

Conseils pour le
SOIN DES ONGLES
des malades sous chimiothérapie



Les traitements par chimiothérapie peuvent fragiliser vos ongles, qui deviennent fins, striés, secs et cassants.

Certains traitements potentiellement photosensibilisants peuvent colorer les ongles des mains et des pieds, qui deviennent alors progressivement marron foncé et risquent même de tomber.

Dans tous les cas, **il faut NOURRIR vos ongles.** Et plus spécifiquement sous certaines chimiothérapies, **il faut NOURRIR et PROTÉGER vos ongles des UV.**



SOIN DES ONGLES

Recommandations générales

Le port de gants est recommandé pour le ménage, la vaisselle, le jardinage...

Evitez un contact trop chaud ou trop froid pour vos extrémités (eau, congélateur...).



Nourrissez, assouplissez et renforcez vos ongles des mains et des pieds, au moins deux fois par jour avec : Huile d'amande douce, de ricin ou d'argan, Huile nourrissante pour les ongles (parapharmacies et parfumerie), crème spécifique (mains/ongles).

Coupez vos ongles des mains et des pieds assez courts et droits

Une consultation spécialisée en dermatologie peut être utile.

Protection des ongles **CONTRE LES UV**



Ongles NON VERNIS

(conseils pour les hommes et les femmes
qui n'ont pas l'habitude de vernir leurs ongles)

Appliquer au moins une fois par jour sur les ongles des mains et des pieds et leur pourtour, une solution filmogène invisible, enrichie en silicium, lithium qui protège des UV et évitera les taches.

Ce soin préventif et réparateur est à appliquer tous les jours durant le traitement et jusqu'à un mois après la fin du traitement.

Le dermatologue ou le pharmacien vous conseilleront

Ongles VERNIS

Appliquer le vernis en 4 couches :

- 1 base transparente
- 2 couches de la couleur choisie
- 1 couche transparente.

La couleur du vernis doit être foncée afin d'arrêter l'action délétère des UV sur vos ongles. Le vernis doit être enrichi en urée et en silicium pour éviter son dessèchement.

Tout vernis doit-être enlevé avec un dissolvant sans acétone .

La pose du vernis est surtout nécessaire la semaine où vous faites votre chimiothérapie, mais applicable jusqu'à 1 mois après l'arrêt du traitement.

Le reste du temps, pensez à nourrir vos ongles.

Ces produits sont disponibles en pharmacie ou parapharmacie.