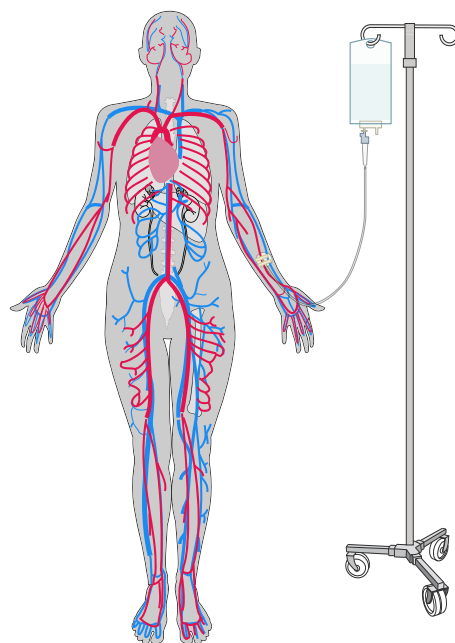
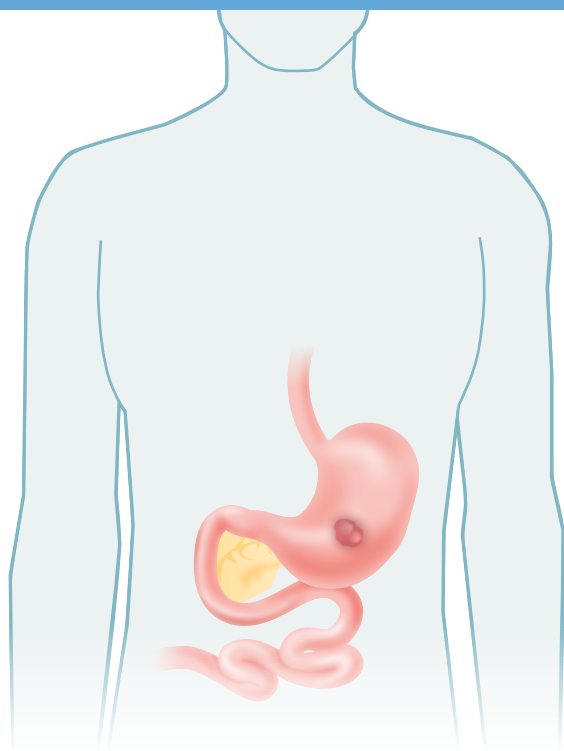


Cancer de l'estomac

Section 5 : La chimiothérapie



Centre universitaire
de santé McGill



McGill University
Health Centre

Office d'éducation des patients
Patient Education Office

Ce guide a été conçu par Dr. Carmen Mueller, Dr. Joanne Alfieri, Dr. Marie VanHuyse, ainsi que Mary Diovisalvi, Brittnee Zwicker et Sarah-Eve Loiselle.

Nous remercions l'Office d'éducation des patients du CUSM de l'aide fournie tout au long de l'élaboration de ce livret, pour la rédaction, la conception, la mise en page, ainsi que pour la création de toutes les illustrations.

© Droit d'auteur – 9 juin 2020, Centre universitaire de santé McGill.

Ce document est protégé par le droit d'auteur.

La reproduction partielle ou totale sans autorisation écrite de patienteducation@muhc.mcgill.ca est strictement interdite.

Veuillez noter : le CUSM conserve ses droits d'auteur sur tout son matériel (matériels, images, et contenus). Nous vous accordons le droit d'utiliser, de partager ou de distribuer le matériel, mais il ne doit pas être modifié ou reproduit (partiellement ou totalement). Ceci est strictement interdit.



IMPORTANT

Ce livret 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 est aussi disponible sur le site de l'Office d'éducation des patients du CUSM : www.educationdespatientscusm.ca

Centre universitaire
de santé McGill



McGill University
Health Centre

Office d'éducation des patients
Patient Education Office

Table des matières

Qu'est-ce que la chimiothérapie ?	4
Comment gérer les effets secondaires ?	9
La perte des cheveux	13
Les lésions dans la bouche	15
La constipation	17
La diarrhée	18
La baisse du nombre de globules blancs	20
La baisse du nombre de globules rouges	21
La baisse du nombre de plaquettes	22
La fatigue	23
La nausée et les vomissements	25
Notes et questions	28

Qu'est-ce que la chimiothérapie ?

Selon le stade de votre cancer, la chimiothérapie pourrait être nécessaire dans le cadre de votre traitement. Votre équipe de traitement vous expliquera si vous avez besoin d'une chimiothérapie et à quoi cela ressemblera pour vous.



