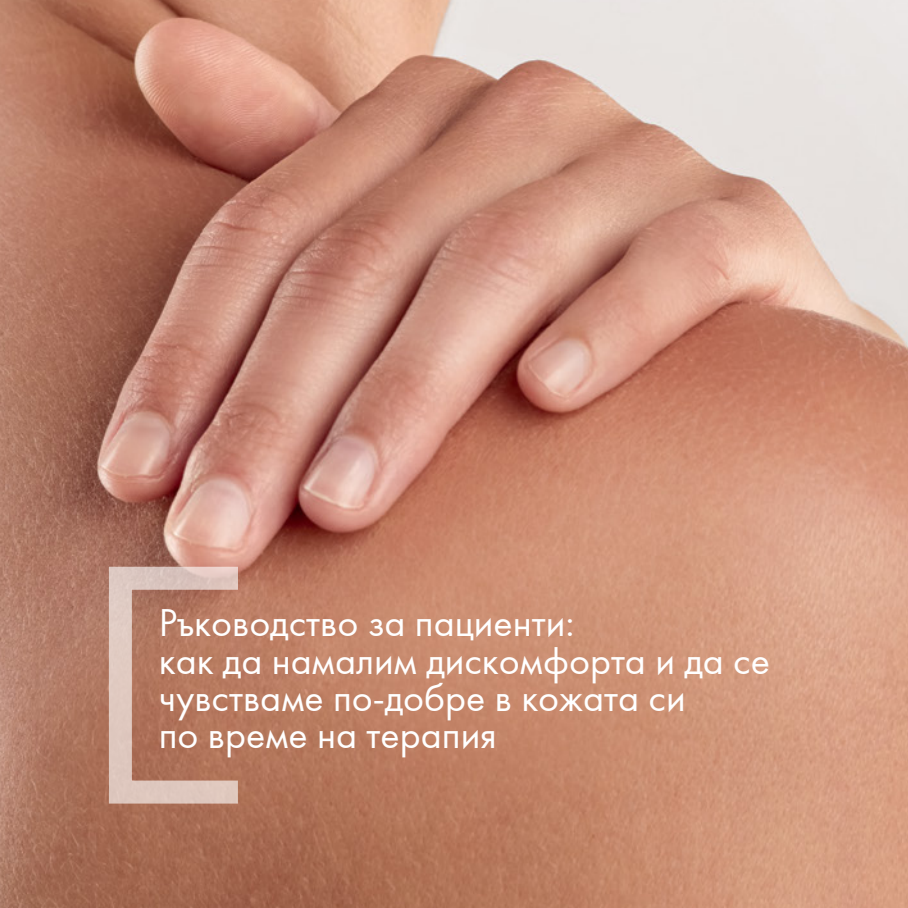




EAU THERMALE
Avène
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

ЗАПАЗИ КОМФОРТА СИ

практически съвети за
кожата и скалпа по време на онкологично
лечение



Ръководство за пациенти:
как да намалим дискомфорта и да се
чувстваме по-добре в кожата си
по време на терапия

Онкологичното лечение се разви значително през последните години. Наред с хирургията, лъчелечението и химиотерапията, се появиха нови терапии с таргетно действие и стимулиране на имунитета. Те подобряват хода на заболяването, но могат да поставят тялото пред предизвикателства – включително странични реакции върху кожата и скалпа.

В това ръководство ще откриеш лесни за прилагане съвети и продукти, които могат да облекчат дискомфорта и да ти върнат увереността в ежедневието. Защото лечението е важно, но твоето благополучие и качество на живот – също.

Eau Thermale Avène е посветена за грижа и за най-чувствителната кожа, а Дерматологични лаборатории Ducray са експерти при различни състояния на косата и скалпа.

Възможно е да се чувстваш добре – с правилната грижа и подкрепа.

Екипите на Eau Thermale Avène и Ducray
искрено ви подкрепят!



СЪДЪРЖАНИЕ

Трябва ли да променя
ежедневната си хигиенна грижа
за кожата?

стр. 8

Наскоро претърпях операция.
Как мога да подобря естетичния
вид на белега?

стр.10

Терапията прави кожата ми все
по-суха, какво да правя?

стр. 12

Как да облекча дискомфорта,
причинен от лъчетерапия?

стр.14

След началото на терапията се
появиха пъпки. Какво трябва да
направя?

стр. 16

Какво трябва да знаем за
косопادا.

стр. 22

Препоръчаха ми да използвам
слънцезащита, защо?

стр. 20

Хидротерапевтичен център
Avène

стр. 28

Успокоете кожата си с нежна грижа...

След хирургична интервенция, химиотерапия или лъчетерапия, тялото и особено кожата, се нуждаят от успокоение, за да се възвърне баланса и усещането за комфорт.

