

## DES VÊTEMENTS ADAPTÉS

Les vêtements permettent de souligner vos atouts physiques et de masquer ce qui vous satisfait moins, ainsi que les conséquences d'un traitement ou d'une intervention chirurgicale. Deux éléments jouent un rôle fondamental dans le choix des vêtements et des accessoires: la couleur et la coupe. En ce qui concerne l'importance et l'utilisation des couleurs, nous vous renvoyons au chapitre *Jouer la carte de la couleur*.

La modification de votre silhouette au cours de la maladie n'a rien d'inhabituel. Telle personne perd du poids, alors qu'une autre prend de l'embonpoint. Il est donc essentiel de choisir des vêtements et des tissus qui rehaussent les points forts de votre silhouette et camouflent les imperfections éventuelles. Examinez votre corps le plus objectivement possible et tentez d'apporter les corrections appropriées.

Quelques astuces:

- Les rayures horizontales élargissent votre silhouette, tandis que les lignes verticales vous font paraître plus mince et plus grande.
- Les tissus souples tombent élégamment et sont certainement recommandés si vous voulez camoufler l'implantation d'un cathéter. Vous pouvez également dissimuler une implantation sous un foulard ou un morceau de tissu drapé.
- Un foulard vous aide aussi à camoufler de façon élégante un cou très amaigri ou une modification de teint de la peau à cet endroit. Si vous avez un petit cou, veillez à ce que le tissu ne se trouve pas juste à côté de votre visage, laissez seulement dépasser une pointe du foulard au-dessus du col. Un col en V amincit le visage et allonge le cou.
- Des manches larges sont un moyen efficace pour détourner l'attention de la poitrine. Vous pouvez par

exemple camoufler un œdème lymphatique. Des bras maigres se remarquent également moins grâce aux manches larges.

- Pour les patients qui doivent adapter leurs vêtements à leur stomie (orifice urinaire ou intestinal artificiel), les vêtements amples offrent la meilleure solution. Une jupe portefeuille ou un pantalon en jersey peuvent être extrêmement gracieux. Il n'existe pas de ligne de vêtements spécifiques mais vous pouvez vous renseigner à ce sujet auprès des bandagistes ou des groupes d'entraides.
- Choisissez des vêtements dans un magasin de sport: les tissus sont confortables, la taille est souvent réglable par un élastique ou un cordon, les modèles sont amples.
- Une ceinture ou un châle noué à la taille donne souvent une note élégante à votre tenue. Veillez à ce que le nœud du châle ou la boucle de la ceinture ne se trouve pas du côté de la stomie. Évitez aussi de serrer exagérément la ceinture ou le châle, sous peine d'écraser la stomie. Dans un premier temps, il est préférable de porter des tissus imprimés: les petits accidents éventuels passeront ainsi inaperçus ou presque.
- Les pantalons larges offrent surtout un grand confort au niveau du ventre et des cuisses. La laine, la soie et le coton léger sont du plus bel effet.

**CONSEIL PRATIQUE:** Choisissez des vêtements qui accentuent le plus possible les atouts de votre silhouette.

Vous aurez davantage confiance en vous et vous vous sentirez d'autant mieux.