Cette section aborde le thème de la chimiothérapie. Elle explique ce qu'est:

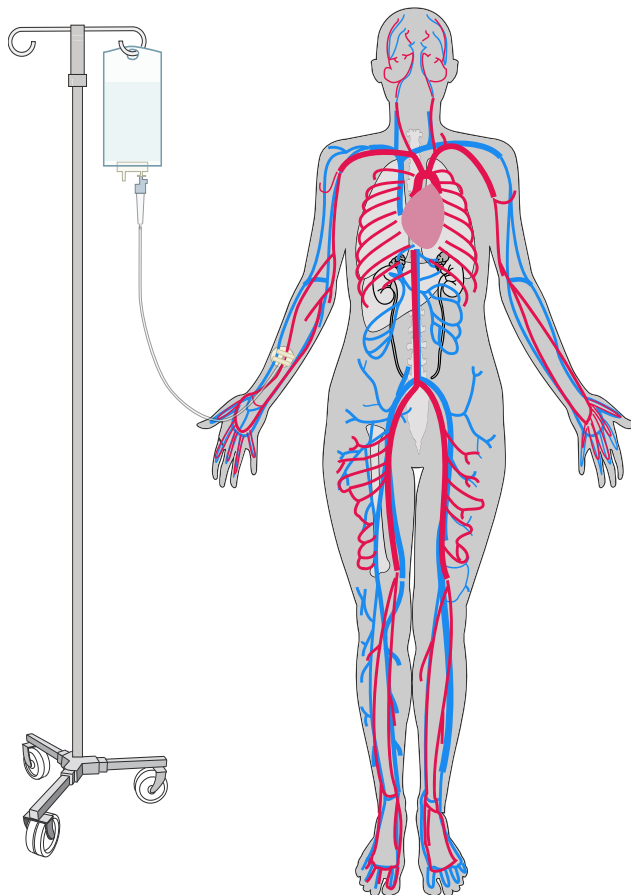
- la chimiothérapie ;
- comment elle agit ;
- comment s'y préparer ;
- ce qui se passe pendant le traitement ;
- comment gérer les effets secondaires et plus encore.

Ces informations se trouvent aussi dans la trousse d'information que vous recevrez de votre équipe de chimiothérapie.

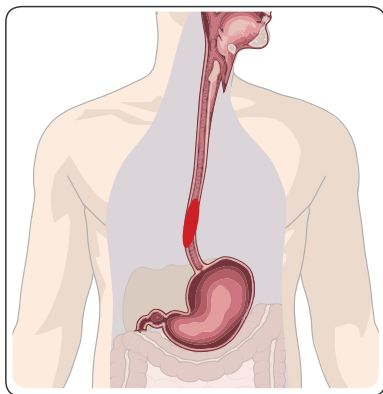
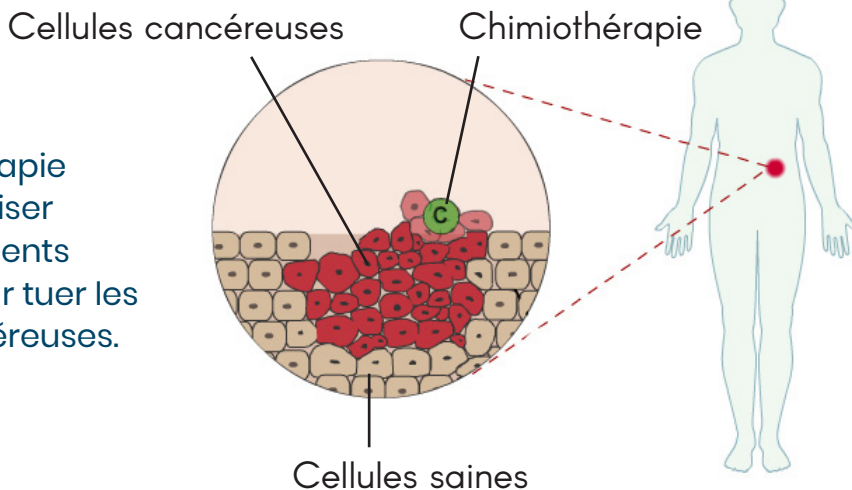
Votre plan de chimiothérapie dépend :

- du type de cancer que vous avez ;
- de votre âge, et ;
- de votre état de santé et de la façon dont vous gérez les effets secondaires.

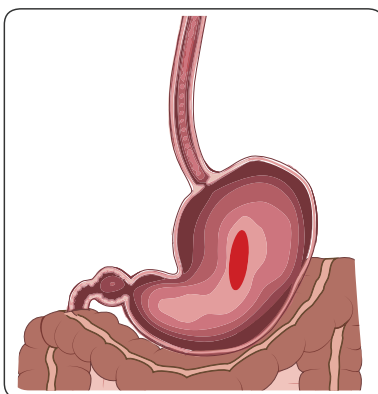
Parlez avec votre équipe de traitement si vous avez des questions. Ensemble, vous déciderez la possibilité d'avoir une chimiothérapie et, si cela est nécessaire, à quoi cela ressemblera pour vous.



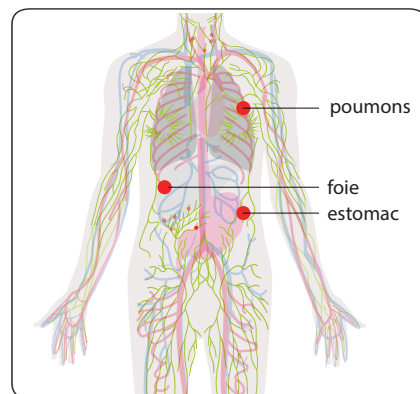
La chimiothérapie consiste à utiliser des médicaments puissants pour tuer les cellules cancéreuses.



