



Pour ne plus être seul(e) face aux effets secondaires esthétiques d'une chimiothérapie



Pour ne plus être seul(e) face aux effets secondaires esthétiques d'une chimiothérapie

MYRIAM

Socio-esthéticienne
Onco-accompagnatrice



FONDATRICE,
FACILITATRICE DE L'ASSOCIATION S.O.A.

Myriam DEDIES

Tel : 06.75.54.16.24

A votre domicile ou en cabinet :
SOA 16 impasse Bel Air Perpignan



@mail : soa66@orange.fr

Site internet : www.soa66.com

Page Facebook : SOA Soins d'Onco-Accompagnement

CONSEILS EN

✱ **REPOUSSE DES CHEVEUX / CILS / SOURCILS** ✱



Huile végétale de Ricin (en parapharmacie ou Biocoop)

1/ En application seule

- Sur le cuir chevelu
- Sur les sourcils
- Sur la base des cils (à rincer au bout de quelques heures)

☺ A porter quelques heures ou à enfermer sous un bonnet toute la nuit.

2/ En massage mélangée à une autre huile :

- huile basique : amande douce, olive...
- ou huile de coco (même propriétés que ricin : favorise la repousse et embellit)
- ou huile de jojoba (même propriétés que ricin : favorise la repousse et embellit)
- ou huile d'avocat (pouvoir pénétrant)

- *En rond, de la nuque au sommet du crâne, 2-3 minutes. En cas de fatigue, le faire en position assise avec les coudes posés sur une table.*

☺ Pour une activer la circulation sanguine et ainsi l'activité des cellules.

3/ En masque : application généreuse d'huile de ricin

A enfermer dans un bonnet ou une serviette chaude

☺ Pour une vasodilatation des vaisseaux sanguins et une activation de la circulation.

4/ Autres petits conseils :

- Le port de perruque, foulard, turban ne gêne en rien la repousse des cheveux ! Seuls les frottements répétitifs peuvent abimer un peu le duvet de repousse.
- Prévoir un rasage à la fin du traitement pour uniformiser la repousse si celle-ci est commencée et un peu anarchique (à voir avec un proche ou la socio-esthéticienne). Sinon, le rasage est inutile et n'influera pas sur une meilleure repousse.
- Il faut tabler en moyenne sur une repousse de 1 cm par mois après la dernière cure de chimiothérapie.
- Eviter toute agression pendant environ 6 mois : coloration, séchage ou sèche-cheveux, lissage, bigoudis.
- Le froid contracte les vaisseaux et freine la circulation sanguine donc la repousse. Garder la tête au chaud jour et nuit.
- La première repousse est souvent différente, les cheveux sont parfois très fins (cheveux de bébé) ou plus bouclés voire même frisés. Leur couleur peut aussi être différente (souvent plus claire ou grisonnante). Au bout de trois ou quatre coupes de cheveux, le plus souvent, vous récupérerez votre texture et couleur originelles.

5/ Dangers de l'huile de Ricin :

Il n'y a aucun danger à utiliser l'huile de Ricin, en application cutanée. La seule contre-indication peut survenir à l'ingestion de cette huile (nausées / vertiges). Donc, ne pas l'avalier !!! Néanmoins, si vous ressentez des démangeaisons (très très rare), stoppez immédiatement l'application de l'huile.