*Термалната вода Avène е доказано активна,
успокояваща по природа.*



СПРЕЙ ТЕРМАЛНА ВОДА AVÈNE

Възползвайте се от успокояващите и антииритативни свойства на Термална вода Avène ден след ден, благодарение на практична опаковка - спрей. Ваш доверен източник на успокоение за кожа, станала чувствителна вследствие на терапия.

Ако кожата ви е раздразнена

Напръскайте директно върху раздразнената зона, оставете **2 до 3 минути**, подсушете с нежни потупващи движения преди да нанесете последваща грижа, адаптирана за вашата кожа.

При по-тежки прояви**

Поставете компрес, напоен с Термална вода Avène за **10 до 15 минути** върху засегнатите зони, за да ги успокоите.

Ако устната ви лигавица е раздразнена

Напръскайте засегнатата зона толкова често колко е необходимо.



НАМАЛЯВА ЧУВСТВИТЕЛНОСТТА
НА КОЖАТА*

-30%
само след
5 минути

-64%
през първата
седмица

* Дерматологично проучване проведено с 6368 участника с чувствителна кожа. Непатологична чувствителна кожа с възпалителна дерматоза или след повърхностна дерматологична процедура. Оценка след 7 дни, при употреба 2 пъти дневно. Самостоятелна употреба или в комбинация с медикаментозна терапия и/или други козметични продукти.

** Сухота или раздразнение в резултат на лъчетерапия, зачервяване, кожни обриви, сърбеж, свързан със сухотата на кожата, вследствие на терапия.

Трябва ли да променя ежедневната си хигиенна грижа за кожата?

По време на онкологична терапия, кожата става особено чувствителна. Уверете се, че използвате подходящи, деликатни продукти за хигиена, за да избегнете обостряне на страничните ефекти върху кожата.

ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ...?

- Традиционните продукти със сапун в течна или твърда форма изсушават кожата и причиняват раздразнения.
- Ръкавиците за баня, гъби и луфи, използвани под душа, както и памучните тампони за дегримиране, могат да раздразнят кожата предвид повишената в този момент чувствителност.
- Твърде горещата вода изсушава кожата и е предпоставка за кожни проблеми.

ГРИЖА С РЕСПЕКТ КЪМ КОЖАТА

НАШИЯТ СЪВЕТ

- Избирайте дерматологични почистващи сапуни, гелове и олии, без сапун и аромат, с физиологично рН и емолиентни свойства. Такъв тип продукти ще съхранят хидролипидния филм на кожата.
- Водата по време на душ трябва да бъде с температура между 32°C и 34°C.
- Използвайте ръцете си, вместо гъба, за да почистите кожата си под душа.
- Подсушете кожата с деликатни потупващи движения, особено в чувствителните зони, за да избегнете триене и раздразнение на кожата.

Подходяща грижа за почистване и демакиране на лицето

1 НАНЕСЕТЕ

продукта с върха на пръстите с нежни кръвови движения



Tolérance

НОВО

ПОЧИСТВАЩ ЛОСИОН ЛИЦЕ-ОЧИ-УСТНИ

Почиства, дегримира и успокоява

2 НАПРЪСКАЙТЕ

с термална вода, за да отнемете остатъчно количество продукт



EAU THERMALE AVÈNE СПРЕЙ ТЕРМАЛНА ВОДА AVÈNE

Успокоява и омекотява

3 ПОДСУШЕТЕ

с мека салфетка и нежни потупващи движения

Подходяща ежедневна грижа за хигиена

1

НАНЕСЕТЕ и разпенете продукта върху влажна кожа с помощта на дланите



XERACALM A.D

ПОЧИСТВАЩО РЕЛИПИДИРАЩО ОЛИО

ЛИЦЕ - ТЯЛО - ВЪНШНИ ИНТИМНИ ЗОНИ

Нежно почиства и намалява усещането за дискомфорт*

XERACALM A.D

СВРЪХОБОГАТЕН САПУН ЛИЦЕ - ТЯЛО

Нежно почиства и намалява усещането за дискомфорт*

2 ИЗПЛАКНЕТЕ

обилно с чиста вода

3 ПОДСУШЕТЕ

с нежни потупващи движения

* причинен от сухота на кожата 9

Наскоро претърпях операция. Как мога да подобря естетичния вид на белега?

Хирургичната интервенция често е важна стъпка при лечение на онкологично заболяване. Туморът се премахва локално по време на операция, която може да се проведе преди или след друга терапия (химиотерапия или лъчетерапия, например). Операцията може да наложи поставянето на абокат или централен венозен път, които да улеснят венозния достъп по време на химиотерапия при възможно най-добрите условия за безопасност и комфорт.

ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ...?

- Нежният масаж на белега, особено през първите шест месеца, е добър начин за подобряване на естетичния му вид и ограничаване на остатъчни следи. Масажът стимулира производството на колаген и еластин, и възстановява еластичността на кожата.
- Някои белези имат нужда от терапия назначена и/или проведена от специалист. Потърсете съвет от Вашия лекар при необходимост.