La chimiothérapie peut être utilisée pour empêcher le cancer de revenir.

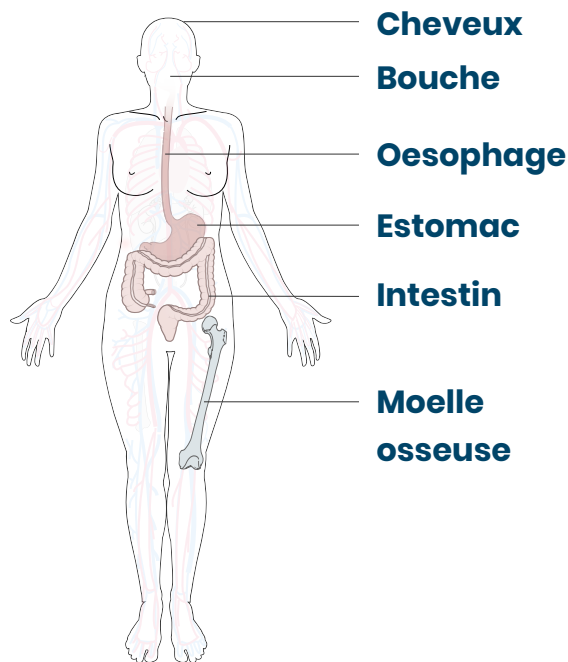


La chimiothérapie peut également être utilisée pour traiter le cancer qui est revenu après le traitement (**une récurrence**).

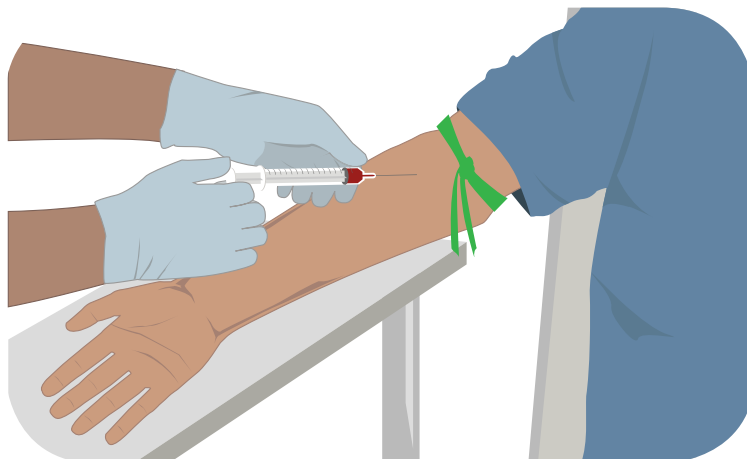


La chimiothérapie peut être utilisée pour traiter les cellules cancéreuses qui se sont propagées à d'autres endroits dans le corps (**une métastase**).

La chimiothérapie agit en détruisant les cellules à croissance rapide, comme les cellules cancéreuses. Mais elle endommage également les cellules saines qui se développent rapidement. Il s'agit notamment des cellules qui forment les cheveux, la moelle osseuse, la muqueuse de votre bouche, l'œsophage, l'estomac et les intestins. C'est l'une des raisons pour lesquelles les personnes ont des effets secondaires de la chimiothérapie.



Tout au long de votre traitement, vous aurez besoin d'analyses de sang régulières pour vérifier comment la chimiothérapie agit sur les cellules de votre moelle osseuse. Votre équipe de traitement en parlera avec vous.

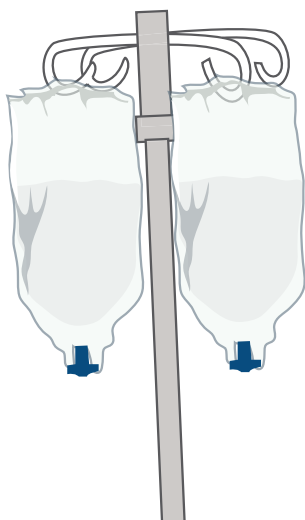


La chimiothérapie est différente pour chaque personne. Certaines personnes reçoivent un médicament. D'autres personnes en reçoivent deux ou plus. C'est ce que nous appelons votre schéma ou protocole de chimiothérapie.



Les médicaments de chimiothérapie se présentent sous plusieurs formes :

Sous forme d'un liquide administré par une veine.



Sous forme de pilules.



Comment gérer les effets secondaires ?

Ce chapitre décrit les effets secondaires de la chimiothérapie.

