
2

LUTTER CONTRE LA TRANSPIRATION

Les radiodermes sont également favorisées par l'humidité qui se loge dans les plis, notamment sous les seins. Lutter contre cette transpiration permet donc de prévenir l'aggravation des lésions. « Je conseille déjà aux femmes de porter un soutien-gorge moins serré (pensez aux rallonges attaches) et de remplacer le soutien-gorge à baleines par une brassière », indique Isabelle Fromantin. Il est aussi possible de vaporiser un film protecteur cutané (Cavilon No Sting Barrier Film) sur la zone douloureuse ou de placer entre le soutien-gorge et la peau un pansement doux absorbant non adhésif (Aquacel Extra, Mepilex EM) ou un film semi-perméable autofixant siliconé (Mepitel Film) afin d'éviter les frottements. L'utilisation de ces pansements peut d'ailleurs être poursuivie si des microlésions apparaissent, afin de favoriser leur cicatrisation. L'éosine, en revanche, est une fausse bonne idée, car elle agit aussi comme un cache-misère et ne permet pas de suivre l'évolution des lésions. De plus, elle tache les vêtements de façon définitive !

3

ASSOCIER L'HOMÉOPATHIE

Dans l'arsenal disponible pour réduire et soulager ces radiodermes, « les médecines complémentaires ont toute leur place », assure Bérange Arnal, gynécologue homéopathe et auteure d'*Anticancer du sein* (Eyrolles). Pendant toute la radiothérapie, prenez chaque matin 5 granules de Radium Bromatum 7 CH et, matin et soir, 3 granules de Rayons Gamma 30 CH. Avant chaque séance, juste après, 4 fois dans l'heure suivante et tous les soirs du mois, ajoutez 3 granules d'Apis 9 CH ».

4

CHOISIR LES BONS OLIGOÉLÉMENTS

Selon le Dr Arnal, « le silicium d'origine végétale issu de la prêle, du bambou ou de l'ortie protège les tissus conjonctifs lors de la radiothérapie. Vous pouvez en prendre 2 cuillères à soupe matin et soir et l'appliquer localement le soir sur la zone traitée ».

5

MISER SUR LES HUILES ESSENTIELLES

« Après chaque séance, l'application locale, et à plusieurs reprises, d'huiles essentielles radioprotectrices pures donne des résultats positifs », poursuit le Dr Arnal. *Aucun risque d'effet bolus. Contrairement à ce que l'on pense, l'huile essentielle n'est pas grasse et ne contient pas d'huile.* » Cependant, le risque d'allergie cutanée existe bien, d'autant plus que la région irradiée est fragilisée. Le médecin conseille donc de toujours commencer par faire un test en déposant une ou deux gouttes d'huile essentielle au pli du coude.

« En l'absence de réaction allergique, il est possible de recouvrir chaque soir la zone traitée avec de l'huile essentielle (HE) de lavande officinale. Si la brûlure est plus sévère et suintante, de l'HE d'*Helichrysum italicum* ou de tea tree peut y être ajoutée. » Autre suggestion du Dr Arnal : terminer par l'application d'huile végétale de millepertuis, aux propriétés régénérantes, cicatrisantes, adoucissantes, antibactériennes et anti-inflammatoires, à condition de bien se savonner et doucher le lendemain matin pour supprimer les résidus de gras. « Cette huile végétale a aussi l'avantage de pouvoir être utilisée par les femmes allergiques aux huiles essentielles », précise-t-elle. ■

ET LES « COUPEURS DE FEU » ?

C'est la grande tendance du moment et sur les forums on s'échange expériences et bonnes adresses. Jean-Paul Lafrancesca, énergéticien et coupeur de feu, reçoit un nombre croissant de femmes en radiothérapie, dont certaines lui sont adressées par un médecin : « C'est un outil parmi d'autres. À raison d'une fois par semaine pendant tout le traitement, elles vont réellement mieux. » Si le personnel hospitalier est plutôt dubitatif quant à l'action des coupeurs de feu, la plupart des soignants ne s'y opposent pas : si cela peut permettre aux patientes de mieux suivre leur traitement, pourquoi pas ? Dans certains hôpitaux – à Saint-Brieuc, Rodez, Annemasse ou Marseille –, on va même jusqu'à en parler aux malades. Aucune preuve scientifique, mais des témoignages nombreux qui tous évoquent un réel soulagement.