

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



Radiothérapie des lymphomes de la région abdominale et du bassin

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 :

- Vous serez couché sur le dos, les mains sur votre thorax ou les bras 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 :

- 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. Points de tatouage :

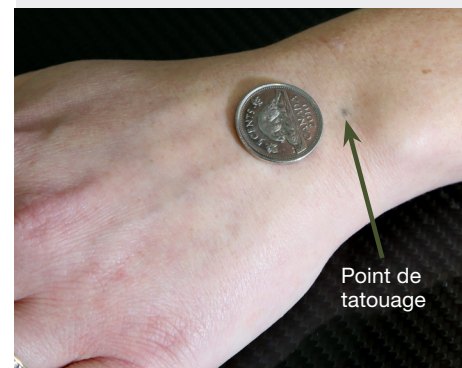
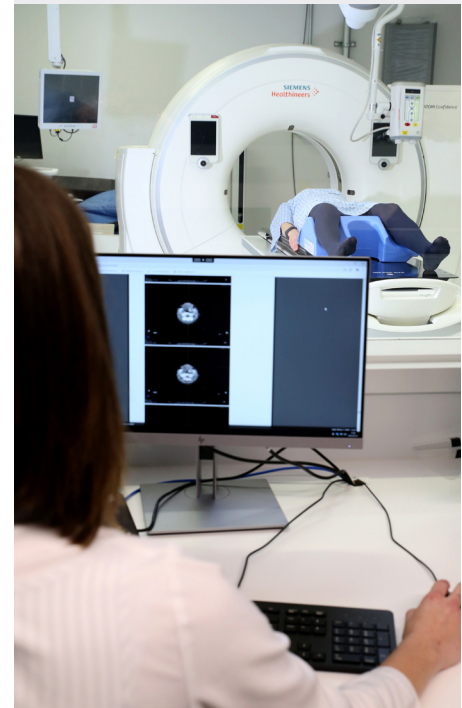
- Des points de tatouage seront faits et ils serviront de point de repère pendant les traitements. Ils sont plus petits que la pointe d'un crayon et sont effectués à des endroits discrets. Le fait qu'ils soient permanents augmente la précision du positionnement pendant les traitements et permet de vous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

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

Prévoyez entre 1 h et 2 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 s'étendre jusqu'à cinq semaines.

1. Positionnement :

- À l'aide des points de tatouage, vous serez installé 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 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 radioactif 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 et/ou diarrhée parfois accompagnés de mucus et/ou du sang dans les selles;
- Possibilité d'une sensation de brûlure au passage des selles ainsi que des fausses envies d'aller à la selle;
- Augmentation de la fréquence et/ou sensation de brûlement des urines;
- Nausées occasionnelles;
- Fatigue.

Et rarement :

- Apparition d'une infection telle une infection urinaire ou autre. Consulter en cas de fièvre;
- Diminution des globules blancs, des globules rouges et/ou des plaquettes dans le sang.



Radiothérapie des lymphomes de la région abdominale et du bassin

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, nous vous remettons 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 actif autant que possible tout en vous reposant lors de moments de fatigue.

Contraception

- **Si vous êtes une femme non ménopausée ou préménopausée**, utilisez un moyen de contraception durant les traitements ainsi que jusqu'à six mois après la fin de la radiothérapie. La radiothérapie du bassin induit la ménopause, mais cela peut prendre quelques mois avant que le risque de grossesse ne soit plus présent.

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.
- Si votre médecin vous prescrit une crème particulière, l'appliquer à la fréquence indiquée. Assurez-vous que la crème a bien pénétré avant le traitement.
- 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.



Radiothérapie des lymphomes de la région abdominale et du bassin

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

Effets secondaires possibles

- Infertilité chez l'homme et la femme (surtout si radiothérapie du bassin).

Effets secondaires rares

- Diarrhées persistantes;
- Crampes abdominales;
- Selles plus urgentes;
- Augmentation de la fréquence des urines.

Effets secondaires très rares

- Cancer causé par la radiothérapie dans la zone traitée;
- Blocage de l'intestin.

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.



Radiothérapie des lymphomes de la région abdominale et du bassin

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.

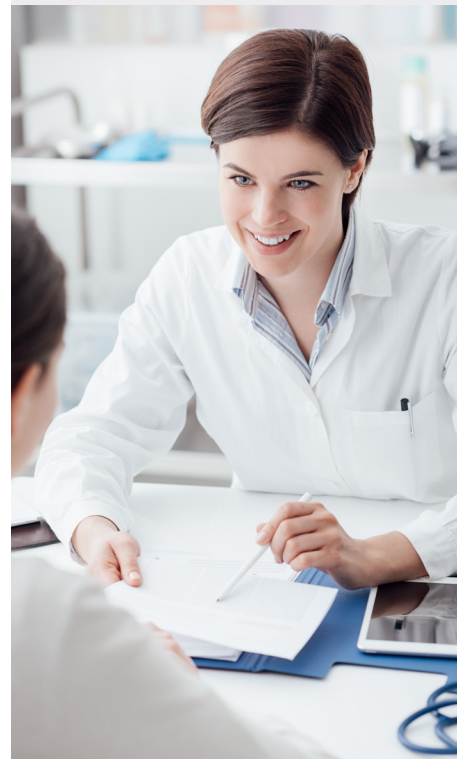
Une vidéo explicative

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