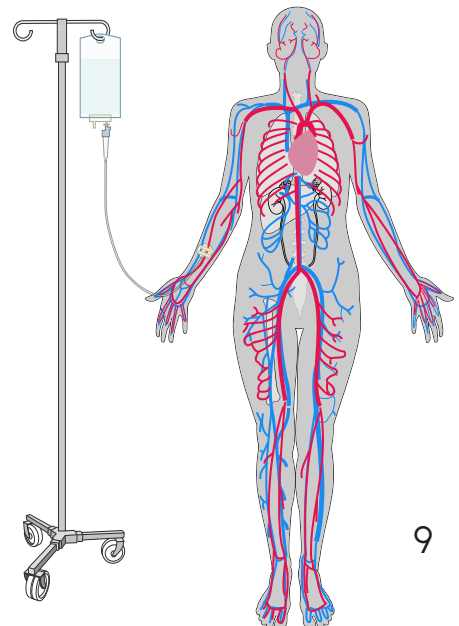
Il explique :

- ce que sont les effets secondaires ;
- comment s'y préparer, et ;
- comment les gérer.

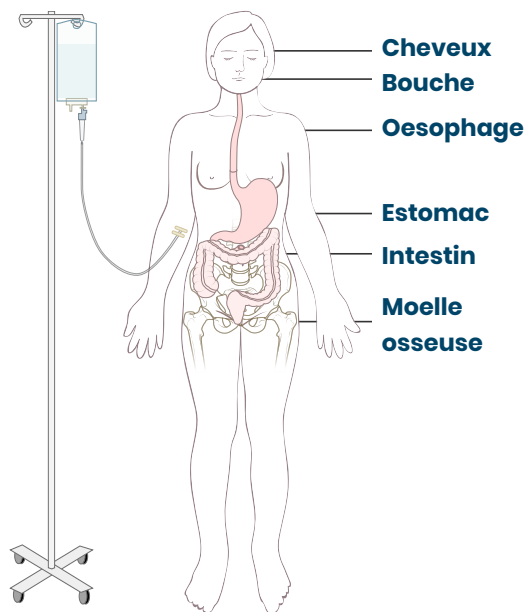
Ces informations se trouvent également dans votre trousse d'accueil.

La chimiothérapie est un traitement . Cela signifie qu'elle se diffuse dans tout votre corps en utilisant vos vaisseaux sanguins (le système de tubes dans votre corps où circule le sang). De cette façon, la chimiothérapie traite tout le corps.

La chimiothérapie détecte et traite les cellules cancéreuses n'importe où dans votre corps, partout où elles se trouvent.



La chimiothérapie agit en détruisant les cellules à croissance rapide. Elle endommage également les cellules saines qui se développent rapidement. Cela peut entraîner des effets secondaires, ou des réactions indésirables.



Les effets secondaires les plus courants sont :

