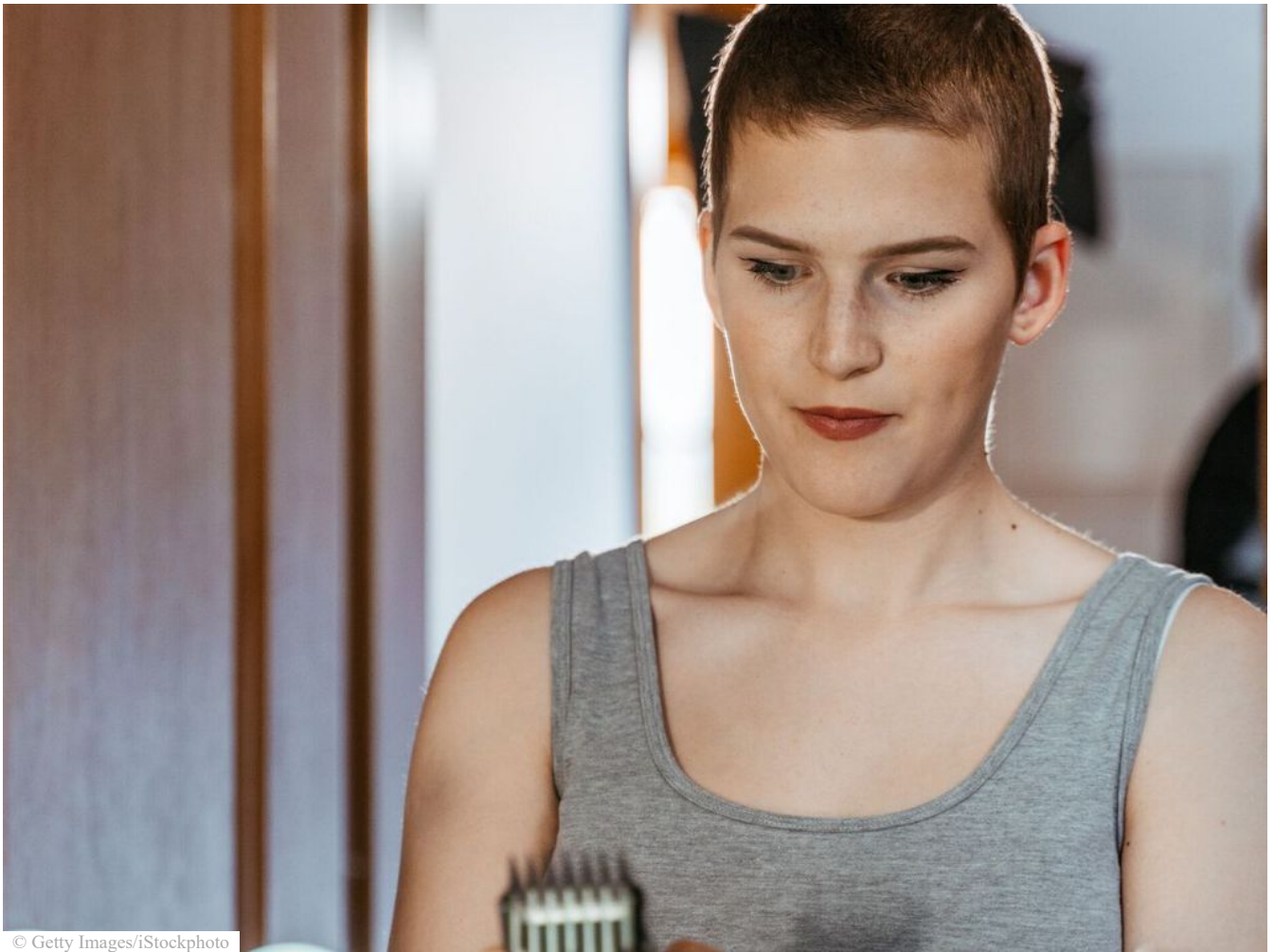


7 questions sur la chute de cheveux pendant la chimio



© Getty Images/iStockphoto

Par Anne-Sophie Glover-Bondeau

Le 17 oct 2020 à 17h00

MÉDECINE

CANCER

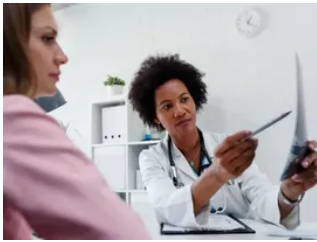
CANCER DU
SEIN

La chute de cheveux est un effet secondaire fréquent de la chimiothérapie. Elle est souvent redoutée notamment par les femmes qui ont un cancer du sein. Ce qu'il faut savoir si cette alopecie.

