

## Information aux patients

### À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN (Cancers digestifs bas)

Oncologie

Vitalité      Zone :     1B       4       5       6

Établissement : Centre d'oncologie Dr-Léon-Richard

### Dans ce document, vous trouverez de l'information sur:

- Les principales étapes de préparation de la radiothérapie;
- D'autres sources d'information sur les soins de la peau pendant la radiothérapie;
- Les effets secondaires les plus communs et des conseils pour vous aider à les gérer;
- La fin des traitements.

Votre équipe de professionnels de la santé est composée, entre autres, d'un radio-oncologue, d'infirmières en radiothérapie, de radiothérapeutes et d'une diététiste. Ils vous guideront et vous accompagneront, vous et votre famille, tout au long de votre traitement.

N'hésitez pas à poser des questions lorsque vous viendrez pour vos traitements quotidiens. Les radiothérapeutes ou les infirmières sont là pour y répondre et ils en parleront à votre radio-oncologue s'ils le jugent nécessaire.

# À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN

## Table des matières

La planification de votre radiothérapie .....	3
Pourquoi est-il important que votre vessie soit pleine? .....	4
Quand connaîtrez-vous la date de votre rendez-vous pour la planification de votre radiothérapie et la date du début de vos traitements? .....	6
Où devrez-vous vous présenter pour la planification de votre radiothérapie et vos traitements? .....	6
Que se passera-t-il lors de vos traitements de radiothérapie? .....	6
Combien de temps dure un traitement de radiothérapie? .....	7
Changements de la peau .....	7
Qu'est-ce qu'un bain de siège? .....	8
Comment prendre un bain de siège? .....	9
Fatigue durant la radiothérapie .....	10
Conseils à suivre en cas de fatigue importante .....	10
Crampes au ventre et diarrhée .....	11
Effets secondaires en ce qui concerne la vessie .....	11
Poils .....	12
Effets sur la fertilité .....	12
Vie sexuelle .....	13
Fin des traitements .....	15

# À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN

## La planification de votre radiothérapie

Votre radio oncologue vous a recommandé des traitements de radiothérapie. Avant qu'ils ne débutent, nous devons procéder à leur planification. Il s'agit d'une étape importante pour nous assurer que ce sont les meilleurs traitements possible pour vous. Vous ne recevrez pas de radiothérapie le jour de la planification. Durant cette étape, vous devrez avoir la vessie confortablement pleine.

À votre arrivée, le personnel :

- Vous demandera d'aller vider votre vessie (uriner) et ensuite de boire 500 ml d'eau en 10 minutes.
- Vous devrez ensuite attendre 1 heure pour donner le temps à votre vessie de se remplir.

Une fois la préparation terminée, le personnel utilisera un simulateur CT (« CT scan ») pour déterminer la région des traitements.

- Vous ne devrez pas bouger.
- Vous pourrez respirer normalement durant cette étape.

Les radiothérapeutes feront des marques ou des « tatouages » sur votre peau. Ils vous donneront des instructions précises sur la façon d'en prendre soin. **Il est possible qu'on vous demande de garder les marques sur la peau et laver doucement la région pour ne pas les effacer.**

## À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN

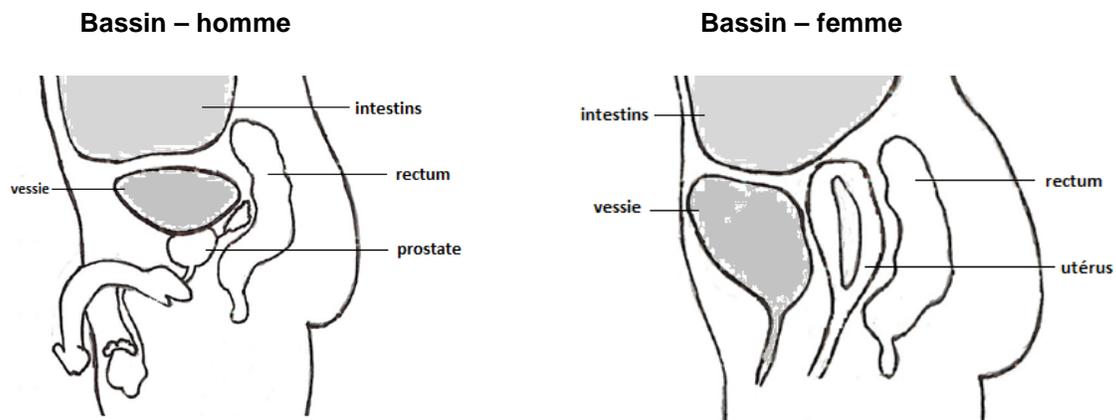
Préparez-vous à rester au centre d'oncologie pendant environ 2 heures lors de ce rendez-vous.