La perte des cheveux



La constipation



La diarrhée



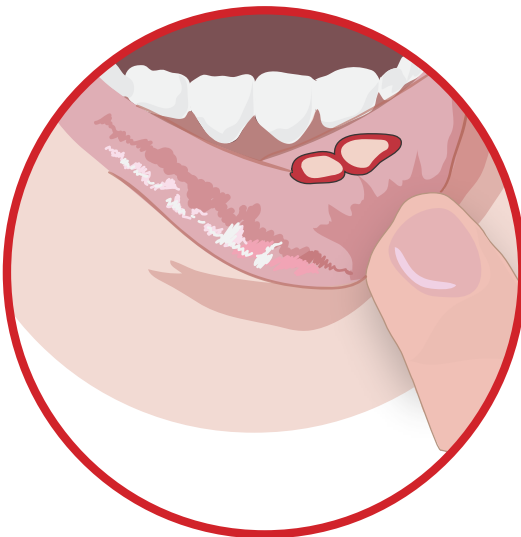
La baisse de la numération sanguine



La nausée et les vomissements



Les lésions dans la bouche



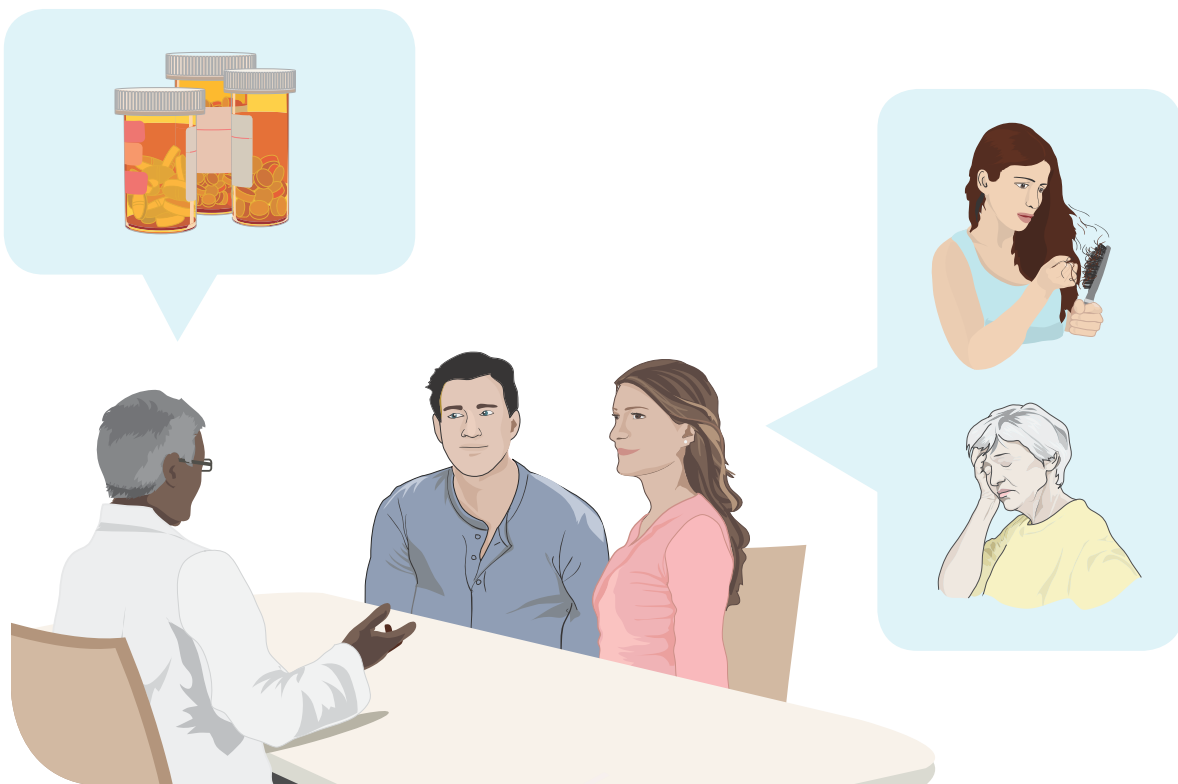
La fatigue



Tout le monde n'a pas tous ces effets secondaires. Vous pouvez avoir des effets secondaires différents.

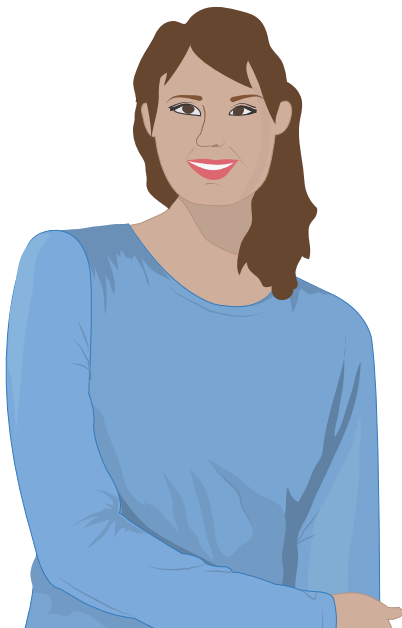
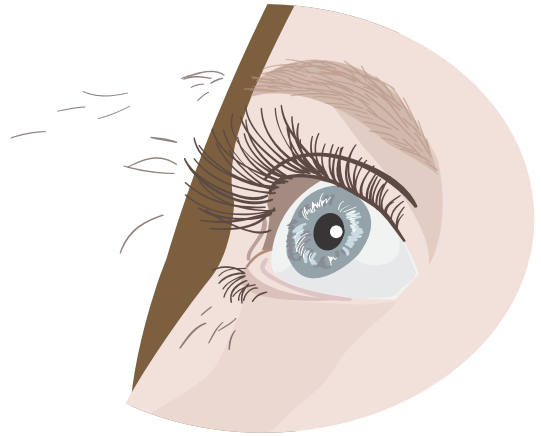
D'habitude, les effets secondaires peuvent être contrôlés ou réduits. Il y a plusieurs médicaments et stratégies qui peuvent vous aider.

Parlez à votre équipe de traitement de vos problèmes pour qu'elle puisse vous aider le mieux possible. Les pages suivantes présenteront les effets secondaires les plus courants et des conseils pour gérer chacun d'eux.



La chimiothérapie peut causer : La perte des cheveux

Parfois, les cils, les sourcils, les poils sous les aisselles, les poils pubiens et les autres poils du corps peuvent tomber.



Cependant, lorsque votre traitement est terminé, vos poils repousseront.
Vos cheveux repousseront probablement entre 6 mois à 1 an après la fin du traitement.

Conseils pour gérer la perte des cheveux :

Utilisez une brosse souple, un shampooing doux et ne vous lavez les cheveux que si c'est nécessaire.



Envisagez de porter une perruque, un foulard ou d'autres accessoires pour couvrir la tête.