POURQUOI LA CHIMIOTHÉRAPIE PEUT-ELLE FAIRE TOMBER LES CHEVEUX ?

La chimiothérapie agit sur les cellules qui se divisent, les cellules cancéreuses ayant tendance à se diviser plus que les autres cellules. Or, les cellules du bulbe du cheveu se divisent aussi beaucoup ce qui explique qu'ils se détruisent souvent au cours d'un traitement de chimiothérapie. *"Ce sont certaines chimiothérapies qui sont alopéciantes"*, informe Aury Caltagirone, Conseillère en Image Personnelle à l'Institut Gustave Roussy (Paris).

SUR LE MÊME SUJET



Cancer du sein et coronavirus : poursuivre les traitements, se faire dépister

VAIS-JE PERDRE MES CHEVEUX ?

"Les mélanges de chimiothérapie entraînent une alopécie plus ou moins importante selon la nature des cheveux, l'histologie du cancer, la façon dont la femme se coiffe, se nourrit", informe Aury Caltagirone. Ce qu'elle a constaté en 30 ans à l'Institut Gustave Roussy : les femmes qui ont une chevelure très dense ont le temps de voir tomber leurs cheveux. Leur chevelure est clairsemée mais cela ne se voit pas trop. En revanche les femmes ayant une chevelure peu dense voient souvent leurs cheveux tomber très rapidement.

QUAND A LIEU LA CHUTE DE CHEVEUX?

La chute des cheveux commence souvent 2 à 3 semaines après la première chimiothérapie mais pour certaines personnes dès la première séance de chimiothérapie. La chute des cheveux peut être plus ou moins intense et plus ou moins rapide selon le type de chimiothérapie et le dosage du traitement. *"Personne ne peut vous dire si votre chute de cheveux sera rapide ou pas car cela dépend aussi de la façon dont se portent vos cheveux"*, souligne Aury Caltagirone.

EST-CE DOULOUREUX DE PERDRE SES CHEVEUX PENDANT UNE CHIMIOTHÉRAPIE ?

La chute des cheveux peut s'accompagner de démangeaisons et de picotements. *"Les femmes se plaignent souvent d'avoir mal à la tête à ce moment, d'avoir une sensation désagréable comme si on leur passait une brosse à pics sur le cuir chevelu"*, indique la Conseillère en Image. *"Elles sont alors soulagées en coupant leurs cheveux"*.

PEUT-ON LIMITER LA CHUTE DE CHEVEUX ?

"Il existe deux écoles en matière de prévention de la chute de cheveux pendant une chimiothérapie : le port du casque réfrigérant ou la coupe de cheveux pour aller jusqu'au rasage. Au final des traitements on peut soit les laisser pousser et utiliser un masque d'argile à la fin des séances de chimiothérapie", informe Aury Caltagirone. Le port du casque réfrigérant peut retarder, limiter ou éviter la chute des cheveux mais il est contraignant car il doit être mis pendant toute la durée de la chimiothérapie. Pour certaines patientes il peut être difficilement supporté. La coupe des cheveux courte est conseillée avec l'utilisation du casque réfrigérant. *"Couper les cheveux permet d'éviter le geste de passer les mains dans la chevelure lorsque les cheveux commencent à tomber ce qui va entraîner des trous dans l'ensemble de la chevelure"*, indique la conseillère en image.

QUAND MES CHEVEUX VONT-ILS REPOUSSER ?

Les cheveux repoussent environ un mois après la fin des traitements de chimiothérapie, d'un centimètre par mois en moyenne. Les cheveux peuvent être différents en texture et couleur. Il est conseillé d'attendre 4 mois pour faire une teinture des cheveux à base d'une couleur végétal, 6 mois pour refaire des couleurs semi-permanentes et un an pour des couleurs permanentes.

QUE FAIRE POUR FACILITER LA REPOUSSE DES CHEVEUX ?

"Je fais faire aux patientes de Gustave Roussy des exercices sur le cuir chevelu pour relancer la micro-circulation sanguine, mobiliser les muscles fixes de la tête et pour hydrater la peau", confie Aury Caltagirone. Ménager la chevelure pendant et après une chimiothérapie est également recommandé. Il est conseillé de ne pas se laver les cheveux trop souvent, d'utiliser un shampoing doux et laisser ses cheveux sécher à l'air libre et d'éviter les colorations et permanentes tout comme la chaleur du sèche-cheveux, des fers chauds...

En savoir plus : Brochure Traitements du cancer et chute des cheveux, Institut National du Cancer

Aury Caltagirone est l'auteur de *Savoir rester belle pendant et après les traitements anti-cancer*, Editions Salutaire, 2012