

TRAITEMENTS LOCAUX HYDRATANTS ET LUBRIFIANTS

POURQUOI LES UTILISER ?

Les traitements locaux hydratants ont pour but de **réhydrater les muqueuses vulvaires et/ou vaginales** et de les rendre plus souples. En premier lieu, ils aident à prendre soin de sa vulve et de son vagin avant de débiter les traitements (voir [notre page Pré-traitement](#)). Ils peuvent également être utilisés afin de palier à la diminution des sécrétions vaginales post traitement ou post ménopause (voir [notre page Effets indésirables : infertilité et ménopause](#)).

Il existe deux grands types de cancers, selon leur sensibilité aux hormones, et les traitements hydratants proposés dépendant de ces 2 grandes familles :

CANCER HORMONO-DÉPENDANT :

- Exprime des récepteurs aux hormones et donc sensible à celles-ci
- Les traitements hormonaux sont le plus souvent contre-indiqués (cela pourrait favoriser une récurrence)
- Utilisation d'un **traitement local hydratant non hormonal** (acide hyaluronique, autre...)

CANCER NON HORMONO-DÉPENDANT :

- N'exprime pas de récepteurs hormonaux
- Les deux options sont possibles : **traitement local avec ou sans hormone**.



Le statut hormonal de votre cancer vous est en général transmis par les équipes de soin mais si ça n'a pas été le cas pour vous, demandez à votre médecin référent ou à votre généraliste !

À QUELLE FRÉQUENCE ET À QUEL MOMENT LES UTILISER ?

Cela dépend des femmes. Ces hydratants peuvent être appliqués **2 à 3 fois/ semaine voire tous les jours** selon vos symptômes. Votre médecin pourra vous conseiller.

Vous pouvez les appliquer le matin ou le soir sur peau propre et sèche, selon votre ressenti et vos préférences :

- Le matin : confortable, pas de tiraillement ni sécheresse dans les sous-vêtements
- Ou le soir : on va en général moins aux toilettes la nuit et le produit a donc plus le temps de pénétrer
- Voire même matin et soir si vous le souhaitez !



QUELLES SONT LES DIFFÉRENTES FORMES ET MOLÉCULES ?

- Pour les traitements non hormonaux, les produits vendus en pharmacie/parapharmacie sont le plus souvent à base de **2 ingrédients actifs** : **l'acide hyaluronique** et **les polycarbophiles**.
- Pour les traitements hormonaux, il s'agit de différentes formes dérivées des œstrogènes.

Il existe **différentes formes** selon vos préférences et selon le site d'application :

- Les traitements locaux hormonaux nécessitent une prescription médicale et sont remboursés par l'Assurance Maladie.
- Vulve : crème ou gels.

Il existe **différentes formes** selon vos préférences et selon le site d'application :

- Vagin : ovules ou capsules molles, crèmes ou gels, avec ou sans embout applicateur.
- Vulve : crème ou gels.



Certaines mutuelles proposent la prise en charge d'un forfait annuel de produits de parapharmacie. Renseignez-vous !



Les traitements hydratants avec ou sans hormones (pas les huiles), les crèmes/gel peuvent être utilisés dans le vagin ou sur la vulve de la même façon. Pas besoin d'avoir un produit spécifique à chacun, c'est la même muqueuse !

TRAITEMENTS LOCAUX HYDRATANTS ET ALTERNATIVES NATURELLES

TRAITEMENTS LOCAUX SANS HORMONES

Acide hyaluronique

- Crèmes/gels : Cicatridine ; Mucogyne ; Femigyne ; Idracare ; Palomacare ; Serelys
- Ovules : Préméno-duo ; Cicatridine ; Mucogyne

Polycarbophile

- Crème : Replens ; Ainara



Certaines marques de dermo-cosmétique ont développé des gammes spécifiques de produits hydratants, cicatrisants post radio/curiethérapie. Vous pouvez les retrouver sur des sites dédiés tels que <https://www.comptoir-de-vie.com/> ;

