

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



Radiothérapie des cancers de l'endomètre et du col utérin

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.

- Pour tous vos rendez-vous, nous vous demandons d'avoir la vessie remplie de la même façon. Pour ce faire :
 - o Suivre les recommandations du protocole d'hydratation, vous pouvez consulter le document sur le site Web à l'adresse suivante : www.cancer.ca.
- 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.

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:

- Vous serez couchée sur le dos. Dans certains cas, vos bras devront être relevés;
- 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:

- La tomodensitométrie (CT-Sim/TACO) et/ou une tomodensitométrie par émission de positons (TEP-CT) sera faite dans la position déterminée ci-dessus selon la prescription de votre radio-oncologue;
- Une imagerie par résonance magnétique (IRM) de planification peut être prescrite par le radio-oncologue, elle sera aussi faite dans la position requise ci-dessus.

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. Points de tatouage:

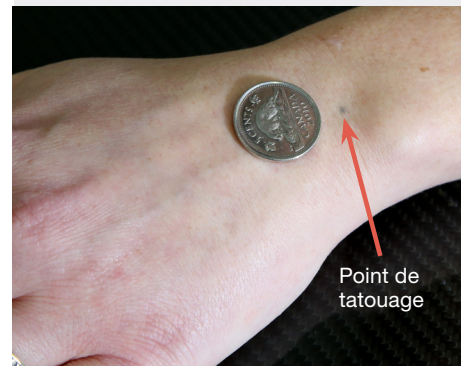
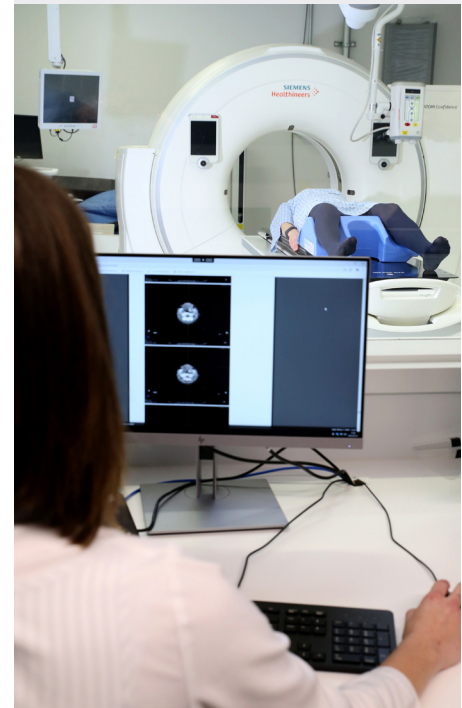
- Des points de tatouage seront faits et ils serviront de point de repère pendant les traitements. Ils sont plus petits que la pointe d'un crayon et sont effectués à des endroits discrets. Le fait qu'ils soient permanents augmente la précision du positionnement pendant les traitements et permet de vous laver librement.

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

Prévoyez entre 1 h et 3 h 30 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 de trois à quatre semaines avant le début des traitements.



Le déroulement du rendez-vous de traitements

Les technologues en radiothérapie 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 six semaines.

1. Positionnement :

- À l'aide des points de tatouage, vous serez installée 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 vue 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 environ 15 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 :

- Rougeur, irritation et/ou sensibilité de la peau ainsi qu'une perte de poils de la zone irradiée;
- Selles molles, gaz abdominaux, crampes et/ou diarrhée parfois accompagnés de mucus et/ou de sang dans les selles;
- Possibilité d'une sensation de brûlure au passage des selles ainsi que des fausses envies d'aller à la selle;
- Nausées occasionnelles;
- Augmentation de la fréquence et/ou sensation de brûlement des urines;
- Pertes vaginales;
- Infertilité permanente;
- Ménopause permanente;
- Fatigue.



Prenez soin de vous pendant vos traitements

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

Médication

- Prendre de l'acétaminophène (Tylenol, Atasol, etc.) **en cas de douleur générale** et si vous n'avez pas de contre-indications à en prendre;
- Prendre les médicaments qui vous ont été prescrits en lien avec la chimiothérapie **en cas de nausées**. Si vous n'en avez pas, parlez-en à votre équipe soignante;
- Prendre de la lopéramide (ex. : Imodium) **en cas de diarrhée, APRÈS** en avoir parlé avec votre radio-oncologue. Cesser les laxatifs si vous en prenez.

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;
- Si vous avez de la nausée ou un manque d'appétit, prendre des repas plus petits, mais plus fréquents;
- Au besoin, on vous remettra un document qui indiquera des conseils alimentaires qui peuvent aider à atténuer la diarrhée. Vous pourriez voir un nutritionniste pour une évaluation et des recommandations supplémentaires.

Bien-être

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

Contraception

- Éviter d'avoir des relations sexuelles pendant la période de traitements;
- Utiliser un moyen de contraception durant les traitements ainsi que jusqu'à six mois après la fin de la radiothérapie.

Soin de la peau pendant les traitements de radiothérapie

- 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.
- Utilisez du savon et de la crème non parfumés.
- N'appliquez pas de crème dans la zone traitée trois heures avant le traitement. Si votre médecin vous prescrit une crème particulière, l'appliquer à la fréquence indiquée.
- Évitez de vous baigner dans des piscines/spas chlorés, brome, sel.
- Ne laissez pas l'humidité s'accumuler dans le pli fessier. Pour ce faire :
 - Portez des vêtements amples;
 - Lorsque vous sortez de la douche, tamponnez légèrement sous le pli fessier pour assécher la peau.
- Ne vous rasez pas avec un rasoir manuel dans la zone traitée.

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.

Le retour à une vie sexuelle active peut nécessiter un peu de temps et de l'adaptation. Nous vous conseillons :

- D'attendre un minimum de 15 jours après les traitements pour avoir des relations sexuelles (ou plus selon l'avis de votre médecin).

Un dilatateur vaginal vous sera prescrit au besoin à la fin des traitements pour prévenir le rétrécissement du vagin.

Effets secondaires possibles à long terme

Effets secondaires fréquents

- Vagin plus court;
- Relations sexuelles plus douloureuses.

Effets secondaires moins fréquents

- Troubles digestifs;
- Blocage de l'intestin;
- Urines plus difficile avec brûlements occasionnels;
- Jambes enflées;
- Fragilisation des os du bassin pouvant mener à des fractures.

Effets secondaires rares, mais sérieux

- Sang dans les selles ou les urines;
- Ulcère au vagin ou au rectum.

Effets secondaires très rares

- Cancer secondaire causé par la radiation dans la zone traitée.

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 24 h/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 suivis après les traitements

Les effets secondaires et les résultats des traitements seront surveillés lors des visites de suivi post-traitements. Assurez-vous d'avoir en main votre rendez-vous de suivi post-radiothérapie et votre documentation de fin de traitements avant votre dernier traitement.

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 explicative

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