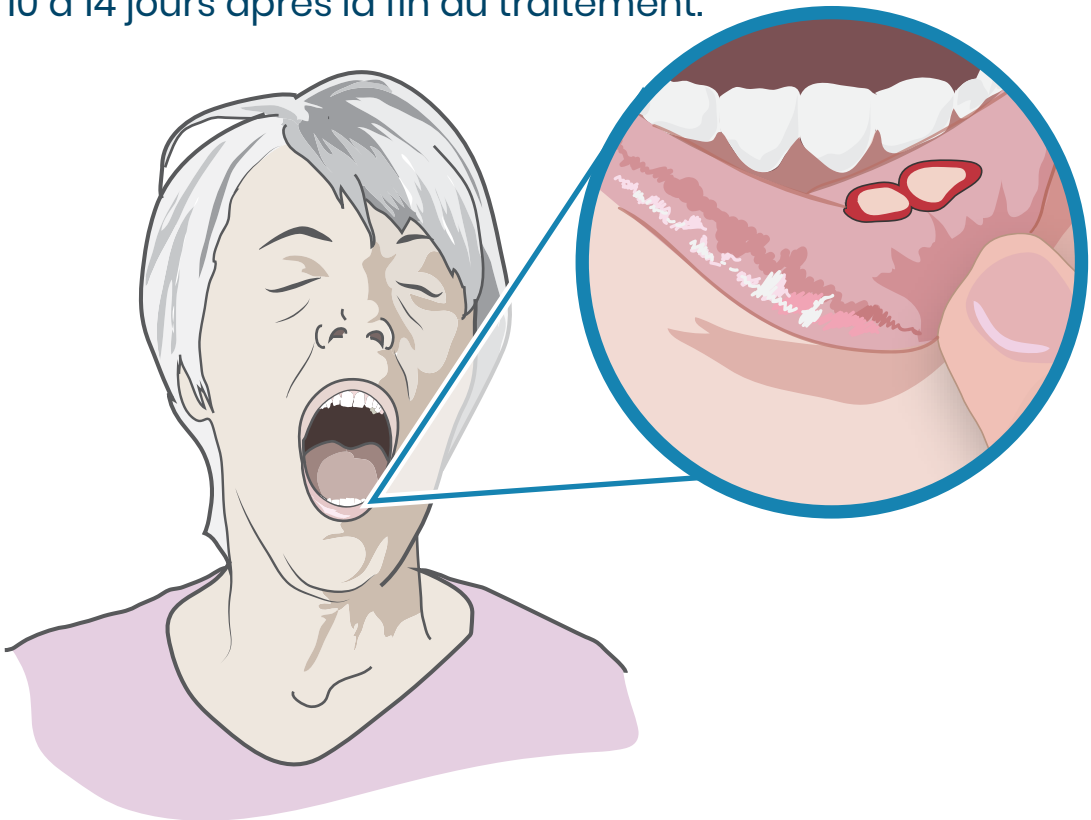


Protégez votre cuir chevelu. Appliquez un écran solaire ou portez un chapeau si votre cuir chevelu est exposé à la chaleur (le soleil) ou au froid.



La chimiothérapie peut causer : des lésions dans la bouche

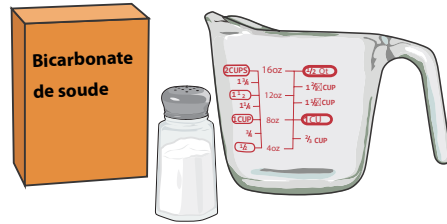
Lorsque les cellules de la bouche sont endommagées, il est plus difficile pour votre bouche de guérir et de lutter contre les bactéries. Cela peut entraîner l'apparition de plaies et d'infections n'importe où dans votre bouche et sur vos lèvres. Des lésions apparaissent souvent quelques jours après le début du traitement et disparaissent entre 10 à 14 jours après la fin du traitement.



Conseils pour gérer les lésions dans la bouche :



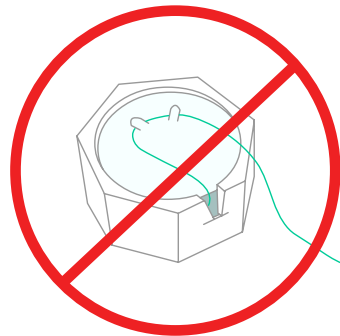
Utilisez une brosse à dents souple après chaque repas.



Rincez-vous souvent la bouche avec de l'eau salée ou de l'eau avec du bicarbonate de soude, surtout après les repas.



N'utilisez pas de rince-bouche commercial.



Ne passez pas la soie dentaire, surtout si votre taux de globules blancs est faible.

IMPORTANT: Si vous n'êtes pas capable de boire pendant 24 heures, contactez votre équipe de traitement (514-934-8007).

La chimiothérapie et certains médicaments peuvent causer : la constipation

Conseils pour gérer la constipation :

Buvez 8 verres de liquide (au moins 2 litres) par jour.



x8



Faites une activité modérée, comme la marche, chaque jour.



Mangez plus d'aliments contenant des fibres. Si possible, mangez des fruits et légumes frais, des grains entiers, des céréales, du pain et des haricots. Buvez du jus de pruneau.



Certains médicaments peuvent vous aider. Parlez-en à votre équipe de traitement.



IMPORTANT: Contactez votre équipe de traitement (514-934-8007) si vous n'avez pas eu de selle pendant 3 jours.

