

Centre régional intégré de cancérologie du CISSS de Chaudière-Appalaches (**CRIC**)



Radiothérapie générale

Ce guide d'information a été conçu afin de vous renseigner sur :

- La préparation aux rendez-vous de planification et de traitements
- Le déroulement du rendez-vous de planification
- Le déroulement du rendez-vous de traitements
- Les effets secondaires possibles et les recommandations
- Les suivis après les traitements
- Les sources d'information complémentaire

La préparation aux rendez-vous de planification et de traitements

Lors de la remise des rendez-vous, assurez-vous d'avoir en main un papier et un crayon afin de bien noter les dates, les heures des rendez-vous ainsi que les recommandations.

- Si vous prenez de la médication contre la douleur, assurez-vous de l'avoir en votre possession ou de l'avoir prise avant votre rendez-vous.
- Si ce n'est pas déjà fait, nous vous conseillons d'arrêter de fumer et de consommer de l'alcool. Si vous avez besoin d'aide, des ressources sont là pour vous aider. Parlez-en à votre équipe soignante.

Le déroulement du rendez-vous de planification

Des technologues en radiothérapie vous accueilleront pour votre rendez-vous de planification et seront disponibles pour répondre à vos questions.

1. Positionnement :

- Votre confort est important. La position déterminée servira pour toute la durée de vos traitements. Des coussins personnalisés à votre anatomie peuvent être utilisés pour vous aider à maintenir la position requise.

2. Imagerie de planification :

- Une tomodensitométrie (CT-Sim/TACO) sera faite dans la position déterminée ci-dessus selon la prescription de votre radio-oncologue.

Important : Cet examen sert uniquement à planifier les traitements de radiothérapie et non pas à émettre un diagnostic. Les images obtenues par cet examen serviront à cibler l'endroit exact des traitements.

3. Marques/tatouages :

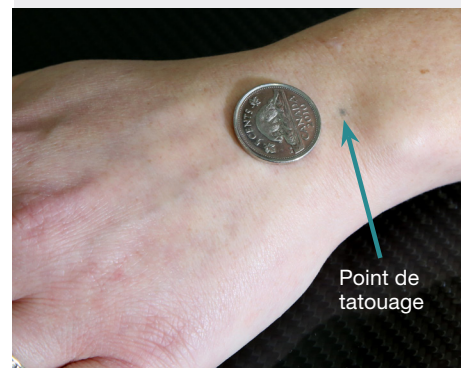
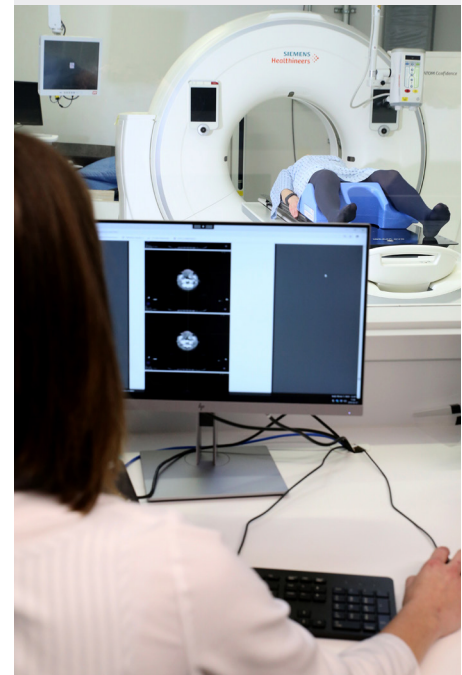
- Selon le nombre de traitements ou l'emplacement du site à traiter, des marques ou des tatouages seront faits. Ils serviront de point de repère pendant les de traitements. Les marques faites au crayon devront être conservées jusqu'à la fin des traitements. Des collants transparents seront mis afin d'aider à la conservation des marques. À cet effet, voici quelques recommandations :
 - Évitez d'enlever les collants;
 - Évitez de frotter les marques lors des bains et/ou douches. Laissez couler l'eau et le savon;
 - Évitez de retracer les marques. Au besoin, les technologues les retraceront en cours de traitements.
- Dans le cas où des tatouages seront faits, ils sont permanents et plus petits que la pointe d'un crayon. Ils ne nécessitent donc pas de précautions particulières pour les conserver et aucun collant ne sera apposé dessus.

■ Combien de temps dure mon rendez-vous de planification?

