

Centre de radio-oncologie régional

4, 9^e Rue
Rouyn-Noranda, QC
J9X 2B2
819 764-5131, poste 49700

Centre de radio-oncologie régional

Radiothérapie générale



Centre intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue

Québec 

2023-102 | V01 - Septembre 2023

Québec 

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.

Dates importantes

| | | |
|---|---|-------|
| Scan de planification | → | _____ |
| 1 ^{er} traitement de radiothérapie | → | _____ |
| Traitements de chimiothérapie / immunothérapie / hormonothérapie | → | _____ |
| Prélèvements sanguins | → | _____ |
| Rencontre de suivi post-traitements | → | _____ |

Intervenants et coordonnées

| | |
|--|-------|
| Radio-oncologue : | _____ |
| Hémato-oncologue : | _____ |
| Infirmière pivot : | _____ |
| Infirmière dédiée à la radio-oncologie : | _____ |
| Technologues en radio-oncologie | _____ |
| Secteur planification : | _____ |
| Secteur traitement : | _____ |
| Nutritionniste : | _____ |
| Intervenante sociale : | _____ |

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.

Radiothérapie générale

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.

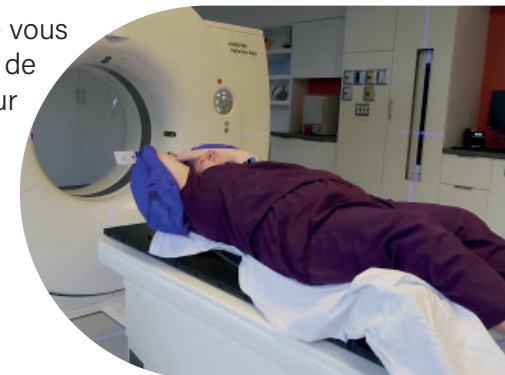
Si vous prenez de la médication contre la douleur, assurez-vous de l'avoir en votre possession et de l'avoir prise avant votre rendez-vous.

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 radio-oncologie vous accueilleront pour votre rendez-vous de planification et seront disponibles pour répondre à vos questions.



Positionnement

Vous serez couché sur le dos, le positionnement des bras sera déterminé selon le site à traiter et votre mobilité.

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

Imagerie de planification

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



Combien de temps dure mon rendez-vous de planification ?

Prévoyez entre **45 minutes et 1 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 jusqu'à quatre semaines avant le début des traitements.

Important

Cet examen sert uniquement à planifier les traitements de radiothérapie. Les images obtenues par cet examen serviront à cibler l'endroit exact des traitements et à procéder au calcul de doses. Aucun diagnostic ne sera posé à partir de cet examen et vous n'en recevrez donc pas de résultat.



- 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.

