

PRENDRE SOIN DE VOS ONGLES



Certains traitements utilisés en chimiothérapie peuvent affecter vos ongles et leurs contours. Les ongles peuvent devenir striés, cassants, se dédoubler, changer de couleur, devenir douloureux ou parfois même tomber. Pour limiter l'apparition de ces effets, voici quelques conseils* à suivre :

PROTÉGER

- Limitez les chocs, les tics de mordillement.
- Coupez vos ongles assez courts et droits.
- Limitez le contact de vos mains avec l'eau. Préférez les douches aux bains.
- Portez des gants en coton pour réaliser des travaux ménagers ou de jardin.
- Protégez vos mains du froid et du soleil.

HYDRATER

- Appliquez quotidiennement une crème ou une huile sur vos ongles et les cuticules en massant légèrement. Ex : **Crème nourrissante pour l'ongle et son contour Eye Care Cosmetics®**.
- Hydratez chaque jour vos mains et vos pieds.

APPLIQUER UN VERNIS

- Protégez et renforcez vos ongles des mains et des pieds en appliquant un vernis riche en Silicium organique et en Urée pour lutter contre le dessèchement et protéger des UVA et UVB. Les vernis doivent être sans parfum, ni toluène, ni formol, ni colophane. Ex : **Ultra Vernis Silicium Urée Eye Care Cosmetics®**.

- **Quand commencer l'application du vernis ?** La veille du démarrage du traitement de chimiothérapie et durant tout le traitement, jusqu'à 6 mois après le dernier cycle.

• Comment l'appliquer ?

1. Les ongles doivent être parfaitement démaquillés avec un dissolvant sans acétone.
2. Appliquez une couche de **Base Protectrice au Silicium** ou d'**Ultra Vernis Silicium Urée Incolore**, (ou de **Vernis-Anti-dédoublément enrichi au Silicium**).
3. Appliquez 2 couches d'**Ultra Vernis Silicium Urée coloré**. Vous avez le choix parmi une vaste gamme de teintes classiques ou tendances, pour jouer avec toutes les envies et toutes les saisons.
Important : la teinte Incolore (1501) n'est pas anti UVA-UVB.
4. Appliquez une couche de **Top Coat** ou d'**Ultra Vernis Silicium Urée Incolore** pour fixer la teinte.
Remarque : pour les hommes, utilisez la teinte Etoile (1534) en deux couches et par-dessus le **Top Coat Mat**, le rendu est totalement invisible.
5. Enlevez votre vernis et réappliquez de nouvelles couches uniquement si votre vernis est écaillé sur la base des ongles.



FICHESVO - 11-2022

* Ces conseils font partie des stratégies réalisées sous contrôle de socio-esthéticiennes et infirmières en services d'oncologie, s'étant révélées efficaces chez un grand nombre de patients sans présenter de dangerosité.