- La marque italienne VEA s'est spécialisée dans les soins de support pendant/après une irradiation. Elle a notamment développé des ovules contenant de la vitamine E. Il existe aussi toute une gamme de produits dédiés à la radiothérapie.
- Le laboratoire MEME cosmétiques propose une gamme dermo-cosmétique entièrement dédiée à l'accompagnement des patients en oncologie afin de limiter et réduire les effets indésirables cutanés, unguéaux, capillaires et intimes des traitements. Il vient même de créer très récemment des ovules vaginaux à base d'acide hyaluronique et de vitamine E.
- La marque OZALYS a développé une gamme de produits spécifiques pour la sécheresse intime et l'inconfort vulvaire secondaires aux traitements oncologiques.

TRAITEMENTS LOCAUX AVEC HORMONES

Les produits vendus en pharmacie (sur ordonnance) sont à base de 3 ingrédients actifs : promestriène, estriol et estradiol.

Une prescription médicale est nécessaire et une prise en charge par la sécurité sociale existe.

Attention à bien vérifier l'absence de contre-indication.

Promestriène

- Crème : Colpotrophine (+ parabens).
- Estring : anneau vaginal (90 jours).

Estriol

- Crème : Blissel (+ parabens) ; Gydrelle ; Physiogyne ; Trophicrème (+ acide sorbique).
- Ovules : Florgynal (+ progestérone et lactobacille), Physiogyne.

LES ALTERNATIVES NATURELLES POUR LA VULVE : LES CORPS GRAS



En alternance voire en alternative des hydratants locaux on peut utiliser des corps gras à mettre sur la vulve. Cela permet de créer un effet « pansement » qui protège la vulve lorsque le port de sous-vêtements ou vêtements serrés est désagréable voire douloureux. On peut l'appliquer **1 voire plusieurs fois/ jour sur la vulve** selon le confort (ou l'inconfort !)

- Les corps gras possibles : huile d'amande douce, jojoba, calendula, argousier... beurre de karité. Vous pouvez varier les huiles !
- Ces produits peuvent se trouver en magasin bio (ou dans le rayon bio d'une grande surface) ou sur internet



Certaines huiles ne sont pas appropriées : huile d'argan ou huiles essentielles

LES LUBRIFIANTS

PRINCIPE D'UN LUBRIFIANT

Le traitement lubrifiant a un autre rôle que les hydratants : **celui de faire glisser plus facilement.**

- Il ne rentre pas dans les cellules pour les réhydrater mais reste en surface. Sa fonction est de permettre que les contacts (caresses, pénétration...) se fassent sans frottement. Son action est mécanique et temporaire (quelques minutes).
- Il en existe à base d'eau (aqueux) ou d'huile. Les aspects peuvent varier et ils peuvent avoir des goûts ou odeurs ajoutés (à vous de choisir)



En cas de contraception mécanique par préservatifs, évitez les lubrifiants à base d'huile qui peuvent rendre le préservatif poreux et ainsi lui faire perdre son efficacité !

UN LUBRIFIANT... POUR QUOI FAIRE ?



- Faciliter l'introduction et l'utilisation des dilateurs vaginaux.
- Améliorer les sensations intimes lors des rapports sexuels, que ce soit les caresses, la pénétration ou la masturbation => avant ET après l'amour à deux OU en solo.
- Pour l'utilisation de sextoys et compagnie.



Les lubrifiants ne sont pas remboursés.



Les huiles citées plus haut sont de très bons lubrifiants (avec les mêmes précautions si utilisation de préservatifs)



Lorsque des douleurs persistent lors des rapports malgré l'utilisation de lubrifiant, il peut être bien de voir un gynécologue pour rechercher d'autres causes à ces douleurs que de la sécheresse : si ça glisse, ça ne devrait plus faire mal !.