

# Problèmes de peau



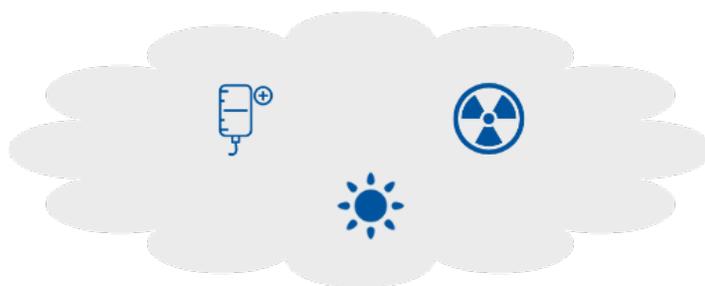
« Ma radiothérapie était commencée depuis quelques semaines lorsque j'ai ressenti comme une brûlure. J'étais vraiment inquiet, mais je me suis souvenu que mon médecin avait dit que cela pouvait se produire à l'endroit où la radiation pénètre. »

Julie, diagnostiquée avec un cancer du sein

## Quels sont les problèmes de peau associés au cancer?

Les problèmes de peau peuvent être un effet indésirable du cancer ou de ses traitements. Vous pourriez avoir des démangeaisons, une sensation de brûlure, des rougeurs ou de la sensibilité. Votre peau pourrait devenir irritée ou changer de couleur. Ces problèmes de peau sont fréquents et leur traitement précoce peut réduire l'inconfort et le risque d'infection.

- **Comment cela m'affecte-t-il?** Vos problèmes de peau pourraient vous incommoder en nuisant à vos mouvements et à vos activités quotidiennes. Ceux-ci peuvent être différents d'une autre personne qui reçoit le même traitement que vous. En effet, la peau de chaque personne réagit différemment aux traitements reçus.
- **Comment améliorer?** La plupart des problèmes de peau s'améliorent une fois que les traitements contre le cancer sont terminés. Certains pourraient persister plus longtemps que d'autres. Il existe des stratégies qui peuvent aider à maîtriser les problèmes de peau et soulager l'inconfort – consultez la section [« Que puis-je faire pour m'aider à gérer mes problèmes de peau? »](#)



## Qu'est-ce qui cause les problèmes de peau?

Parmi les causes des problèmes de peau, on retrouve :

- Le cancer : Les problèmes de peau sont plus fréquents chez les gens qui ont un cancer qui affecte les régions de la tête et du cou, des seins, des organes génitaux ou de la peau.
- Les traitements contre le cancer :
  - **Radiothérapie** : Une réaction cutanée peut apparaître sur la zone traitée. Ce type de

problème est appelé réaction cutanée à la radiothérapie ou radiodermite. Habituellement elle apparaît d'une à quatre semaines après le début des traitements et peut durer plusieurs semaines après la fin du traitement.

- **Chimiothérapie** : Les traitements de chimiothérapie peuvent causer différents effets au niveau de la peau: démangeaisons, rougeurs, boutons, changement de couleur, entre autres. Votre peau pourrait aussi être plus sensible au soleil. Heureusement, ces symptômes s'estomperont à la fin du traitement.
- Autres traitements contre le cancer comme par exemple les traitements ciblés, l'immunothérapie ou les thérapies photodynamiques.



### Comment se manifestent les problèmes de peau?

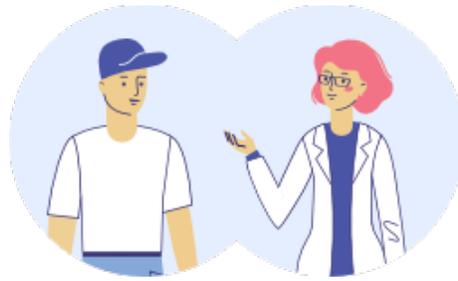
Les réactions cutanées varient selon leur cause.

#### Ce que vous pourriez ressentir sur votre peau :

- douleur
- chaleur au toucher
- démangeaison
- picotement, engourdissement ou brûlure
- sensibilité – sensible au toucher ou au soleil.

#### Ce que vous pourriez observer :

- rougeur
- sécheresse et desquamation (peau qui pèle)
- boutons
- décoloration de la peau ou encore peau qui devient plus foncée (hyperpigmentation)
- changements au niveau des ongles des doigts et des orteils.