Бъдете внимателни: интензивният масаж, може да влоши естетичния вид на белега и да забави оздравителния процес. Не масажирате все още червен и оточен белег (това означава, че белегът не е достатъчно зрял). Масажът не бива да увеличава интензивитета на зачервяване на белега.

НАШИЯТ СЪВЕТ

- Адаптирайте хигиенната грижа, за да предпазите кожата на пресния белег (за повече информация вижте стр. 8 и 9).
- След епителизиране или премахване на шевове, нанасяйте гел два пъти дневно, за да подобрите естетичния вид на белега, масажирате нежно.
- Защитете белега от слънцето. Носете подходящи дрехи и нанасяйте слънцезащитен продукт SPF 50+ (за повече информация вижте стр. 20 и 21).

1 УСПОКОЕТЕ белега



EAU THERMALE AVÈNE СПРЕЙ ТЕРМАЛНА ВОДА AVÈNE

Напръскайте директно върху белега и оставете 2-3 минути, след това подсушете нежно кожата с потупващи движения.

2 ПОДОБРЕТЕ естетичния вид на белега

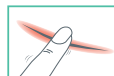


CICALFATE+ ГЕЛ ЗА БЕЛЕЗИ

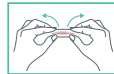
Нанасяйте два пъти дневно и нежно масажирате белега

Съвети за масаж

За да определите типа на белега и за да прецените какъв тип масаж да приложите, натиснете белега и отчетете колко време е необходимо на кожата да възвърне първоначалния си цвят.



Ако белегът възвръща цвета си за по-малко от 1 секунда (най-често се касае за белег на месец след проведената процедура), използвайте показалеца си, за да нанесете Cicalfate+ Гел за белези върху и около белега, с леки притискащи движения, винаги следвайки линията на белега.



Ако белегът възвръща цвета си между 1 и 2 секунди, използвайте палпаторно-ролеви движения, пощипвайте кожата между палеца и показалеца, следвайки линията на белега. Притискайте кожата между пръстите, с приплъзване нагоре. Продължете с масажа докато Cicalfate+ Гел за белези не се абсорбира напълно (около 5 мин).



Ако белегът възвръща цвета си след 3 секунди (най-често се касае за белег на 3 месеца след проведената процедура), масажирате с показалеца и средния пръст на едната си ръка, с изтеглящи движения, следвайки линията на белега, за да избегнете «разделяне». Масажирате белега до пълното абсорбиране на Cicalfate+ Гел за белези.

Терапията прави кожата ми все по-суха, какво да правя?

Сухата кожа е най-честият страничен ефект, причинен от терапия. В някои случаи, сухотата може да бъде придружена от сърбеж и зачервяване. Най-добрият начин за поддържане комфорта на кожата е хидратирането ѝ, толкова често, колкото е възможно.

ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ...?

- Някои традиционни почистващи продукти (сапун - течен или в твърда форма) често са агресивни и могат да допринесат за изсушаването на кожата.
- Всеки тип кожа, фина или по-груба, чувствителна или не, може да прояви сухота понякога или само в определени зони на тялото.
- С напредване на възрастта, кожата става по-суха: особено при жените. Тази тенденция често се засилва по време на менопаузата и по време на хормонална онкологична терапия.

НАШИЯТ СЪВЕТ

Не забравяйте да пиете поне 1л вода на ден.

ЛИЦЕ

- Нанасяйте хидратиращ крем с върха на пръстите.
- Нанасяйте с потупващи движения върху скулите, челото и шията.
- Използвайте поглаждащи движения от центъра към външната част на лицето, не забравяйте шията.

УСТНИ

Нанасяйте възстановяващ балсам 2-3 пъти дневно самостоятелно или преди червилото.

СКАЛП

- Нанесете емолиент върху скалпа с върха на пръстите, масажирате с кръгови движения.

ТЯЛО

Правилното нанасяне на продукта оставя кожата мека и еластична, немазна и нелепкава.

- Поставете емолиент на вътрешната част на ръката и разнесете между дланите.
- Нанесете тънък слой върху кожата на цялото тяло, не забравяйте ръцете и стъпалата, с полупуви движения, използвайки цялата повърхност на дланта.
- Уверете се, с цялата повърхност на дланта, че продуктът е напълно абсорбиран.