Les effets secondaires possibles à long terme

Effets secondaires possibles

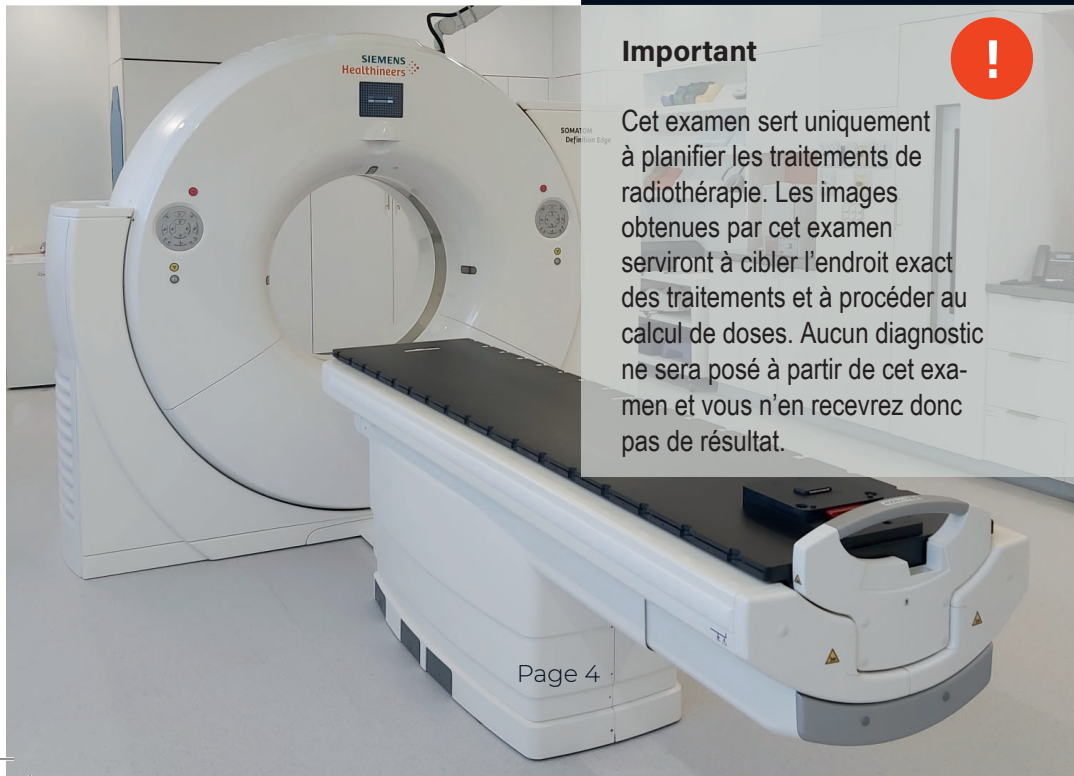
- Changement de l'apparence de la peau avec un aspect plus bronzé (hyperpigmentation) ;
- Inconfort, douleur au niveau de la région traitée.

Malgré plusieurs ressemblances, votre parcours est unique et personnalisé à vos besoins.

Chaque personne réagit différemment face à une situation difficile.

Il est normal de ressentir de l'anxiété, de la colère ou de la déprime.

Si vous avez des questions et/ou des inquiétudes, renseignez-vous auprès de votre équipe soignante.



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 Centre de radio-oncologie régional situé à Rouyn-Noranda, 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**.

Contraception

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

Bien-être

- Demeurez actif autant que possible tout en vous reposant lors des moments de fatigue ;
- Il se peut que vos capacités soient réduites par la fatigue, ne vous inquiétez pas, cela va revenir ;
- Si vous vous sentez déprimé, que vous avez l'impression d'être désorganisé ou que vous vous sentez dépassé par la situation, une intervenante sociale est à votre disposition. Demandez-le à votre équipe soignante.

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 :

Marquage

Selon le nombre de traitements et/ou l'emplacement du site à traiter, des marques ou des tatouages seront faits. Ils serviront de points de repère pendant les traitements.

Les tatouages sont plus petits que la pointe d'un crayon et sont effectués à des endroits discrets, ils pourraient être permanents. Ils permettent de vous laver librement.

Si des marques au crayon sont faites, elles devront être conservées jusqu'à la fin des traitements. Des diachylons transparents seront apposés 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 traitement.

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 s'étendre jusqu'à six semaines.

Positionnement

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

Imagerie de vérification

Une image radiologique sera prise à l'aide de l'appareil de traitements 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 maladie.

Traitement

Cette étape est de très courte durée.

Le bras de l'appareil de traitements tournera autour de vous selon une trajectoire précise, tout en délivrant votre traitement.

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

Vous serez vu par votre radio-oncologue et/ou l'infirmière dédiée à la radio-oncologie 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 20 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 :


819 764-5131, poste 49702

- Prenez tous vos médicaments comme prescrit, sur une base régulière.
- **Si votre température corporelle dépasse 101°F ou 38.2°C ou que vos symptômes s'aggravent, présentez-vous à l'urgence la plus près de chez vous.**

Médication de type opioïde (morphine, hydromorphone)

- N'attendez pas d'être en douleur extrême avant de les prendre ; 
- Prenez la médication à la fréquence qu'elle vous a été prescrite, à moins de n'avoir aucune douleur ;
- Ne prenez pas la médication plus fréquemment que ce  a été prescrit. Au besoin, informer votre équipe de soins que vous présentez une augmentation de la douleur et que vous n'êtes pas suffisamment soulagé, un suivi sera assuré ;
- En cas de constipation, prenez les laxatifs qui vous ont été prescrits en vous assurant de bien vous hydrater. Si la constipation persiste, parlez-en à votre équipe soignante.