Prévoyez entre 45 minutes et 2 heures pour la durée totale de votre rendez-vous.

■ Est-ce long avant de recevoir mon premier traitement?

Après le rendez-vous de planification, prévoyez un délai pouvant aller jusqu'à quatre semaines avant le début des traitements, selon le type de cancer.



Le déroulement du rendez-vous de traitements

Les technologues en radio-oncologie délivreront vos traitements. Dans la mesure du possible, ce sera la même équipe que vous côtoierez pendant toute la durée de vos traitements pouvant aller jusqu'à cinq semaines.

1. Positionnement :

- À l'aide des marques/points de tatouage, vous serez installés sous l'appareil de traitement dans la position déterminée à l'étape de planification.

2. Image de vérification :

- Une image radiologique sera prise à l'aide de l'appareil de traitement afin de valider votre positionnement et de s'assurer que les traitements seront délivrés selon le plan prévu par votre radio-oncologue. Elle ne permet pas de donner de l'information sur votre pathologie.

3. Traitements :

- Cette étape est de très courte durée;
- Le bras de l'appareil de traitement se déplacera aux endroits déterminés dans votre plan de traitements.

Est-ce que je vais voir mon médecin pendant la période de traitements ?

Vous serez vu par votre radio-oncologue et/ou votre infirmière pivot en cours de traitements à une fréquence qui vous sera communiquée dès le début des traitements.

Entre-temps, vous pourrez parler de vos préoccupations à vos technologues ou tout autre intervenant du centre qui pourront vous renseigner ou vous orienter vers la bonne ressource.

■ Combien de temps dure mon rendez-vous de traitements?

Prévoyez entre 15 et 30 minutes pour votre rendez-vous de traitements.

■ Est-ce que je vais ressentir de la douleur pendant les traitements?

Non, vous ne ressentirez aucune douleur pendant les traitements. Par contre, quelques effets secondaires peuvent apparaître en cours de traitements.

■ Est-ce que je suis radioactive pendant la période de traitements?

Non, vous pouvez côtoyer famille, amis, petits-enfants sans soucis.

■ Est-ce que je peux manquer ou annuler des traitements?

Afin d'obtenir l'effet optimal des traitements de radiothérapie, il est recommandé de venir à tous les traitements. En cas d'empêchement majeur, appelez au numéro suivant : 418-830-7474, poste 3.



Les effets secondaires possibles et les recommandations

Les effets secondaires possibles pendant les traitements

La radiothérapie peut occasionner des effets secondaires. Ces derniers sont d'intensité variable d'une personne à l'autre et augmentent habituellement de façon graduelle pendant la période de traitements. N'hésitez pas à demander conseil à votre équipe soignante lors de l'apparition des symptômes suivants :

Symptômes généraux

- Augmentation de la douleur pendant quelques jours au niveau de la région traitée;
- Rougeur, irritation et/ou sensibilité de la peau;
- Fatigue.

Traitement au niveau du cou

- Difficulté à avaler (douleur, sensation de brûlure et/ou blocage).

Traitement au niveau du thorax

- Difficulté à avaler légère à modérée;
- Augmentation des sécrétions bronchiques et/ou de la toux.

Traitement au niveau abdomen/lombaire/bassin

- Selles molles, gaz abdominaux, crampes et/ou diarrhée;
- Nausées;
- Augmentation de la fréquence des urines et/ou sensation de brûlement des urines;

Traitement extrémité (exemple : tête, jambes ou bras)

- Le traitement est généralement bien toléré. Consultez les symptômes généraux.

Soin de la peau pendant les traitements de radiothérapie

- Utilisez du savon et de la crème non parfumés.
- Si votre médecin vous prescrit une crème particulière, l'appliquer à la fréquence indiquée. Assurez-vous que la crème a bien pénétrée avant le traitement.
- Il est fortement suggéré de protéger la zone traitée du froid, du chaud et du soleil. Le cas échéant, appliquez une protection solaire avec un FPS 30 au minimum.
- Prenez des bains ou des douches à l'eau tiède. Il est important de ne mettre aucune huile ou aucun bain moussant dans votre bain.
- Évitez de vous baigner dans des piscines/spas chlorés, brome, sel.
- Portez des vêtements amples et confortables.
- Ne vous rasez pas avec un rasoir manuel dans la zone traitée.
- Utilisez un shampoing doux pour lavez vos cheveux.