### Pourquoi est-il important que votre vessie soit pleine?

Il est important que votre vessie soit pleine, car ceci permet de diminuer certains effets secondaires.

Le but de la radiothérapie est de diriger la radiation vers la tumeur et les environs tout en minimisant la dose de radiation que les autres organes reçoivent (p. ex. : vessie et intestins).

Lorsque la vessie est pleine, elle repousse les intestins vers le haut et diminue ainsi la quantité de radiation qu'ils reçoivent.



*Dessins gracieusement de Denise Roy, radiothérapeute, Centre d'oncologie Dr-Léon-Richard*

## À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN

### Pendant les traitements de radiothérapie

Pour **TOUS** vos traitements de radiothérapie, vous devrez avoir la vessie confortablement pleine. Votre vessie devrait être aussi pleine qu'à l'étape de la planification (simulateur CT).

#### Préparation – vessie confortablement PLEINE

**Une heure** avant chaque traitement, faites ce qui suit :

- Premièrement, videz votre vessie.
- Juste après, buvez 500 ml (2 tasses\*) d'eau en 10 minutes;
- N'allez pas uriner après avoir bu. Votre vessie se remplira;
- Vous pourrez vider votre vessie (uriner) **après votre traitement.**

De plus, il est important de bien vous hydrater et de boire de l'eau tout au long de la journée.

Buvez au moins de 5 à 7 verres d'eau par jour (un verre est égal à 8 onces ou 1 tasse).

Continuez ainsi jusqu'à la fin de vos traitements de radiothérapie

## **À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN**

### **Quand connaîtrez-vous la date de votre rendez-vous pour la planification de votre radiothérapie et la date du début de vos traitements?**

Attendez-vous à recevoir un appel téléphonique quelques jours après votre rendez-vous avec votre radio-oncologue. Vous recevrez alors la date et l'heure du rendez-vous pour la planification (simulateur CT). Lorsque vous vous présenterez à ce rendez-vous, le personnel vous donnera l'heure et la date de votre premier traitement de radiothérapie.

### **Où devrez-vous vous présenter pour la planification de votre radiothérapie et vos traitements?**

Vous devrez vous présenter à la réception, au niveau 0 du centre d'oncologie, pour **tous** vos rendez-vous. Nous vous prions d'arriver au moins 15 minutes avant l'heure de vos rendez-vous. Au besoin, prévoyez du temps **supplémentaire** pour stationner votre voiture.

### **Que se passera-t-il lors de vos traitements de radiothérapie?**

Après vous avoir bien installé sur la table de traitement, les radiothérapeutes vérifieront les mesures prises lors de la simulation CT. Ils prendront des images radiologiques pour s'assurer que vous êtes dans la bonne position pour le traitement. Ils pourront ensuite commencer le traitement de radiothérapie.

## **À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN**

La radiothérapie externe n'est pas douloureuse. Vous ne verrez pas le rayon et vous ne le ressentirez pas.

### **Combien de temps dure un traitement de radiothérapie?**

Le traitement de radiothérapie ne dure que quelques minutes mais vous devrez rester couché sur la table de traitement pendant d'environ 15 minutes.

Attendez-vous à rester au centre d'oncologie pendant 30 à 45 minutes tous les jours.

### **Changements de la peau**

- Votre peau pourrait changer dans la région de vos traitements. Ces changements sont un effet secondaire normal; la situation s'améliorera après la fin de la radiothérapie.
- Votre peau pourrait devenir irritée environ 2 à 3 semaines après le début de la radiothérapie.
- Votre peau commencera à guérir 3 à 4 semaines après la fin de la radiothérapie.
- Chez les femmes, les changements de la peau peuvent se manifester par de l'irritation vaginale parfois accompagnée de démangeaisons ou d'une sensation de brûlure. Continuez à vous laver et à maintenir une bonne hygiène. Gardez la région irritée propre et sèche.

## **À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN**

- Prendre un bain de siège peut aider à mieux prendre soins de votre peau (référez-vous aux explications des pages 8 et 9).

Pour savoir comment prendre soin de votre peau, lisez la brochure :

### **SOINS DE LA PEAU PENDANT LA RADIOTHÉRAPIE EXTERNE**

**Évitez d'appliquer de la crème hydratante ou de la vaseline au niveau du pli fessier, dans les aines ou sur les organes génitaux externes.**

### **Qu'est-ce qu'un bain de siège?**

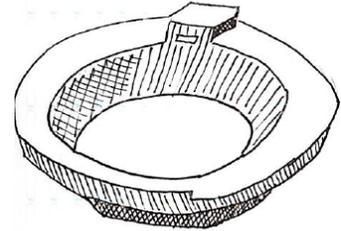
Un bain de siège consiste à faire tremper la région périnéale ou les fesses dans de l'eau tiède. Il sert à :

- Nettoyer la peau;
- Soulager la douleur;
- Réduire le risque d'infection;
- Favoriser la circulation sanguine.

