



Guide du traitement de radiothérapie des seins

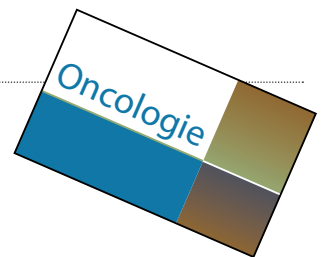
Vous trouverez ci-après des informations qui vous permettront de mieux comprendre ce qui se passera pendant votre traitement et sur les façons de gérer les effets secondaires que vous pourrez ressentir. Si vous avez des questions, vous pouvez les poser à un membre de l'équipe de traitement (le médecin, l'infirmière, le technologue et la nutritionniste).

Introduction

Les effets secondaires de la radiothérapie varient d'une personne à l'autre. Les effets secondaires dépendent de plusieurs facteurs, comme la région du corps qui est traitée, le type de radiation utilisé, la quantité de radiation reçue, si vous recevez une chimiothérapie en même temps et de votre état de santé général.

Le passeport d'oncologie

C'est votre carnet pour noter des informations et faire un suivi de votre diagnostic, de votre traitement, des symptômes possibles et des ressources disponibles. Veuillez l'apporter tous les jours.



Préparation pour le traitement

- Le technologue pourrait tracer des marques avec de l'encre sur votre peau pour vos traitements.

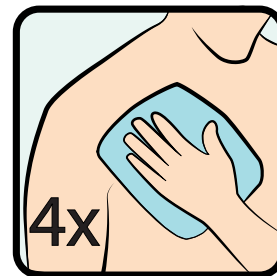
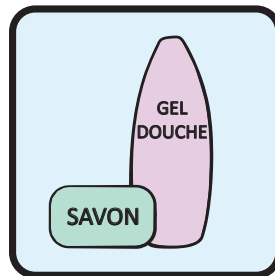
Est-ce que la radiothérapie aura des effets sur ma peau ?

- Quand la radiation est administrée, elle traverse votre peau pour atteindre la région à traiter. Les personnes qui reçoivent de la radiothérapie doivent s'attendre à avoir des problèmes de peau. La peau peut devenir sèche, rouge ou plus foncée. La peau peut piquer. Parfois, des ampoules se forment ou la peau pèle.
- Si vous remarquez que votre peau est sèche, sensible, rouge, qu'elle picote ou pèle, parlez-en au technologue.

Comment dois-je prendre soin de ma peau pendant le traitement ?

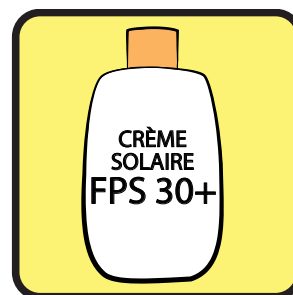
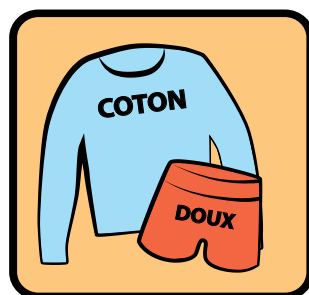
Nettoyez et hydratez votre peau :

- Prenez des douches ou des bains rapides.
- Lavez votre peau doucement à l'eau tiède avec un savon doux non parfumé comme Ivory® ou Dove®.
- Faites mousser le savon dans vos mains et appliquez-le délicatement sur votre peau.
- Rincez bien votre peau et séchez-la avec une serviette douce.
- Appliquez une lotion non parfumée telle que Lubriderm®, Aveeno®, Glaxal Base® ou Lipikar® deux fois par jour.
- Ne mettez pas de crème ou de lotion sur la peau au moins 4 heures avant le traitement, même si le médecin l'a prescrit.
- Si votre peau commence à peler, si des ampoules se forment ou si la peau est très irritée, arrêtez d'utiliser les crèmes. Parlez-en à votre médecin ou infirmière. On pourra vous prescrire une autre crème pour la peau.



Protégez votre peau :

- Portez des vêtements amples et confortables, faits de tissus doux et de fibres naturelles comme le coton.
- Portez de préférence des soutiens-gorge sans armature en coton.
- Protégez toujours la peau de la région traitée du soleil.
- Protégez la peau de la région traitée du vent et du froid en hiver.
- Mettez un écran solaire (FPS 30 ou davantage) quand vous êtes à l'extérieur, même quand le traitement est terminé.



Apaisez votre peau :

- Mettez des compresses fraîches pendant 10 à 15 minutes, 4 fois par jour, pour soulager les démangeaisons ou les sensations de brûlure.

Que dois-je éviter de faire à ma peau pendant le traitement ?