La chimiothérapie peut causer : la diarrhée

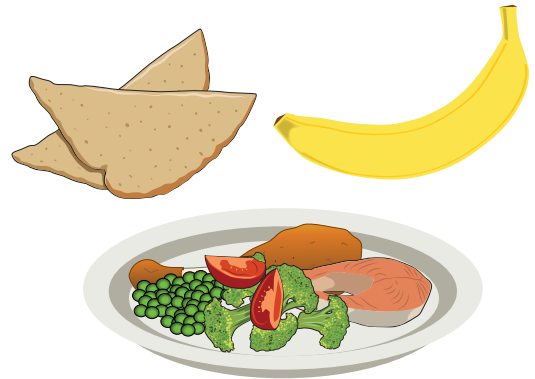
Quand vous avez des selles aqueuses, vous avez la diarrhée. Lorsque les cellules de vos intestins sont endommagées, elles n'absorbent plus autant d'eau que normalement. Cela rend vos selles liquides. La diarrhée peut également être causée par une infection, par certains médicaments utilisés pour traiter les infections, ou par le stress et l'anxiété.



Conseils pour gérer la diarrhée :



Buvez des boissons claires, comme de l'eau, du jus, du bouillon clair, ou des popsicles, pour permettre à vos intestins de se reposer.



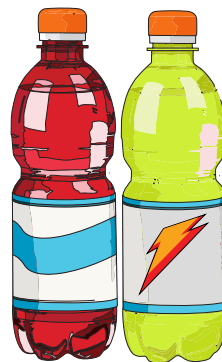
Mangez des aliments faibles en fibres, comme les bananes, le riz blanc, les légumes cuits et la compote de pommes.

Conseils pour gérer la diarrhée :

Buvez 8 verres de liquide
(au moins 2 litres) par jour.



Buvez des boissons pour sportifs. Cela vous aidera à remplacer vos électrolytes.



Certains médicaments peuvent vous aider. Questionnez votre équipe de traitement.

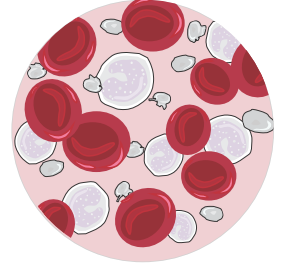


IMPORTANT:

Contactez votre équipe de traitement (514-934-8007) si vous avez 3 selles molles ou aqueuses, ou plus, en une journée.

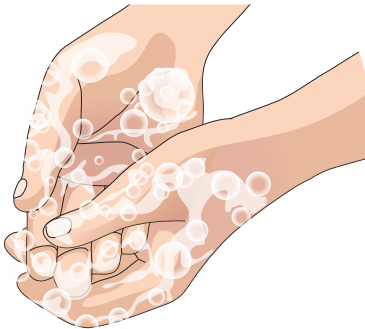
La chimiothérapie peut réduire le nombre de vos cellules sanguines

Les cellules sanguines qui se développent et se divisent rapidement risquent d'être endommagées par la chimiothérapie. Si le nombre de vos globules blancs est faible, vous avez plus de risque d'attraper une infection. Si le nombre de vos globules rouges est faible, vous pouvez vous sentir plus fatigué que d'habitude. Si le nombre de vos plaquettes est bas, vous pouvez saigner plus facilement.



Conseils pour prévenir les infections : (nombre de globules blancs faible)

Lavez-vous les
mains souvent.



Demandez aux personnes ma-
lades de ne pas vous
rendre visite.



IMPORTANT: Contactez votre équipe de traitement (514-934-8007) si votre température est de 38,2° C (100,8° F) ou plus – ou – si votre température est de 38° C (100,4° F) plus d'une heure.

Conseils pour gérer la fatigue (nombre de globules rouges faible)



Faites de l'exercice
modérément

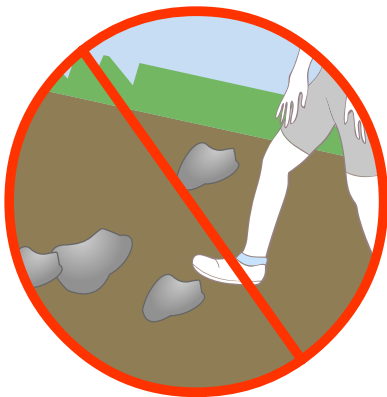


Reposez-vous entre
les périodes d'activité.

IMPORTANT: Contactez votre équipe de traitement (514-934-8007) si vous vous sentez trop essoufflé, trop fatigué pour faire des activités, si vous êtes étourdi ou si votre rythme cardiaque s'accélère.

Conseils pour prévenir les saignements (nombre de plaquettes faible)

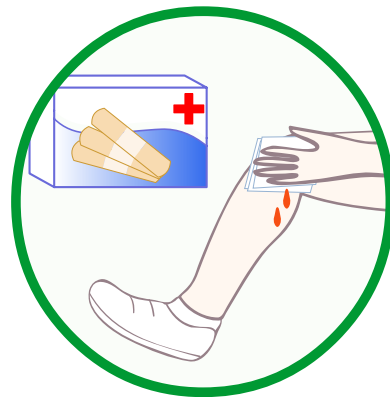
Évitez de vous blesser (même une petite coupure ou une égratignure).



Ne prenez pas d'aspirine sans en informer votre médecin.



Si vous vous coupez, il faut réussir à arrêter le saignement.



IMPORTANT: Contactez votre équipe de traitement (514-934-8007) si vous avez des selles noires.