Хидратираща грижа, адаптирана за всички зони на лице и тяло



Tolérance
CONTROL

КРЕМ
ЛИЦЕ

Контролира свръхреактивността**

на кожата
В зависимост от вашия тип кожа изберете подходяща текстура - крем или балсам



Cicalfate
LIPS

ВЪЗСТАНОВЯВАЩ БАЛСАМ
ЗА УСТНИ

Подхранва, възстановява и защитава устните



XERACALM
A.D

РЕЛИПИДИРАЩ БАЛСАМ
ЛИЦЕ - ТЯЛО - СКАЛП
ВЪНШНИ ИНТИМНИ ЗОНИ

Подхранва кожата и успокоява усещането за сърбеж*



XERACALM
A.D

УСПОКОЯВАЩ КОНЦЕНТРАТ
ЛИЦЕ - ТЯЛО - КЛЕПАЧИ

За локално приложение на сухи зони, склонни към интензивен сърбеж

*причинен от сухота на кожата; **чувствителна реактивна, нетолерантна или алергична кожа



Как да намаля дискомфорта, причинен от лъчетерапия?

Лъчелечението може да доведе до странична реакция върху кожата, наречена радиодерматит. Симптомите варират от зачервяване до тежки изгаряния. Състоянието може да се влоши от усещане за болка и/или сърбеж.

ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ...?

- Кожата подложена на лъчетерапия е по-уязвима, както и по-чувствителна при излагане на слънце, дори и след приключване на лъчелечението.
- По-добре да не нанасяте никакви мазни текстури (крем, балсам, дезодорант и т.н.) върху зоната, която ще бъде третирана, няколко часа преди сесия лъчетерапия.

НАШИЯТ СЪВЕТ

- Адаптирайте ритуала за хигиена, за да предпазите кожата си (за повече информация вижте стр. 8 и 9).
- Нанасяйте възстановяващ крем в зоната подлежаща на облъчване, възможно най-скоро след началото на терапията, още преди появата на симптоми на радиодерматит.
- Избирайте продукти без алкохол, когато това е възможно, алкохолът може да бъде агресивен към кожата.
- Ако е възможно, избягвайте излагането на слънце, ако това не е възможно, защитете раздразнената зона със слънцезащитен продукт SPF 50+ (за повече информация вижте стр. 20 и 21).
- Избирайте свободни дрехи, за предпочитане от памучна материя.

1 УСПОКОЕТЕ

зоната,
подложена на
облъчване



EAU THERMALE AVENE

СПРЕЙ ТЕРМАЛНА ВОДА AVENE

**УСПОКОЯВА ЗОНИТЕ, ЗАСЕГНАТИ
ОТ РЕНТГЕНОВИТЕ ЛЪЧИ**

Напръскайте директно върху кожата и оставете между 5 и 10 минути, след това подсушете с нежни потупващи движения. Ако имате силно усещане за парене, наложете компрес, напоен с Термална вода Avène за 10-15 минути върху зоните, които се нуждаят от успокояване

2 ПОГРИЖЕТЕ СЕ

за облъчената зона веднага след началото на терапията

> Ако зоната е раздразнена и суха > Ако зоната е раздразнена и влажна



CICALFATE+

**ВЪЗСТАНОВЯВАЩ
ЗАЩИТЕН КРЕМ**

**ЛИЦЕ - ТЯЛО
ВЪНШНИ ИНТИМНИ ЗОНИ**

Спомага възстановяването на
повърхностни иритации



CICALFATE+

**ПОДСУШАВАЩ
ВЪЗСТАНОВЯВАЩ СПРЕЙ**

**ЛИЦЕ - ТЯЛО
ВЪНШНИ ИНТИМНИ ЗОНИ**

Подсушава, възстановява и
успокоява раздразнена чувствителна
кожа, склонна към мацерация
(влажни зони, гънки на кожата, т.н.)

3 В СЛУЧАЙ НА ИНТЕНЗИВНА СУХОТА ХИДРАТИРАЙТЕ

зоната, подложена на
облъчване



**XERACALM
A.D**

**РЕЛИПИДИРАЩ
БАЛСАМ**

**ЛИЦЕ - ТЯЛО - СКАЛП
ВЪНШНИ ИНТИМНИ ЗОНИ**

Подхранва кожата и
успокоява в случай на
сърбеж*

* причинен от сухота на кожата; 15

След началото на терапията се появиха пъпки. Какво трябва да направя?

При някои таргетни терапии често настъпва обрив с пъпки и зачервявания, наподобяващ акне. Те най-често са разположени локално върху лицето, скалпа, гърба и гърдите. Могат да бъдат придружени от сърбеж, дискомфорт или болезнено усещане за парене.

ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ...?

- Въпреки че тази проява (обрив) изглежда като акне, не е.
- Скрабът за тяло не е препоръчителен при силно раздразнена кожа.
- Пациентите на онкологична терапия трябва да избягват излагане на слънце, което може да влоши състоянието.
- «Разчоплянето» на пъпките повишава риска от поява на белези.

