

LES PROBLÈMES DE PEAU ET DE CHEVEUX

Effets de la dialyse

La dialyse peut avoir un effet sur la peau et les cheveux chez certaines personnes. Les altérations de la peau sont particulièrement fréquentes. Si c'est votre cas, ce feuillet d'information vous proposera des solutions et vous indiquera quelques questions à poser à votre médecin.

Les problèmes de peau

Votre peau peut paraître plus fragile lorsque vous êtes sous dialyse. Elle peut avoir tendance à faire des bleus (ecchymoses) ou même à se déchirer facilement. La sécheresse, les démangeaisons et les fendillements de la peau sont fréquents. Certains problèmes cutanés sont mineurs, mais d'autres peuvent vous faire souffrir du regard des autres. Or, de nombreux problèmes cutanés peuvent être atténués.

Les ecchymoses

Votre tendance à faire des bleus peut être causée par plus d'un facteur. Elle peut être reliée à vos traitements de dialyse ou à d'autres problèmes de santé. Voici quelques-unes des causes qui peuvent entrer en jeu dans votre cas :

- Vous prenez de l'aspirine ou d'autres anticoagulants, comme la warfarine, le clopidogrel ou le ticagrelor.
- Vous prenez d'autres médicaments, comme la prednisone, qui peuvent augmenter votre propension aux ecchymoses.
- Le niveau de vos plaquettes sanguines (les cellules nécessaires à la coagulation sanguine) est bas.
- D'autres facteurs, comme le vieillissement et d'autres problèmes et traitements médicaux, peuvent rendre les petits vaisseaux sanguins de la peau plus fragiles.

Les démangeaisons

Les démangeaisons ont aussi de nombreuses causes. Elles peuvent être reliées à des niveaux élevés de phosphore dans le sang. Le contrôle du niveau de phosphate par un régime alimentaire adéquat et la prise de lieurs de phosphate avec la nourriture peut aider.

Une dialyse insuffisante et la peau sèche figurent parmi les autres causes de démangeaison. De longs bains chauds qui font disparaître les huiles de la peau et les produits à base d'alcool peuvent aussi vous causer des démangeaisons en asséchant votre peau.

Si vous avez des démangeaisons seulement pendant la dialyse, il se peut que vous fassiez une allergie ou une autre réaction, qui peut être due à plusieurs causes, dont l'anticoagulant ou le dialyseur utilisé pendant le traitement ou les détergents employés pour nettoyer les fauteuils ou les serviettes. Si un problème de démangeaison survient pendant la dialyse, avisez l'équipe de dialyse.

Les problèmes de cheveux

Les cheveux sont faits de protéines. Si vous êtes dénutri, vos cheveux peuvent devenir plus fragiles et tomber en l'espace de quelques mois. La consommation d'une quantité suffisante de protéines vous aidera, mais il faudra attendre quelques mois avant de constater un changement. Demandez à votre diététiste quelles sont les bonnes sources de protéines.

La chute de cheveux peut aussi être causée, entre autres, par une carence en zinc, des problèmes de thyroïde et des réactions médicamenteuses. Certains patients perdent leurs cheveux lorsque leur unité de dialyse change le type de dialyseur qu'elle utilise. Parlez à votre médecin ou demandez qu'il vous dirige vers un dermatologue.

La perte de cheveux peut aussi être liée au processus naturel du vieillissement.

Ce que vous pouvez faire

- Demandez à votre médecin, à un membre du personnel infirmier ou à votre pharmacien quel est votre taux de plaquettes ou de warfarine (appelé « RIN » ou rapport international normalisé) si vous recevez de la warfarine.
- Essayez de cerner la cause de vos démangeaisons. Sont-elles moins fortes à certains moments plutôt qu'à d'autres? Qu'est-ce qui les fait diminuer ou augmenter? Votre peau a-t-elle l'air normale ou différente?
- Essayez quelques lotions en vente libre pour voir si l'une d'elles vous soulage. Certains patients trouvent que l'huile de noix de coco est efficace. Demandez à votre médecin quelles lotions pourraient vous soulager.
- Rappelez-vous que, si la peau vous démange, il faut toujours frictionner et non gratter.
- Si votre peau est fendillée ou si vous avez des cloques et que cela vous gêne, parlez à votre médecin dès que possible. Demandez à être dirigé vers un dermatologue.
- Demandez à votre médecin s'il est possible que d'autres problèmes médicaux contribuent à vos symptômes (comme des problèmes de thyroïde, etc.).

- Appliquez des traitements doux à vos cheveux. Évitez les permanentes et les teintures et n'employez pas d'élastiques serrés.
- Demandez à un coiffeur des conseils pour camoufler l'amincissement de votre chevelure.
- Assurez-vous de consommer la bonne quantité de protéines. Consultez une diététiste.

La Fondation du rein tient à remercier les membres du comité national des programmes et de la politique publique de la Fondation du rein pour leurs contributions et leur expertise professionnelle dans le développement de cette ressource.