



Guide du traitement de radiothérapie Généralités

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.



Les effets secondaires possibles

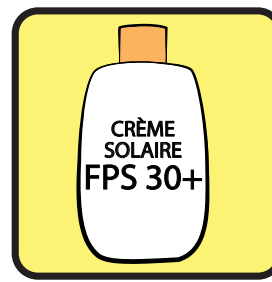
- Le radio-oncologue ou le résident vous verra chaque semaine pour évaluer les effets secondaires ou les symptômes que vous pourriez avoir.
- Le radio-oncologue pourrait vous prescrire des médicaments pour soulager vos effets secondaires ou vos symptômes.
- Si des effets secondaires ou des symptômes apparaissent entre les visites hebdomadaires, il est important d'en parler à un membre de l'équipe de traitement

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, elle peut aussi piquer.
- La peau réagit à la radiothérapie dans la région traitée. Les réactions peuvent apparaître après 2 à 4 semaines.
- Si vous remarquez que votre peau est sensible, rouge, qu'elle picote ou pèle, parlez-en au technologue.

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

- Prenez des douches ou des bains rapides.
- Faites mousser le savon dans vos mains et appliquez-le délicatement sur votre peau.
- Lavez votre peau doucement à l'eau tiède avec un savon doux non parfumé comme Ivory® ou Dove®. Rincez bien votre peau et séchez-la avec une serviette douce.
- Demandez à votre technologue, à l'infirmière ou au médecin si vous pouvez utiliser une crème hydratante non parfumée.
- 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 est irritée ou commence à peler, à suinter (des gouttelettes apparaissent) parlez-en à votre technologue, infirmière ou médecin. Vous recevrez une prescription pour une autre crème pour la peau.
- Protégez la région traitée du froid et du vent en hiver.
- Recouvrez toujours la région traitée pour la protéger du soleil.
- À la fin du traitement, continuez de mettre un écran solaire (FPS 30 ou davantage) sur votre peau quand vous êtes à l'extérieur.

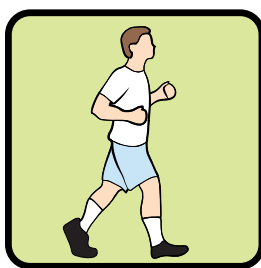


Que dois-je éviter de faire à ma peau pendant le traitement ?

- Ne pas effacer les marques sur la peau en se lavant.
- Ne pas mettre de pansement adhésif sur la région traitée.
- Ne pas frotter, exfolier ou gratter la peau.
- Éviter les bains à remous, les bouillottes, les coussins chauffants ou les sacs de glace.
- Éviter de porter des vêtements serrés ou moulants.

Est-ce que je me sentirai fatigué ?

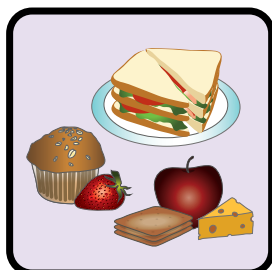
- Être fatigué ou avoir une sensation de fatigue est un effet secondaire fréquent.
- Vous retrouverez votre énergie progressivement à la fin du traitement.
- Si vous êtes fatigué, faites une sieste ou reposez-vous.
- Faites vos activités habituelles, mais arrêtez-vous quand vous vous sentez fatigué. 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.



Et au niveau de mon alimentation ?

La radiothérapie ou la chimiothérapie peuvent changer le goût des aliments. Cela peut causer une perte de l'appétit. Vous pouvez aussi avoir des nausées.

- Mangez des repas équilibrés et sains pour améliorer et conserver votre énergie et vos forces.
- Mangez de plus petites quantités, mais mangez plus souvent.
- N'essayez pas de perdre du poids pendant le traitement, car l'alimentation est importante pour guérir.
- Vous aurez un rendez-vous avec la nutritionniste pendant vos traitements.



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

- Ressentir de l’anxiété, être déprimé 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 CanSupport 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.
- 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.

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, 29 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.