

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



### Radiothérapie des métastases cérébrales

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;
- Un masque sera fabriqué afin de vous aider à maintenir la tête dans la même position;
- 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 :

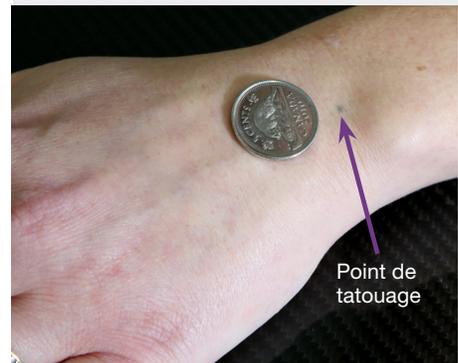
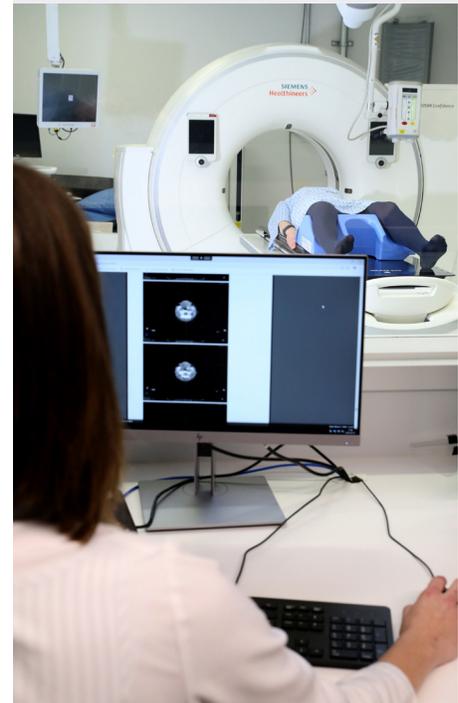
- Des marques au crayon seront faites sur votre masque et elles serviront de point de repère pendant les traitements.

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

Prévoyez entre 45 minutes et 1 heure 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 deux 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 deux semaines.

### 1. Positionnement :

- À l'aide des marques faites sur votre masque, 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 :

- Fatigue;
- Maux de tête;
- Nausées et/ou une perte d'appétit;
- Perte de cheveux et parfois une sécheresse et/ou de la rougeur du cuir chevelu;
- Diminution légère à modérée de l'attention, de la concentration et de la mémoire qui n'interfère habituellement pas avec les activités du quotidien.

La majorité des patients se font prescrire de la cortisone, appelée Décadron ou Dexaméthasone. Cette médication sert à diminuer les symptômes des métastases cérébrales ainsi que les effets secondaires. Elle peut cependant occasionner des effets secondaires aussi :

- Augmentation de l'appétit;
- Difficulté à dormir, hyperactivité;
- Augmentation de la glycémie (taux de sucre).  
Surveillez votre glycémie si vous êtes diabétique;
- Faiblesse des cuisses.



## 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 maux de tête**, si vous n'avez pas de contre-indications à en prendre. Si cela ne vous soulage pas, parlez-en à votre équipe soignante;
- Prendre les médicaments qui vous ont été prescrits en cas de nausées. Si vous n'en avez pas, parlez-en à votre équipe de 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;
- Si vous avez de la nausée ou un manque d'appétit, prendre des repas plus petits, mais plus fréquents.

### Bien-être

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

### 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 un shampoing doux pour laver vos cheveux. Ne teignez pas vos cheveux et n'appliquez pas de produits forts (fixatif, gel, etc.).
- 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.
- 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.

Les cheveux peuvent prendre de trois à six mois à repousser et reviennent parfois plus fins qu'auparavant.

La fatigue peut demeurer présente plusieurs semaines après la fin des traitements. Certains patients présentent une période de grande fatigue et de somnolence, pouvant durer deux à trois semaines et qui peut survenir dans les deux à trois mois après la radiothérapie. 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.

L'intensité des effets secondaires est variable d'une personne à l'autre.

## 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.

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 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.

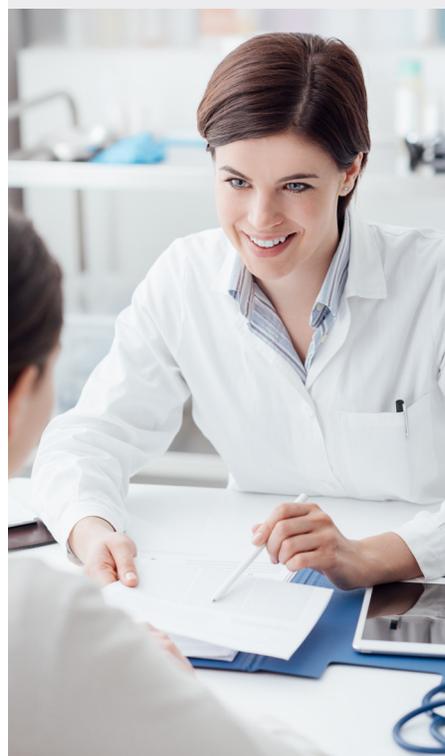
### Une vidéo explicative

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](http://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

