



Guide du traitement de radiothérapie thoracique

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.



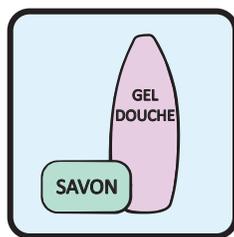
Préparation pour le traitement

- Le technologue pourrait tracer des marques avec de l'encre sur votre peau pour vos traitements. Il ne faut pas les frotter quand vous vous lavez. L'encre peut aussi tacher les vêtements.
- Vous pouvez prendre des douches. Demandez à votre médecin si vous pouvez nager ou aller au spa.

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 sèche, sensible, rouge qu'elle picote ou si les changements de votre peau vous gênent, 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 en évitant d'effacer les marques.
- 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.
- Appliquez une lotion non parfumée telle que Lubriderm®, Aveeno® 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 vous avez des lésions de la peau, arrêtez l'utilisation de lotion ou de crème. Parlez-en au technologue et si nécessaire, le médecin vous prescrira une autre crème.
- Mettez des compresses fraîches pendant 10 à 15 minutes, 4 fois par jour, pour soulager les démangeaisons ou les sensations de brûlure.
- Choisissez des vêtements faits de tissus doux et portez des fibres naturelles comme le coton.
- Protégez la région traitée du soleil, du froid et du vent en hiver.
- Mettez un écran solaire (FPS 30 ou davantage) quand vous êtes à l'extérieur, même quand le traitement est terminé. Recouvrez la peau de la région traitée quand vous êtes au soleil ou sous une lumière directe.
- Si vous avez des problèmes de peau ou des questions, consultez votre infirmière ou votre médecin.



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 mettre de lotion après-rasage, de parfum ou de maquillage sur la région traitée.
- Ne pas frotter, exfolier ou gratter la peau.
- Ne pas mettre de coussin chauffant, de bouillotte ou de sac de glace sur la région traitée. Éviter les bains à remous.
- Éviter de porter des vêtements serrés ou moulants.
- Éviter d'exposer la région traitée directement au soleil trop longtemps.
- Ne pas raser la région traitée.

Quels sont les autres effets secondaires possibles ? De quelles façons peut-on les gérer ?

L'œsophagite

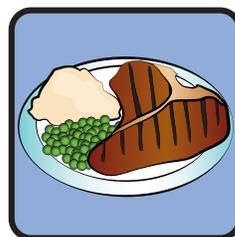
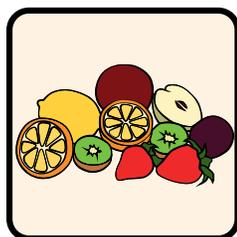
- L'œsophagite est le principal effet secondaire que les patients peuvent ressentir pendant la radiothérapie thoracique. Les patients la décrivent comme une sensation de sécheresse dans la gorge ou une difficulté à avaler qui se manifestent souvent pendant la 2^e ou la 3^e semaine de la radiothérapie thoracique.
- Il s'agit d'un effet secondaire temporaire qui va disparaître 2 à 3 semaines après la fin de traitement. Il faut informer votre médecin de ce symptôme et il pourra vous prescrire un médicament (appelé « Magic Mouthwash ») qui vous soulagera.
- Quand le « Magic Mouthwash » est prescrit pour soigner l'œsophagite, vous devez avaler le médicament.
- Vous pouvez aussi rencontrer une nutritionniste qui vous aidera à bien adapter votre alimentation.

La toux, l'essoufflement ou la fièvre

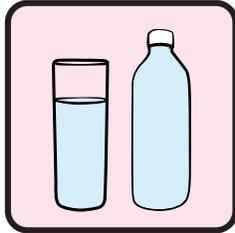
- Appelez-nous si vous avez plus de 101°F ou 38,3 °C de fièvre.
- Appelez-nous si vous tousez ou si vous vous sentez plus essoufflé que d'habitude.

La perte d'appétit ou de poids

- La radiothérapie ou la chimiothérapie peuvent changer le goût des aliments. Cela peut causer une perte de l'appétit ou 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. Mangez des repas légers et mous. Évitez les aliments trop épicés.
- N'essayez pas de perdre du poids pendant le traitement, car l'alimentation est importante pour guérir.
- Buvez beaucoup d'eau.
- Votre médecin peut vous prescrire des médicaments pour vous aider à contrôler les nausées et les vomissements.
- La nutritionniste peut vous aider à bien adapter votre alimentation.



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 après 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.



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

- Feelings of anxiety, depression, anger, or of difficulty to cope are normal. Each person has a different way of dealing with difficult situations. Tell the team if you are having any of these feelings.
- We can offer you counseling with our Psychosocial Oncology Program.
- We can also offer information and/or referral for support, such as Can Support at MUHC or community based self-help groups.

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 et informer le médecin que vous suivez un traitement de radiothérapie.

La radiothérapie stéréotaxique (Stereotactic body radiation therapy (SBRT))

Le traitement des poumons

- Il s'agit d'un traitement spécialisé pour certains patients atteints de cancer du poumon ou quand les cellules cancéreuses se sont peu propagées au poumon (aussi appelées métastases). En général, le traitement est donné sur une période de 2 semaines. Il comprend 1 à 5 traitements de radiothérapie tous les 3 jours. Chaque traitement dure environ 45 minutes.
- Avant chaque traitement, pendant que vous êtes sur la table de traitement, vous passerez un scanner. Le but est de s'assurer que vous êtes dans la position idéale pour le traitement.
- La plupart des patients qui reçoivent ce type de traitement ont peu d'effets secondaires. Les patients peuvent se sentir fatigués et se couchent plus tôt que d'habitude. Cette fatigue est temporaire.
- La plupart des patients qui reçoivent ce type de traitement n'auront pas d'oesophagite (difficulté à avaler) ou des problèmes de peau dus aux radiations. Il n'est pas nécessaire de changer votre alimentation ou d'utiliser des crèmes au cours de ce traitement.
- Pendant le traitement, votre médecin vous rencontrera une fois par semaine. À la fin du traitement, vous aurez un rendez-vous de suivi dans les 2 à 4 semaines suivantes pour rencontrer votre radio-oncologue.

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.