains traitements.

Les cils protègent les yeux de la poussière et leur absence peut entraîner une irritation des yeux et des larmoiements. Le port de lunettes et/ou l'instillation d'un collyre prescrit par le médecin peuvent soulager.

Conseils pour les cils :

- ✓ Eviter d'utiliser du mascara car l'action répétée du démaquillage entraîne la chute des cils.
- ✓ Eviter le port de faux-cils.

Conseils pour les sourcils :

- ✓ Pour étoffer ou recréer vos sourcils, deux méthodes de maquillage sont possibles : le crayon et les pochoirs en forme de sourcils.
- ✓ Le maquillage semi-permanent est une bonne option mais il doit être fait avant le début des traitements pour éviter une intolérance au produit.

Dans certains établissements, une socio-esthéticienne pourra vous conseiller.