



# VOUS COMMENCEZ UN TRAITEMENT PAR CHIMIOTHÉRAPIE OU THÉRAPIE ORALE

Voici quelques recommandations pour prendre soin de votre peau au quotidien.  
Ces produits sont vendus en parapharmacie et ne sont pas remboursés\*.

## NETTOYER

Eviter les gels douche et autres savons de Marseille (jugés trop asséchants) au profit d'une «**crème ou huile lavante dermatologique de type syndet\***» qui prendra soin de votre épiderme (corps et visage).

## NOURRIR & HYDRATER

Nourrir et hydrater votre peau du visage et du corps :  
Bien insister sur les extrémités (mains/pieds).

Si possible 1 fois par jour.

Avec une crème ou un baume afin de garder confort et souplesse de celle-ci\*.

## PROTÉGER

Protéger votre peau des UV et du soleil :

Lorsque vous sortez pour vous promener, jardiner...

Appliquer une crème solaire indice 50+ et portez des lunettes de soleil pour protéger vos yeux.

## EVITER

Eviter les produits alcoolisés appliqués directement sur la peau (lotion visage, lotion après rasage, eau de toilette, déodorant...).

## APAISER

Apaiser en pulvérisant à volonté un spray d'eau thermale sur la zone du visage ou du corps irritée.

\*Voici pour vous guider quelques marques qui vous aideront à garder l'intégrité de votre peau pendant les traitements :

- Lipikar (La Roche-Posay)
- Xeracalm (Avène)
- Xémose (Uriage)

- et aussi les laboratoires : VEA, Ozalys, Même...

Cette liste n'est pas exhaustive, n'hésitez pas à prendre conseil auprès de votre Pharmacien.

\*Toutefois, si ces produits sont notés sur l'ordonnance de l'Oncologue au même titre que vos médicaments, ils peuvent, suivant votre contrat, vous être remboursés par votre Mutuelle.