НАШИЯТ СЪВЕТ

- Използвайте подходящи продукти в ежедневния си ритуал за хигиена (за повече информация вижте стр. 8 и 9).
- Нанасяйте успокояващ хидратиращ крем един или два пъти дневно. Избирайте продукти без аромат и без парабени.
- Ограничете разпространението на бактериите, като използвате крем и подсушаващ спрей с медно-цинкова основа.
- Ако не е възможно, да избягнете излагане на слънце, защитете кожата си от слънчевите лъчи с крем със SPF 50+ (за повече информация вижте стр. 20 и 21)

1 УСПОКОЕТЕ КОЖАТА



EAU THERMALE AVENE
СПРЕЙ ТЕРМАЛНА ВОДА
AVENE
УСПОКОЯВА И ОМЕКОТЯВА

Напръскайте директно върху кожата и оставете за 2-3 мин, след това нежно подсушете с потупващи движения

2 ХИДРАТИРАЙТЕ КОЖАТА БЕЗОПАСНО



Tolérance
CONTROL

КРЕМ/БАЛСАМ
ЛИЦЕ

Контролира
свърхреактивността**
на кожата

В зависимост от вашия тип кожа
изберете подходяща текстура - крем
или балсам



XERACALM
A.D

РЕЛИПИДИРАЩ БАЛСАМ
ЛИЦЕ - ТЯЛО - СКАЛП
ВЪНШНИ ИНТИМНИ ЗОНИ

Подхранва кожата и
успокоява чувството
на сърбеж*

3 В СЛУЧАЙ НА ЕКСКОРИАЦИИ⁽¹⁾ успокоете и възстановете кожата

> Ако в зоната няма мокрене



CICALFATE+

ВЪЗСТАНОВЯВАЩ
ЗАЩИТЕН КРЕМ

ЛИЦЕ - ТЯЛО
ВЪНШНИ ИНТИМНИ ЗОНИ

Спомага възстановителния процес
при повърхностни иритации



CICALFATE+

ПОДСУШАВАЩ
ВЪЗСТАНОВЯВАЩ СПРЕЙ

ЛИЦЕ - ТЯЛО
ВЪНШНИ ИНТИМНИ ЗОНИ

Подсушава, възстановява и успокоява
раздразнена чувствителна кожа,
склонна към мокрене
(влажни зони, гънки на кожата, т.н.)

* причинен от сухота на кожата; ** чувствителна реактивна, нетолерантна или апергична кожа;

(1) механично нарушение целостта на епидермиса с линейен характер.

Ръцете и краката ми са в ужасно състояние... Какво да направя?

Химиотерапията и таргетната терапия могат да доведат до значителни странични ефекти върху ръцете и стъпалата: зачервяване, болка, напукана кожа и т.н.

Развива се Ръка-крак синдром.

Интензивната ежедневна хидратация е най-доброто, което може да направите.

При необходимост се консултирайте със специалист по подиатрия (лечение на заболявания на глезена и стъпалата).



НАШИЯТ СЪВЕТ

- Погрижете се за ходилата си: избягвайте продължително ходене, уверете се, че обувките не са твърде стегнати и носете памучни чорапи.
- Защитете ръцете си: носете памучни ръкавици в ежедневието и латексови в домакинството.
- За да избегнете обостряне на сухота на ръцете и стъпалата: използвайте подходящи продукти в ежедневната си грижа за хигиена (за повече информация вижте стр.8 и 9)
- За да защитите кожата си от изсушаване: нанасяйте емолиенти и възстановяващи продукти.

Успокоете и възстановете кожата



CICALFATE +
ВЪЗСТАНОВЯВАЩ
ЗАЩИТЕН КРЕМ
ЛИЦЕ - ТЯЛО
ВЪНШНИ ИНТИМНИ ЗОНИ

Спомага възстановяването
на повърхностни иритации



CICALFATE +
HANDS
ВЪЗСТАНОВЯВАЩ
БАРИЕРЕН КРЕМ ЗА
РЪЦЕ

Възстановява**,
успокоява и
защитава много сухи
раздразнени ръце

Хидратируйте ежедневно кожата



XERACALM
A.D
РЕЛИПИДИРАЩ
БАЛСАМ
ЛИЦЕ - ТЯЛО
СКАЛП
ВЪНШНИ ИНТИМНИ ЗОНИ

Подхранва кожата
и успокоява при чувство
на сърбеж*



*причинен от сухота на кожата; **Повърхностния слой на епидермиса

Препоръчаха ми да използвам слънцезащита. Защо?

Някои терапии не са «съвместими» със слънчева светлина; става дума за фоточувствителност. Това означава, че сте предразположени към слънчево изгаряне понякога дори и в тежка степен. Затова е важна ежедневната защита на кожата от UV лъчите, които причиняват слънчево изгаряне.

ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ...?

- Реакции на фоточувствителност може да настъпят и при облачно време или през зимата, също под чадър или на сянка, или дори през прозореца, докато сте вкъщи, или в абтомобила!
- В резюме, винаги имайте предвид, това че при всеки обстоятелства е важно да защитите кожата си от слънчева светлина!

