

Centre de radio-oncologie régional

Radiothérapie du sein



Centre de radio-oncologie régional de Rouyn-Noranda

4, 9^e Rue

Rouyn-Noranda, QC

J9X 2B2

Téléphone : 819 764-5131, poste 49700

ISBN 978-2-550-96974-7 (imprimé)

ISBN 978-2-550-96975-4 (PDF)

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2024

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 cancer du sein

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.



Centre de radio-oncologie régional

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

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



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.

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 traitements.

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

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 :

- 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.



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.

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 :

- 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.**

Alimentation

- Vérifiez auprès de votre médecin ou pharmacien avant de prendre des produits naturels, vitamines/minéraux ou pré/probiotiques;
- Alimentez-vous selon le Guide alimentaire canadien disponible en ligne;
- Alimentez-vous et hydratez-vous suffisamment (visez prendre 2 litres de liquide par jour et limiter le café/thé);
- 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 offrir des conseils personnalisés selon vos besoins. Demandez à votre équipe de vous y référer.

Effets secondaires possibles et recommandations

Les effets secondaires reliés 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 :

Effets secondaires fréquents :

- fatigue ;
- rougeur, irritation et/ou sensibilité de la peau ainsi qu'une perte de poils de la zone irradiée;
- changements de la taille et de la forme du sein;
- changements des sensations ressenties dans le sein;
- douleur au sein;
- lymphœdème (enflure du membre près de la zone irradiée);
- difficulté à bouger l'épaule;
- essoufflement.

Effets secondaires moins fréquents :

- cardiopathie (dommage au cœur selon l'endroit irradié);
- fibrose pulmonaire (endommagement de quelques cellules du poumon);

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*, *Lubriderme*, *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.

- 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 loperamide (**Imodium**).