

# CONSEILS DU QUOTIDIEN pour prendre soin de ses ongles pendant le traitement

## RECONNAÎTRE

Les traitements anticancéreux peuvent entraîner des modifications au niveau des ongles des mains et des pieds

▶ Inflammation souvent douloureuse du pourtour de l'ongle



▶ Décollement total ou partiel de l'ongle



## PROTÉGER

! Si besoin, des soins socio-esthétiques visant à restaurer l'image de soi peuvent être proposés  
Renseignez-vous auprès de votre équipe soignante

▶ Limiter l'immersion prolongée des mains ou des pieds dans l'eau

▶ Porter des **chaussettes fines en coton** ainsi que des **chaussures confortables et adaptées** (souples et larges)

▶ Porter des **gants doubles** de coton pour les travaux manuels (tâches ménagères, bricolage, jardinage, ...)

▶ Eviter les produits irritants et agressifs

▶ Limiter les soins de manucure



**Eviter de vous ronger les ongles !**

## SOIGNER



La grande majorité des produits dermo-cosmétiques ne sont pas remboursés par la sécurité sociale. Cependant une prise en charge financière est possible, renseignez-vous auprès de votre mutuelle

▶ **Limez vos ongles régulièrement** plutôt que les couper au coupe-ongle ou aux ciseaux

▶ **Hydratez vos mains et vos pieds** à l'aide d'une crème ou d'un baume en insistant sur les bords des ongles

▶ Appliquez un **vernis au silicium** pour protéger l'ongle et limiter la fragilisation



**Pour retirer le vernis, utiliser un dissolvant sans acétone**

## LA COUPE DES ONGLES EN PRATIQUE

- Avant le début du traitement, couper les ongles courts en évitant la forme pointue ou ovale
- Pendant le traitement, maintenir les ongles courts de préférence à la lime et en limant toujours dans le même sens
- Eviter de couper les cuticules (fine couche de peau qui se trouve autour de l'ongle)



Un accompagnement par un pédicure-podologue est recommandé avant le début du traitement avec un suivi régulier pendant le traitement.

**Parlez-en à votre équipe soignante.**