## Quand devrais-je demander de l'aide pour mes problèmes de peau?

Avisez votre médecin, votre pharmacien ou votre infirmière si vous remarquez des changements à votre peau, surtout si vous développez des plaies. Si vous répondez « oui » à l'une des questions suivantes, vous devriez en informer un membre de votre équipe de soins lors de votre prochain rendez-vous. (Pour des conseils pour parler à votre équipe de soins, consultez [Communiquer avec l'équipe soignante](#)):

### Avez-vous de nouvelles sensations au niveau de votre peau?

- Sont-elles douloureuses?
- Sont-elles chaudes au toucher?
- Est-ce qu'elles démangent, piquent ou brûlent?
- Sont-elles sensibles ou engourdis?
- Sont-elles tendues, enflées ou plus épaisses?

### Est-ce que son apparence est différente?

- Y a-t-il un changement de couleur?
- Y a-t-il des rougeurs, des boutons, des plaies, des cloques (ampoules)?

### Si vous avez le syndrome main-pied (érythème palmo-plantaire) :

- Ressentez-vous de l'engourdissement, des picotements ou des brûlures sous les pieds et à l'intérieur de vos mains?
- Avez-vous des rougeurs, une sensibilité au toucher ou une desquamation de la peau sur la paume des mains ou la plante des pieds?

### Est-ce que vos problèmes de peau nuisent à vos activités quotidiennes et votre bien-être?

- Pouvez-vous faire vos courses et accomplir vos tâches ménagères?
- Est-ce que ce problème vous réveille la nuit? Est-ce que la douleur vous empêche de dormir?
- Est-ce que vous trouvez gênant de voir votre famille et vos amis?
- Ressentez-vous du découragement ou de l'inquiétude en lien avec votre peau?



**Parlez immédiatement avec un membre de votre équipe de soins si :**

- Vous avez des rougeurs, un écoulement purulent ou malodorant provenant d'une plaie ouverte.
- La douleur ou la sensation de brûlure au niveau de la peau s'aggrave.
- Vous soupçonnez une infection à vos ongles.
- Vos problèmes de peau s'aggravent ou vous empêchent d'effectuer vos activités quotidiennes.

**Présentez-vous à l'urgence si :**

- Vous avez de la fièvre (température buccale de 38 °C durant une heure ou température buccale de 38,3°C ou plus)

### Que puis-je faire pour gérer mes problèmes de peau?

Il existe plusieurs moyens simples de protéger votre peau et d'en prendre soin durant vos traitements. Essayez les stratégies ci-dessous, et si vous avez des questions liées à vos problèmes spécifiques, parlez-en avec votre équipe de soins. Demandez-leur également qu'ils vous recommandent des produits d'hygiène ou des hydratants.



#### **Garder la peau propre**

- Lavez-vous à l'eau tiède. Afin de protéger votre peau, évitez les débarbouillettes rugueuses et l'eau trop chaude.
- Utilisez un savon et un shampoing doux non parfumés. Utilisez les produits spécialement conçus pour les peaux sensibles.
- Évitez les crèmes contenant de l'alcool ou parfumées et les détergents à lessive parfumés car ils peuvent être irritants pour la peau.
- Épongez doucement votre peau avec une serviette douce. Évitez de frotter pour ne pas causer d'irritation à votre peau. Faites preuve de douceur autant que possible.
- Utilisez un rasoir électrique pour vous épiler. Évitez les rasoirs mécaniques, la cire et les crèmes dépilatoires qui peuvent être irritants pour la peau.
- Vérifiez auprès de votre équipe de soins si vous pouvez vous baigner. Si oui, enlevez immédiatement votre maillot de bain mouillé à votre sortie de l'eau. Prenez une douche et appliquez un hydratant non parfumé (pour peaux sensibles) dès que possible.



## Hydrater la peau

- Gardez votre corps bien hydraté. Buvez beaucoup de liquides à moins d'avis contraire de votre équipe de soins.
- Si votre peau est sèche, appliquez souvent et délicatement, sans frotter, un hydratant.

### Si vous recevez de la radiothérapie :

- N'appliquez pas de crème ou de lotion sur la zone traitée dans les 4h précédant votre séance de radiothérapie (à moins d'avis contraire de votre équipe de soins).
- Si vous avez une réaction cutanée à la radiothérapie, appliquez sur la peau intacte une crème à base d'eau non parfumée et sans lanoline ni vitamine E.
- Suivez les conseils de votre équipe de radiooncologie pour les soins de la peau. Les directives pourraient être différentes selon les zones traitées.
- **Lorsque la radiothérapie est terminée et que la peau est guérie**, hydratez-la souvent et utilisez un écran solaire.