Si la clinique est fermée et vous avez besoin de consulter un médecin, **rendez-vous à l'urgence** (514-934-1934 poste 38797)

La chimiothérapie peut vous fatiguer

La fatigue est le fait de se sentir épuisé. Cette fatigue peut être légère ou sévère, peut se produire seulement une fois ou durer pendant des mois. Les causes de la fatigue sont multiples : le cancer, les traitements, la douleur continue, les médicaments, la mauvaise alimentation, le stress, l'anxiété, le manque de sommeil et le manque d'exercice. La façon dont vous et votre équipe de traitement traiterez votre fatigue dépend de sa cause.



Conseils pour gérer la fatigue :

Prenez le temps de vous reposer.



Planifiez vos activités pour vous aider à conserver votre énergie.



Conseils pour gérer la fatigue :

Essayez de bien manger.



Essayez de faire de l'exercice ou des activités modérées chaque jour.



IMPORTANT: Contactez votre équipe de traitement (514-934-8007) si vous vous sentez très fatigué, déprimé, endormi ou si vous avez des difficultés pour faire les tâches quotidiennes, comme vous laver ou cuisiner.

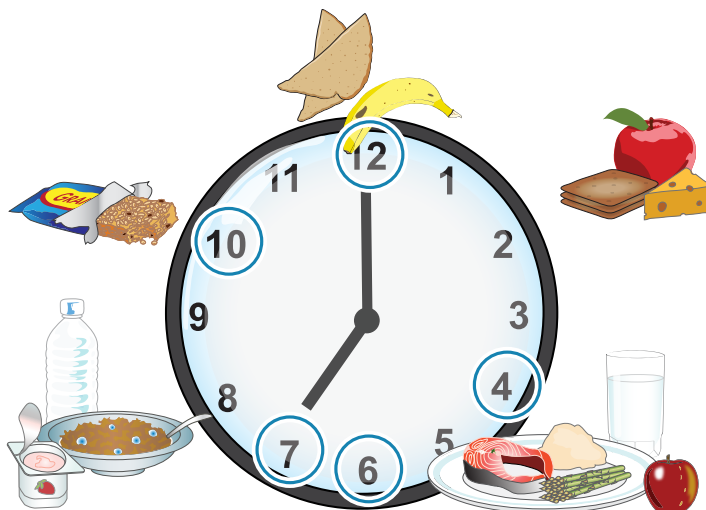
Les médicaments de chimiothérapie peuvent causer la nausée et des vomissements

Votre cerveau possède un « centre de vomissement » qui réagit aux produits chimiques ou aux médicaments dans le sang. Lorsque les médicaments de la chimiothérapie traversent le cerveau, ils agiront sur le « centre de vomissement », et vous vous sentirez nauséux ou aurez envie de vomir.



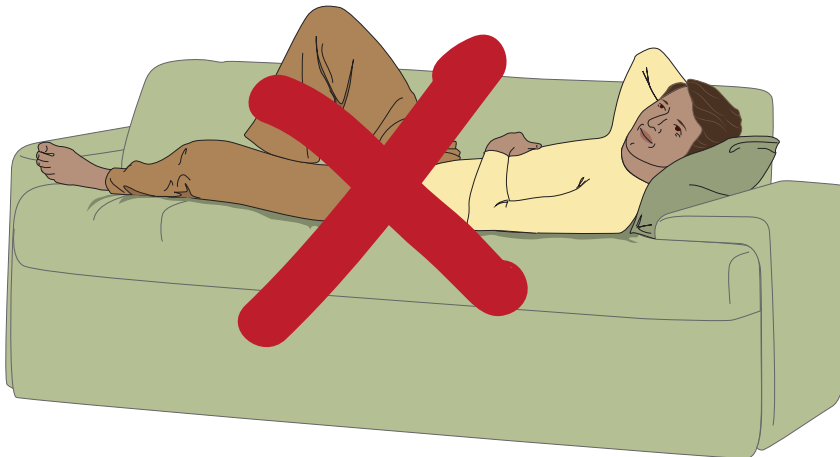
Conseils pour gérer la nausée et les vomissements :

Mangez quelques craquelins quand vous vous réveillez. Choisissez des aliments simples et nature. Mangez de petits repas et buvez de petites quantités de boissons claires tout au long de la journée.



Conseils pour gérer la nausée et les vomissements :

Ne vous allongez pas après avoir mangé



Certains médicaments peuvent vous aider. Parlez à votre équipe de traitement.



IMPORTANT: Contactez votre équipe de traitement (514-934-8007) si :

- Vous vomissez pendant plus de 24 heures.
- Vous avez des nausées qui durent plus de 24 heures.

N'oubliez pas : il est important d'informer votre équipe de traitement de vos effets secondaires. Les effets secondaires peuvent souvent être contrôlés ou réduits. Il existe de nombreux médicaments et stratégies qui peuvent aider. Parlez à votre équipe de traitement de tous les problèmes que vous avez afin qu'elle puisse vous aider de la meilleure façon possible.