# À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN

## Comment prendre un bain de siège?

1. Achetez un bain de siège à la pharmacie.

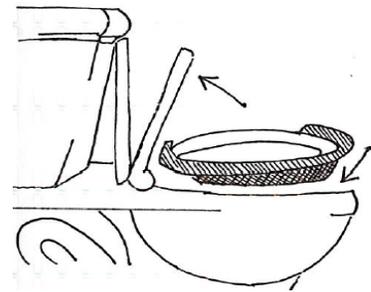


2. Nettoyez la bassine du bain de siège avant de l'utiliser.

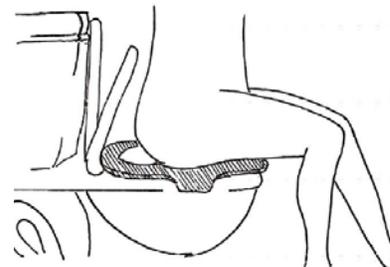
3. Remplissez la bassine d'eau tiède aux 2/3.

4. N'ajoutez pas d'huile de bain ni d'autres produits dans l'eau.

5. Soulevez le couvercle et le siège de la toilette, et placez la bassine sur la cuvette.



6. Assoyez-vous et laissez tremper votre région périnéale/ vos fesses dans l'eau pendant 10 minutes.



7. Lorsque vous aurez terminé, séchez votre peau avec une serviette douce et propre

8. Prenez jusqu'à 4 bains de siège par jour.

9. Assurez-vous de **bien nettoyer et rincer** la bassine après chaque utilisation.

*Dessins : Gracieuseté de Marie-Gil Savoie-Malenfant, radiothérapeute, Centre d'oncologie Dr-Léon-Richard*

# **À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN**

## **Fatigue durant la radiothérapie**

- Vous pourriez vous sentir fatigué pendant la radiothérapie.
- La fatigue est un effet secondaire commun.
- La fatigue varie d'une personne à l'autre, mais elle commence souvent au début de la radiothérapie et s'accroît graduellement au cours des traitements.
- La situation s'améliore 1 à 2 mois après la fin de la radiothérapie, mais parfois elle dure plusieurs mois.
- Si vous vous sentez assez bien pour faire vos activités ordinaires, continuez à les faire.

## **Conseils à suivre en cas de fatigue importante**

- Ménagez votre énergie.
- Demandez de l'aide pour les activités qui sont difficiles à gérer.
- Faites une activité relaxante ou choisissez un passe-temps que vous êtes capable de faire.
- Marchez pendant 30 minutes, 4 à 5 fois par semaine.
- Maintenez des habitudes de sommeil régulières et reposez-vous le jour selon vos besoins.
- Limitez les siestes à 45 minutes.
- Mangez bien et buvez beaucoup d'eau.
- Ayez des repas sains et équilibrés (déjà préparés) à portée de la main.

## **À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN**

- Mangez à des heures régulières durant la journée et ajoutez des collations à votre alimentation au besoin.

### **Crampes au ventre et diarrhée**

- Vous aurez peut-être des crampes au ventre et de la diarrhée (selles liquides). Elles pourraient apparaître environ 2 semaines après le début de la radiothérapie.
- Il pourrait aussi y avoir du sang dans vos selles (ceci se produit rarement). Si c'est le cas, informez-en votre équipe soignante.
- N'hésitez pas à demander à voir la diététiste.
- Vous pouvez prendre des bains de siège; ceci peut aider à diminuer la sensation de brûlure lorsque vous irez à la selle (référez-vous aux explications à la page 9).

Pour trouver des conseils en cas de diarrhée, lisez la brochure :

#### **LA DIARRHÉE**

### **Effets secondaires en ce qui concerne la vessie**

Vous pourriez avoir des symptômes à cause de la radiothérapie ou d'une infection urinaire. Vous pourriez ressentir :

- Un besoin d'uriner plus souvent;
- Une douleur ou une sensation de brûlure en urinant;
- Une difficulté à commencer à uriner.

## **À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN**

**Si vous avez des symptômes urinaires, voici ce que vous pouvez faire :**

- Buvez beaucoup d'eau durant la journée;
- Évitez la caféine (café, thé noir, cola), l'alcool, les épices et le tabac;
- Parlez-en à votre équipe soignante. Le personnel vérifiera si vous avez une infection de vessie. On pourrait vous prescrire des médicaments pour vous aider à vous sentir mieux.