Alimentation

- Ne consommez pas de supplément antioxydant ou de produits naturels sans  en parler à votre médecin ;
- Alimentez-vous selon le Guide alimentaire canadien ;
- Alimentez-vous et hydratez-vous suffisamment ;
- Si vous avez de la nausée ou un manque d'appétit, prenez des repas plus petits, mais plus fréquents ;
- Évitez de consommer de l'alcool pendant les traitements ;
- Une nutritionniste est disponible pour vous au besoin.

- S'il est plus facile pour vous de prendre un bain, utilisez de l'eau tiède. Il est important de ne mettre aucun bain moussant ou huile.
- Ne rasez pas la région traitée. Si les poils vous gênent, utilisez un rasoir électrique, mais le moins souvent possible.
- Évitez les extrêmes de température comme l'eau chaude ou la glace.

Important :



N'appliquez rien sur la région traitée, autre que ce qui est mentionné dans le présent document, sans l'avis préalable de votre équipe traitante.

Il est fortement suggéré de protéger la zone traitée du vent, du froid, du chaud et du soleil à l'aide d'un vêtement approprié.

Sauf avis contraire de votre radio-oncologue, évitez de vous baigner dans des lacs, piscines/spas chlorés, bromés ou salés.

Ne laissez pas l'humidité s'accumuler dans les plis cutanés (fesses, seins, aines, aisselles). Pour ce faire :

Lorsque vous sortez de la douche, tamponnez légèrement sous le pli pour assécher la peau.

Portez des vêtements amples, de fibres naturelles préférablement.

Médication

- Prenez de l'acétaminophène (**Tylenol, Atasol**, etc.) ou ibuprofène (**Advil, Motrin**, etc.) selon la posologie recommandée en cas de douleur générale et si vous n'avez pas de contre-indications à en prendre.
- En cas de diarrhée persistante, cessez les laxatifs si vous en prenez. Selon la posologie recommandée par votre radio-oncologue, prenez de la lopéramide (**Imodium**).



Effets secondaires possibles et recommandations

Les effets secondaires liés aux traitements de radiothérapie peuvent se présenter en cours de traitements ou dans les quelques semaines suivant le dernier traitement. N'hésitez pas à demander conseil à vos technologues, à l'infirmière dédiée à la radio-oncologie ou à votre infirmière pivot lors de l'apparition des symptômes suivants :

Symptômes généraux

- Rougeur, irritation et/ou sensibilité de la peau ainsi qu'une perte de poils de la zone irradiée ;
- Augmentation transitoire de la douleur ;
- Fatigue ;
- Perte d'appétit.

Traitement au niveau du cou

- Difficulté à avaler (douleur, sensation de brûlure).

Traitement au niveau du thorax

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

Traitement au niveau du ventre ou du bassin

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

Traitement d'une extrémité (ex. : jambe ou bras)

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

Est-ce que je vais ressentir des effets secondaires pendant les traitements ?

La radiothérapie peut entraîner 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.

Si votre médecin vous prescrit une crème particulière, l'appliquer à la fréquence indiquée, selon l'ordonnance.

Lire de la documentation sur le cancer et les traitements de radiothérapie, chimiothérapie, immunothérapie, hormonothérapie vous aidera à mieux comprendre et à détecter l'apparition d'effets secondaires. Une salle de documentation est à votre disposition à l'entrée du Centre de radio-oncologie régional.

Prenez soin de vous pendant vos traitements

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

Soins de la peau

- Votre peau peut devenir plus sèche, plus foncée et/ou rougir et démanger. Il est important de ne pas frotter ou gratter.
- Appliquez de 2 à 4 fois par jour de la crème hydratante sans parfum et sans lanoline comme *Glaxal Base*, *Lubri derme*, *Aveeno*, *Cutibase* ou *Cetaphil* sur la région traitée. Assurez-vous que la crème a bien pénétré avant le traitement.
- Privilégiez les douches et utilisez de l'eau tiède. Utilisez un savon doux, sans parfum comme *Dove peau sensible*. Faites mousser le savon dans vos mains et appliquez doucement sur la peau. Rincez bien et séchez en tapotant doucement sans frotter.