Prenez soin de vous pendant vos traitements

Afin de calmer ou d'éviter l'aggravation des effets secondaires, voici quelques recommandations :

Médication

En cas de douleur générale :

- Prendre de l'acétaminophène (Tylenol, Atasol, etc.), si vous n'avez pas de contre-indications à en prendre;
- Prendre autres médicaments prescrits par votre médecin en suivant bien la prescription.

En cas de diarrhée :

- Prendre du lopéramide (exemple : Imodium), **APRÈS** en avoir parlé avec votre radio-oncologue. Cesser les laxatifs si vous en prenez.

Médication de type opioïde (Morphine, Hydromorphone, etc.) :

- Ne pas attendre d'être en douleur extrême avant de les prendre;
- Prendre la médication à la fréquence qui vous a été prescrite, à moins de n'avoir aucune douleur;
- Ne pas prendre la médication plus fréquemment que ce qui a été prescrit. Informer votre équipe de soins que vous n'êtes pas suffisamment soulagé;
- Mentionner à votre équipe de soins si vos effets secondaires en lien avec les médicaments contre la douleur ne sont pas assez bien soulagés;
- Prendre les laxatifs qui vous ont été prescrits, en cas de constipation. Si la constipation persiste, parlez-en à votre équipe soignante.

Alimentation

- Ne pas consommer de suppléments antioxydants ou de produits naturels sans en parler à votre médecin;
- S'alimenter selon le Guide alimentaire canadien;
- S'alimenter et s'hydrater suffisamment;
- Prendre des repas plus petits, mais plus fréquents si vous avez de la nausée ou un manque d'appétit.

Au besoin, on vous remettra un document qui indiquera des conseils alimentaires qui peuvent aider à atténuer la diarrhée. Votre médecin pourrait vous faire voir une nutritionniste. Elle s'assurera que vous mangez suffisamment de calories et vous donnera des trucs pour diminuer vos effets secondaires. Ses recommandations sont très importantes.



Bien-être

- Demeurer actif autant que possible tout en vous reposant lors de moments de fatigue.

Contraception

- Si vous êtes une femme non ménopausée ou préméno-pausée, utilisez un moyen de contraception durant les traitements.

Les effets secondaires possibles après les traitements

Les effets secondaires apparus pendant les traitements peuvent perdurer et même augmenter quelques semaines après la fin de la radiothérapie pour ensuite s'estomper graduellement. Nous vous conseillons de :

- Continuer d'appliquer les conseils mentionnés ci-dessus jusqu'à la résolution des effets secondaires.

La fatigue peut demeurer présente plusieurs semaines après la fin des traitements. Nous vous conseillons de :

- Reprendre vos activités graduellement et pratiquer une activité physique légère à modérée, au moins 30 minutes par jour, plusieurs fois par semaine.

Effets secondaires possibles à long terme

- Changement dans l'apparence de la peau avec un aspect plus bronzé (hyperpigmentation).
- Inconfort, douleur au niveau de la région traitée.

Les suivis après les traitements

Les effets secondaires et les résultats des traitements seront surveillés lors des visites de suivi post-traitements. Lors de votre dernière rencontre avec le radio-oncologue, il vous transmettra l'information de vos prochains rendez-vous de suivi.

Si les effets secondaires deviennent importants ou si vous avez des questionnements, joignez votre infirmière pivot qui sera en mesure de vous conseiller ou de vous orienter vers la ressource appropriée. En dehors des heures d'ouverture du CRIC, il est possible d'obtenir des conseils de professionnels de la santé 24h/24 en composant le 811. Si votre état de santé nécessite des soins urgents, présentez-vous à l'urgence la plus près de chez vous ou contactez le 911.



Les sources d'information complémentaire

L'équipe soignante

Malgré plusieurs ressemblances, votre parcours est unique et est personnalisé à vos besoins. Si vous avez des questions et/ou inquiétudes, renseignez-vous auprès de votre équipe soignante.

Une vidéo

Pour mieux comprendre votre parcours au CRIC et à l'intérieur du Service de radio-oncologie, nous vous invitons à visionner la vidéo explicative à l'adresse suivante:

bit.ly/parcourscric

Centre de documentation

Enfin, si vous désirez plus de détails et d'information, un centre de documentation est disponible près de la réception du CRIC.



Centre régional intégré de cancérologie (CRIC)

101, rue du Mont-Marie
Lévis (Québec) G6V 5C2

Téléphone: 418 830-7474