ПРАВИЛНАТА ГРИЖА

- Всеки път когато възнамерявате да изложите кожата си на слънце, предварително трябва да нанесете правилното количество* слънцезащитен крем SPF 50+, без аромат.
- За да осигурите нивото на защита, нанасяйте отново, особено след изпотяване, плуване или други водни занимания и подсушаване с хавлия.

* С намаляване на нанесеното количество, значително намалявате нивото на защита

Превенция на актинични кератози и рак на кожата¹

ПРЕВЕНЦИЯ НА АКТИНичНА КЕРАТОЗА И РАК НА КОЖАТА¹



**SUNSIMED
KA**

3x ПОВЕЧЕ
ЗАЩИТА
ЗА ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ
НА ДНК ЕНЗИМИ²

Съвместим с
фотодинамична терапия³

Може да се използва върху
увредена и изложена на
радиация кожа⁴

ФОРМУЛА

- ХИ/ЛУРОНОВА КИСЕЛИНА
- ВЕДЕРИН
- ПРЕТОКОФЕРИЛ

Превенция на хиперпигментации, лентиго, мелазма

ПРЕВЕНЦИЯ НА ХИПЕРПИГМЕНТАЦИИ, ЛЕНТИГО, МЕЛАЗМА



**SUNSIMED
PIGMENT**

1 ТО
МЕДИЦИНСКО
ИЗДЕЛИЕ
ЗА ПРЕВЕНЦИЯ НА
НАРУШЕНИЯ
В ПИГМЕНТАЦИЯ

Подходящ за бременни жени⁵

Подходящ за фототипове от II до V²

ФОРМУЛА

- ХЕСПЕРИДИН МЕИЛ ХАЛКОН
- ВЕДЕРИН
- ПРЕТОКОФЕРИЛ

1/ С изключение на меланома. 2/ In vitro проучване на реконструиран епидермис, количествено определяне на лезиите на TT CPD в сравнение с конвенционалните процеси на възстановяване 3/Източник: Фармакологично проучване, оценка на съвместимостта с фототерапия с MAL на дневна светлина, реконструиран човешки епидермис n=3.4/ Източник: Клинично проучване при целеви възрастни с АК (степен I) под дерматологичен контрол, n=30. -Съвместимост с бременни жени.

1/ Източник: Биологична оценка. 2/ Източник: Тест за поносимост и ефикасност при целеви възрастни. N=66.

КАКВО ТРЯБВА ДА ЗНАЕМ ЗА КОСОПАДА ПРИ ОНКОЛОГИЧНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ

Вашият онколог е предписал лечение за Вашето заболяване и Ви е казал, че то може да предизвика странични ефекти. Те варират в зависимост от вида терапия и предписаните дози. Не се колебайте да обсъдите това с Вашия онколог, общопрактикуващ лекар, фармацевт, медицинска сестра или друг здравен специалист. Колкото повече знаете, толкова по-добре ще понесете лечението и неговите странични ефекти.

ЗАЩО КОСАТА ПАДА? ИНФОРМАЦИЯ И СЪВЕТИ.

Повечето лекарства за онкологични заболявания са насочени към раковите клетки, за да ги унищожат или да попречат на размножаването им.

Въпреки това, за съжаление действат, и върху клетките на тялото, които се обновяват бързо, като тези, отговорни за растежа на косата. Това е причината за косопادا, който често се наблюдава при тези лечения.

Косопадът често се появява две до три седмици след началото на лечението, а при някои пациенти - дори веднага.

Най-често засяга целия скалп. Може да бъде прогресивен или внезапен, а интензивността на косопادا зависи от вида терапия и дозата. Понякога на по-късен етап могат да бъдат засегнати и други косми по тялото, миглите и веждите. Изтръпване, сърбеж или свръхчувствителност (наричана още „триходиния“) могат да се почувстват на скалпа точно преди или по време на косопادا. Важно е да сте подготвени за страничните ефекти.

ВЪЗСТАНОВЯВА ЛИ СЕ КОСАТА?

Да, най-често косата се пораста един до два месеца след последно приложената терапия. Текстура на косата може да е малко по-различна – по-права или по-къдрава, а цветът може да варира. Тази промяна често намалява с времето. Търпението е ключово: 12 до 18 месеца след последно приложената терапия, косата постепенно ще се възстанови до нормалното си състояние.