### **Protéger la peau et prévenir les infections**

- Évitez de vous frotter ou de vous gratter le plus possible, même si cela peut être difficile lorsque vous avez des démangeaisons. Gratter votre peau pourrait l'endommager et vous causer des problèmes de peau supplémentaires ou une infection.
- Si vous êtes atteints du syndrome d'érythème palmo-plantaire (syndrome main-pied), évitez les frottements, les frictions ou l'exposition à la chaleur. Portez des chaussures confortables et évitez les bas et les souliers trop serrés.
- Pour les démangeaisons : Essayez les bains d'eau tiède à la farine d'avoine (Aveeno®) ou encore au bicarbonate de soude.
- Pour soulager une réaction cutanée à la radiothérapie, utilisez des compresses d'eau saline à la température ambiante jusqu'à quatre fois par jour.
- Évitez d'exposer votre peau à des températures extrêmes.
- Portez un chapeau à large bord et des vêtements protecteurs pour prévenir l'assèchement de votre peau ou les dommages causés par le soleil. Appliquez une crème solaire avec un FPS d'au moins 30.
- Portez des vêtements amples et perméables en tissus naturels comme le coton. Évitez les vêtements ajustés, les ceintures ou les bijoux. Cela améliorera votre confort si votre peau est sensible et douloureuse, et protégera votre peau de dommages supplémentaires.

### **Information importante sur le cannabis**

Certains patients utilisent le cannabis pour réduire leur douleur ou pour favoriser la relaxation et le sommeil. Cependant, les recherches ne sont pas encore claires sur l'utilisation du cannabis pour la gestion des symptômes liés au cancer. Les effets ne sont pas encore bien connus, spécialement concernant les problèmes de peau. Il est important d'en parler avec votre médecin avant d'essayer le cannabis. Pour avoir plus d'informations, visitez ce site Internet : (en anglais seulement) [www.bccancer.ca/health-info/coping-with-cancer/medical-cannabis](http://www.bccancer.ca/health-info/coping-with-cancer/medical-cannabis).

## Ressources

Pour de plus amples renseignements au sujet des problèmes de peau, des stratégies d'autosoins et des organismes de soutien, veuillez vous référer ci-dessous.

[BC Cancer – Skin Wounds](#)

[BC Cancer – Radiation Therapy – What to Expect](#)

[National Cancer Institute – Skin and Nail changes during Cancer Treatment](#)

[Cancer.Net – Skin Conditions](#)

[American Cancer Society – Skin Problems](#)

[Société canadienne du cancer – Problèmes de peau](#)

[Chemocare – Skin Reactions](#)

[Chemocare – Hand-Foot Syndrome](#)

[Cancer.Net – Skin Reactions to Targeted Therapy and Immunotherapy](#)

## Sources de référence

Le contenu de ce document a été adapté à partir des sources suivantes :

- BC Cancer. Skin & Wounds. 2016
- BC Cancer. Symptom Management Guidelines: Acneiform Rash. 2016
- BC Cancer. Symptom Management Guidelines: Radiation Dermatitis. 2018
- BC Cancer. Care of Radiation Side Effects: Skin Care, 2019.
- Canadian Cancer Society. Skin Problems. 2020
- Skin Reaction to Radiation Practice Guide. 2020
- Skin Rash Practice Guide. 2020

Le contenu de ce document a été révisé et approuvé par une équipe de professionnels de la santé et d'experts cliniques.

### **Clause de non-responsabilité**

Veillez noter que ce feuillet d'information ne remplace pas une consultation avec un professionnel de la santé. Si vous avez des questions au sujet de votre santé, ou de tout problème médical, vous devez communiquer immédiatement avec un professionnel de la santé. Vous ne devez pas tarder avant d'obtenir un avis médical ni ignorer un avis médical professionnel, en raison des informations contenues dans ce feuillet d'information. Avant d'entamer un traitement médical, consultez toujours votre médecin. Toutes les précautions ont été prises pour s'assurer que les informations contenues dans ce document sont exactes au moment de sa publication. e-IMPAQc n'est pas responsable des blessures ou des dommages aux personnes ou aux biens résultant ou liés à l'utilisation de la fiche d'information, ou en raison d'erreurs ou d'omissions.

### **Note concernant la reproduction et droits d'auteur**

Toute reproduction ou distribution de tout ou partie de ce feuillet est interdite sans l'autorisation express par écrit du chef de projet e-IMPAQc. La permission peut être obtenue en écrivant à [e-impaqc@mcgill.ca](mailto:e-impaqc@mcgill.ca).

**Dernière mise à jour : 9 avril 2025**