- Ne pas effacer les marques sur la peau en se lavant.
- Ne pas raser l'aisselle du côté traité.
- Ne pas mettre de pansement adhésif sur la région traitée
- Ne pas mettre de poudre, de déodorant ou d'antisudorifique du côté traité.
- Ne pas mettre de crèmes et de lotions non recommandées par votre médecin ou votre infirmière sur la peau traitée.
- Ne pas frotter, exfolier ou gratter la peau.
- Éviter de porter des vêtements serrés, rugueux ou en matières synthétiques.
- Éviter d'exposer la peau traitée au chaud ou au froid extrêmes.
- Éviter les bains à remous, les bouillottes, les coussins chauffants ou les sacs de glace sur la région traitée.
- Ne pas aller nager pendant toute la durée du traitement et jusqu'à ce que votre peau soit complètement guérie.

Est-ce que je me sentirai fatiguée ?

- Être fatiguée ou avoir une sensation de fatigue est un effet secondaire fréquent. Cela peut continuer pendant quelques mois après la fin du traitement de radiothérapie.
- Si vous êtes fatiguée, faites une sieste ou reposez-vous.
- Continuez vos activités habituelles, mais arrêtez-vous quand vous vous sentez fatiguée. Écoutez votre corps.
- Venez à vos rendez-vous avec un(e) ami(e) ou un membre de la famille. Il(Elle) sera votre soutien, vous accompagnera et vous assistera dans vos activités quotidiennes.
- Des activités physiques légères comme marcher sont bénéfiques et peuvent vous aider à combattre la fatigue.
- La fatigue est aussi fréquente chez les personnes déprimées ou qui ont des difficultés à faire face au traitement. Parlez-en à votre équipe de traitement.



Que puis-je faire si je n’y arrive pas ?

- Ressentir de l’anxiété, être déprimée ou en colère ou avoir des difficultés à faire face au traitement est normal. Chaque personne a une façon différente de gérer les situations difficiles. Prévenez votre équipe si vous éprouvez l’un de ces sentiments.
- Nous pouvons vous proposer des conseils grâce au Programme d’oncologie psychosocial.
- Nous pouvons aussi vous offrir de l’information et/ou vous diriger vers des organismes d’aide, comme Can Support du CUSM ou des groupes d’entraide communautaires.

Où puis-je trouver de l’information sur Internet ?

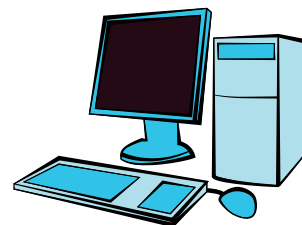
Toute l’information qui se trouve sur Internet n’est pas toujours exacte ou fiable. Si vous avez accès à Internet et si vous désirez plus d’informations sur votre cancer ou son traitement, nous vous recommandons de visiter ces sites :

www.cancer.ca - Société canadienne du cancer

www.fqc.qc.ca - Fondation québécoise du cancer

www.cancer.net - American Society of Clinical Oncology (en anglais seulement)

www.cancer.gov - National Cancer Institute (en anglais seulement)



Que dois-je faire si je me sens très malade ou en cas d’urgence ?

- Si vous ressentez des symptômes graves qui vous inquiètent, veuillez communiquer avec votre médecin ou votre infirmière
- Les jours de semaine : téléphone : 514-934-1934 ext. 43400.
- La nuit ou pendant la fin de semaine : appelez la réception du MUHC– téléphone : 514-934-1934 et demandez le résident en radio-oncologie sur appel.
- Si vos symptômes sont particulièrement graves ou si vous n’arrivez pas à joindre le radio-oncologue, vous devez vous rendre à l’urgence de l’hôpital le plus proche et informer le médecin que vous suivez un traitement de radiothérapie.

IMPORTANT : VEUILLEZ LIRE

Ce document a été conçu à des fins éducatives. Il ne remplace pas l’avis médical ou les conseils donnés par un professionnel de la santé et ne se substitue pas à des soins médicaux. Contactez un professionnel de la santé qualifié si vous avez des questions concernant vos soins de santé.

Ce matériel a été conçu par le groupe de travail du le Département de Radio-oncologie du CUSM. Nous remercions l’Office d’éducation des patients du CUSM de l’aide fournie tout au long de l’élaboration de ce guide, pour la rédaction, la conception et la mise en page ainsi que pour la création de toutes les illustrations. Nous remercions le Comité de l’Éducation des patients du CUSM pour sa participation à ce projet au niveau de la traduction et de l’édition.



Centre universitaire
de santé McGill



McGill University
Health Centre

Office d’éducation des patients
Patient Education Office

© Droit d’auteur le 20 juin 2016, 25 novembre 2013 , Centre universitaire de santé McGill. 2^{ème} édition. Ce document est protégé par les droits d’auteur. Toute reproduction, en totalité ou en partie, est interdite sans autorisation expresse et écrite de patienteducation@muhc.mcgill.ca.