**НЕ СЕ КОЛЕБАЙТЕ
ДА СЕ ОБЪРНЕТЕ КЪМ МЕДИЦИНСКИ
СПЕЦИАЛИСТИ ЗА ПОВЕЧЕ
ИНФОРМАЦИЯ И СЪВЕТИ**





ГРИЖА ПРИ КОСОПАД И ЗА КАЧЕСТВЕНО ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ НА КОСАТА

ЕЖЕДНЕВНИ РУТИНИ

ПОЧИСТВАНЕ:

- За предпочитане избягвам да мия косата си от деня преди химиотерапията до 3-5 дни след това
- Чрез нежно масажиране, без търкане
- Изплаквам с не гореща вода

ГРИЖА:

- Подсушavam косата си внимателно с потупване с кърпа
- Възможно е да изсуша косата си със сешоар на ниска степен и средна температура

ПОДДЪРЖАНЕ И СТИЛИЗИРАНЕ:

Като се грижа за крехката коса:

избягвам сушенето със сешоар, силно разресване, маша, изправяне или изглаждане на косата, перманенти, боядисване и изсветляване по време на лечението и в продължение на 6 до 12 месеца след приключването му

- Като избягвам плитки, както и аксесоари, които биха увредили косата (фиби, щипки, ластиси и др.)
- Нося перука, тюрбан или шал при необходимост: те не влияят на растежа на косата

ПОДХОДЯЩИ ДЕРМОКОЗМЕТИЧНИ ПРОДУКТИ

ПОЧИСТВАНЕ:

- С шампоан против косопад или с нежна формула за деликатна коса

КОГА? Веднага след началото на лечението и за подпомагане на възстановяването на косата

ГРИЖА:

- С лосион против косопад за ускоряване растежа на косата
- С успокояващ емолиентен лосион за хидратиране на скалпа
- Със слънцезащитен продукт, за да избегна агресивните ултравиолетови лъчи

КОГА? Веднага след края на последното лечение

ПОДДЪРЖАНЕ И СТИЛИЗИРАНЕ:

- С хранителна добавка за подхранване, за да стимулирам растежа на здрава коса

КОГА? Един месец след края на последното лечение

В някои случаи, Вашият онколог може да Ви посъветва да носите охлаждаща шапка, за да забави косопада. Поговорете с него за тази възможност.



СТИМУЛИРА РАСТЕЖА НА КОСАТА

ОТ НАЧАЛОТО НА ЛЕЧЕНИЕТО



ANAPHASE +

ШАМПОАН ПРОТИВ КОСОПАД И ЗА РАСТЕЖ

- Стимулира растежа и укрепва косата
- Улеснява проникването на лосиона срещу косопад

Нанесете върху влажна коса, масажирайте нежно, нанесете отново, оставете да действа 2 до 3 минути, изплакнете

1 МЕСЕЦ СЛЕД КРАЯ НА ЛЕЧЕНИЕТО



CREASTIM REACTIV

ЛОСИОН ПРОТИВ КОСОПАД

- Ускорява растежа на косата
- Ефективен от първия месец на употреба*

Нанесете 4 дози x 0,6мл на целия сух или подсушен скалп, 3 пъти седмично. С помощта на пръстите, добре масажирайте, за да улесните проникването на лосиона. Без отмиване. Немазна и не лепнеща формула.

1 МЕСЕЦ СЛЕД КРАЯ НА ЛЕЧЕНИЕТО



ANACAPS REACTIV

ХРАНИТЕЛНА ДОБАВКА

- Осигурява необходимите витамини, минерали, аминокиселини за възстановяване на здрава коса

*1 капсула дневно
Препоръчителен 3-месечен курс на прием*

*84% ефективност при косопад, наблюдавана от първия месец. Тест, проведен с 67 жени. Прилагане 3 пъти седмично в продължение на 1 месец.

ГРИЖА ПРИ ЧУВСТВИТЕЛЕН СКАЛП И КОСА, УЯЗВЕНИ ОТ ОНКОЛОГИЧНО ЛЕЧЕНИЕ

ЕЖЕДНЕВНА РУТИНА

ПОЧИСТВАНЕ:

- С нежен и успокояващ скалпа шампоан

КОГА? Веднага след началото на лечението и до възстановяване растежа на косата

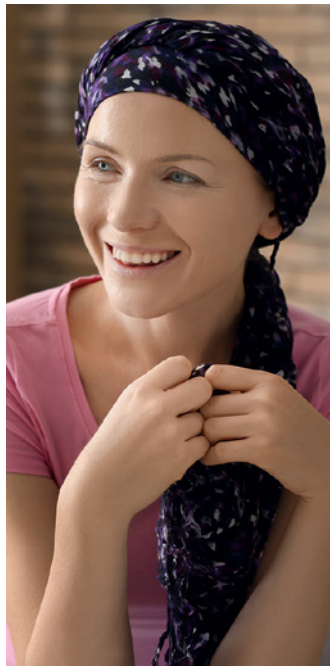
- За предпочитане в деня преди химиотерапията, като избягвам да мия косата си в продължение на 3-5 дни след това.
- Чрез нежно масажиране, без търкане

ГРИЖА:

- Подсушavam косата си внимателно с потупване с кърпа.
- Ако искам да използвам сешоар, го настройвам на ниска степен и средна температура
- Подстригвам косата си по-късо, когато започне лечението
- Бръсна косата си, ако скалпът ми е прекалено чувствителен

ПОДДЪРЖАНЕ И СТИЛИЗИРАНЕ:

- С дермокосметични продукти, подходящи за моето състояние
- Не забравям да нанасям слънцезащитен крем за скалпа, ако излизам с непокрита глава
- Избирам алтернатива, която най-добре подхожда на моя начин на живот: естествено непокрита глава, шал, перука, шапка и т.н.