### **Poils**

Il est possible que vous perdiez vos poils dans la région où vous aurez vos traitements (pubis). Souvent, les poils repoussent quelque temps après la fin des traitements.

### **Effets sur la fertilité**

La radiothérapie au niveau du bassin peut endommager l'appareil reproducteur. Si vous avez des questions ou inquiétudes, n'hésitez pas à en parler avec votre équipe soignante.

### ***Femmes***

Si vous êtes une femme en âge de procréer, vous devriez discuter des moyens de contraception avec votre radio-oncologue. Vous ne devez pas devenir enceinte durant les traitements. Si vous êtes enceinte ou pensez l'être, avertissez immédiatement votre infirmière ou radio-oncologue.

## **À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN**

La radiothérapie au niveau du bassin peut occasionner un dérèglement du cycle menstruel. Vous pourriez aussi ressentir des symptômes de ménopause, comme des bouffées de chaleur, des changements d'humeur, une sécheresse vaginale et de l'insomnie. Selon le type de cancer et les traitements, ces effets secondaires peuvent être temporaires ou permanents.

### ***Hommes***

Selon le type de cancer et les traitements, le champ de radiation peut être près des testicules. Vous pourriez donc recevoir une dose de radiation qui diminuerait la quantité de spermatozoïdes et la fertilité. Vous pourriez aussi ressentir des symptômes de l'andropause (ménopause chez l'homme), comme une baisse de la libido, des bouffées de chaleur, des changements d'humeur et de l'insomnie.

### **Vie sexuelle**

Le cancer et ses traitements peuvent changer votre capacité à profiter ou à avoir des relations sexuelles.

Si vous et votre partenaire avez des questions, adressez-vous à votre radio-oncologue ou à une infirmière en radiothérapie.

Vous pouvez aussi lire le livret « Sexualité, intimité et cancer » offert par la Société canadienne du cancer.

## À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN

### **Femmes**

À moins d'avis contraire de votre médecin, vous pouvez continuer à avoir des relations sexuelles durant les traitements. Les rapports sexuels peuvent par contre créer un inconfort en raison du rétrécissement du vagin et de l'assèchement des tissus du vagin.

L'application de lubrifiant vaginal **à base d'eau\*** (ex : Lubrifiant K-Y<sup>®</sup>, Astroglide Liquid<sup>®</sup>, Replens<sup>®</sup>) ou un changement de position durant les rapports sexuels peut aider.

**\*Attention** : Puisqu'il existe plusieurs types de lubrifiant vaginal, assurez-vous d'en choisir un à **base d'eau**. Le pharmacien peut vous aider à faire le bon choix.

### **Hommes**

Sauf avis contraire de votre médecin, vous pouvez continuer à avoir des relations sexuelles durant les traitements. Toutefois, si vous recevez un traitement de **chimiothérapie** durant la radiothérapie, il est recommandé que vous utilisiez le condom durant vos relations sexuelles.

La radiothérapie au niveau du bassin peut nuire à votre capacité à obtenir ou à maintenir une érection (impuissance) et causer d'autres dysfonctions érectiles.

Les effets secondaires décrits dans ce document sont les plus communs. Il est possible que vous ayez d'autres effets secondaires qui ne sont pas mentionnés ici. Parfois, la tumeur et les traitements peuvent causer des symptômes qui se ressemblent.

## À QUOI POUVEZ-VOUS VOUS ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE AU BASSIN

Si vous avez d'autres symptômes, veuillez vous adresser à votre radio-oncologue, à une infirmière en radiothérapie ou à un radiothérapeute.

### **Fin des traitements**

Après votre dernier traitement, certains de vos effets secondaires persisteront. La situation pourrait même s'aggraver avant de commencer à s'améliorer. C'est normal. Continuez à suivre les instructions de votre équipe de soins jusqu'à ce que vous vous sentiez mieux.

Si vous devez avoir un suivi avec votre radio-oncologue, nous vous informerons de la date et de l'heure de votre rendez-vous.

### **Femmes**

Votre médecin pourrait vous recommander d'utiliser un dilateur vaginal peu de temps après la fin des traitements. Si tel est le cas, suivez les instructions de l'équipe de soins et celles qui se trouvent dans le document intitulé « *Dilatation vaginale* ».

Quand vos traitements seront terminés, si vous avez des questions ou inquiétudes, n'hésitez pas à téléphoner au centre d'oncologie au **506-862-4005**. Nous prenons les appels du lundi au vendredi de 8h à 16h. Par contre, si votre état s'aggrave et que la situation est urgente, présentez-vous au Service d'urgence.