

LES EFFETS *sur les muqueuses*

COMPRENDRE POUR AGIR

De quoi est-il question ?

Les traitements contre le cancer peuvent provoquer une fragilisation des différentes muqueuses (buccale, nasale, oculaire et muqueuses intimes).

La muqueuse buccale a un renouvellement cellulaire très rapide (entre 7 et 14 jours) ce qui la rend plus sensible aux effets indésirables des anticancéreux. Une mucite peut apparaître : se traduisant notamment par une présence d'aphtes dans la bouche. Une modification du goût est aussi possible ainsi qu'un assèchement plus ou moins prononcé. Les molécules impliquées sont nombreuses (fluorouracile, doxorubicine, bléomycine, méthotrexate, etc...) et le risque est majoré en cas de traitements combinés.

La muqueuse nasale peut s'assécher et une formation de croûtes peut apparaître ou un possible écoulement de sécrétions peut survenir, en raison de la chute des poils présents à l'intérieur du nez. L'odorat peut également se modifier (molécule impliquée : bevacizumab).

La muqueuse oculaire peut soit devenir sèche soit au contraire et les yeux peuvent être larmoyants à l'excès, en raison de la chute des cils.

Les muqueuses intimes (zones vulvaire, vaginale, pénienne et testiculaire) peuvent elles aussi s'assécher et devenir inflammatoires. Les molécules impliquées sont les suivantes : nolvadex, tamoxifène, létrozole, fémara, etc...).

Que faire en prévention ?

• Dès le début du parcours de soins et avant les traitements, consulter un ophtalmologue, un dentiste et un gynécologue.

Pour la muqueuse buccale :

- Brosser les dents doucement avec une brosse souple, utiliser un dentifrice adapté à la sensibilité dentaire.
- Rincer la bouche après chaque repas avec des bains de bouche préconisés par l'oncologue
- Appliquer les soins buccaux qui vous ont été recommandés/précrits : spray huileux et/ou huile à base de vitamine E.
- Nourrir et protéger les lèvres avec : huile vitamine E ou baume réparateur semi-occlusif.

En cas de difficultés à manger, prendre rendez-vous avec médecin nutritionniste ou un diététicien.

▶ **À éviter :** Dentifrice mentholé, brosse à dent dure, tabac, alcool, aliments favorisant les aphtes (noix, ananas, épices, etc...).

Pour la muqueuse nasale :

- Laver au sérum physiologique ou à l'eau de mer.
- Appliquer des soins réparateurs pour éviter la formation de croûtes : (huile vitamine E ou baume réparateur semi-occlusif).
- Se moucher délicatement avec des mouchoirs en papier très doux et épais.

▶ **À éviter :** Mouchage fort, huiles essentielles, produits parfumés ou alcoolisés.

Pour la muqueuse oculaire :

- Laver ses yeux avec des dosettes de sérum physiologique.
- Hydrater avec un collyre.
- Pour le démaquillage, utiliser des lotions douces biphasées ou huile sèche vitamine E.
- Protéger ses yeux en portant des lunettes de soleil le plus souvent possible.
- Pour se maquiller, n'utiliser que des produits de gamme dermo-cosmétique.

▶ **À éviter :** Lotion micellaire, port de lentilles, maquillage non testé dermatologiquement.

Pour les muqueuses uro-génitales, vulvaires et péri-anales :

- Utiliser des produits lavants au PH physiologique spécifiques pour ces zones et sécher délicatement.
- Pulvériser de l'eau thermale et ou de l'huile sèche à base de vitamine E.
- Utiliser des soins quotidiens : baumes réparateurs épidermiques ou baume à la vitamine E.
- En cas de sécheresse intense, appliquer ces baumes en couche épaisse en cataplasme.
- En cas de fissures : appliquer une crème cicatrisante à base de cuivre ou de zinc et prendre avis médical.

▶ **À éviter :** Savon noir, de Marseille, d'Alep, produits pour bébé, parfumés, alcoolisés, déodorant intime, lingettes intimes, sauna, hammam, bains chauds.

Pour les muqueuses vaginales et anales :

- En position allongée le soir, pulvériser un spray huileux à base de vitamine E ou appliquer un gel vaginal.
- Utiliser du papier hygiénique de bonne qualité et sans parfum.
- Utiliser des protège-slips non parfumés en coton bio et de la lessive hypoallergénique.

▶ **À éviter :** Savon noir, de Marseille, d'Alep, port régulier de protections hygiéniques, sous-vêtements synthétiques ou en dentelle, vêtements trop serrés, gants de toilette, cosmétiques à base d'hormones.

Quand dois-je consulter ?

Concernant la muqueuse buccale, un avis médical est nécessaire dès lors que des lésions localisées apparaissent (zones gonflées ou en creux, rouges ou blanches) ; à fortiori si des saignements les accompagnent.

Concernant la muqueuse intime un avis auprès d'un onco-sexologue est nécessaire dès la survenance d'inconforts (sécheresses intenses, brulures, douleurs, difficultés lors des rapports).