УСПОКОЯВАНЕ И ЕЖЕДНЕВНО ПОЧИСТВАНЕ НА СКАЛПА

ОТ НАЧАЛОТО НА ЛЕЧЕНИЕТО



SENSINOL

ТРЕТИРАЩ ШАМПОАН ЗА СЪРБЕЖ И ЧУВСТВИТЕЛЕН СКАЛП

От 6-годишна възраст

- Облекчавача сърбежа
- Дълготрайно успокоява скалпа

Нанесете върху мокра коса, оставете да подейства 2-3 минути, след това изплакнете.

Подходящ за честа употреба.

Използвайте редуване с шампоана ANAPHASE ШАМПОАН против косопад и за растеж



EXTRA-DOUX

ДЕРМО-ПРОТЕКТИВЕН ШАМПОАН

От 1-месечна възраст

- Деликатна хигиена на косата
- С грижа към скалпа

Нанесете върху влажна коса, масажирайте нежно, изплакнете

Подходящ за честа употреба

ХИДРОТЕРАПЕВТИЧЕН ЦЕНТЪР AVÈNE

Хидротерапията в Avène е уникално време за възстановяване на силите, физически и психически.

Имате две възможности:

- 3-седмична терапия
- 6 дни Sensicure

Хидротерапия в Avène: клинично доказана ефикасност

Проучване, проведено в Хидротерапевтичен център Avène, показва значително повишаване качеството на живот, както и подобрение на основните признаци, свързани с дискомфорт на кожата, провокиран от терапия на рак на гърдата (химиотерапия, хирургична намеса, лъчетерапия).¹

Сухота

-100%

Сърбеж

-61%

Лимфедем

-43%

1.Dalenc F et al, Eur J Cancer Care. 2017; e12735

През последните години дерматологичната експертиза на Хидротерапевтичен център Avène обхваща и страничните ефекти върху кожата, причинени от онкологична терапия. Хидротерапевтичният център непрекъснато търси възможност за алтернативни форми на подкрепа, в приятелска и приветлива среда. Пациентите, основно жени на различна възраст, търсят време за възстановяване на силите си - физически и психически... защото пътят към възстановяването е дълъг, когато енергията е била изчерпана от терапията.

Престоят в Хидротерапевтичния център е синоним на време за отпочиване, среда за общуване между пациенти и всички, които се грижат за тях, в уютна обстановка, с мисъл за другия. Двата основни варианта са: 3-седмична терапия или едноседмична Sensicure грижа. Тези две програми предлагат специфични хидратиращи сесии всеки ден, за да възстановят еластичността на кожата и да я оставят хидратирана и мека. По време на ателиетата пациентите споделят своя опит, смеят се заедно и говорят за трудностите си. Преоткриват удоволствието от грижата и любовта към себе си. В Хидротерапевтичен център Avène, по време на релакс сесиите, пациентите изразяват своята благодарност или повишават енергия си в часовете за физическа активност.

Но да не забравяме: Термалната изворна вода Avène, извираща дълбоко от недра на Земята, с успокояващи, антииритативни и омекотяващи свойства, е причината за позитивните усмивки, споделените моменти на радост и човечност. Термалната вода Avène е сила, която ни смирява отново и отново. Няма по-уместно доказателство от сияйните лица, които се появяват след няколко седмична термална терапия: трансформация, която ни изумява вече повече от два века и половина.

Marie-Ange MARTINCIC – Директор на Хидротерапевтичен център Avène

Иновативна персонална грижа

Дерматологична хидротерапия

- Хидромасажни вани
- Филиформени души
- Масажни души
- Компреси с Термална вода
- Душе и цялостна терапия на скалпа
- Орални спрейове и гингивални души



Хидратираща дерматологична терапия

- Обвиване на тялото с емолиентни продукти
- Хидратиращ масаж на тяло
- Масаж на лице с хидратиращ продукт
- Цялостна грижа за скалп



Как да резервирате престоя си в Хидротерапевтичен център AVENE
вижте на: www.avenecenter.com





ЗА ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИЯ И СЪВЕТИ ВИЖТЕ:

EAU THERMALE
Avène
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

www.avene.bg



fb-avenebg



eauthermaleavenebulgaria

DUCRAY
SCIENCE DERMATOLOGIQUE

www.ducray.com/bg-bg



ducraybulgaria



ducray_bulgaria