

## Information aux patients

### À QUOI S'ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE POUR LE CANCER DE LA PROSTATE

Oncologie

Vitalité    Zone :     1B     4     5     6

Établissement : Centre d'oncologie Dr-Léon-Richard

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

- Les principales étapes de préparation de la radiothérapie;
- Où trouver plus d'information sur les soins de la peau pendant la radiothérapie;
- Les effets secondaires les plus communs et des conseils pour vous aider à mieux 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 et de radiothérapeutes. 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 S'ATTENDRE PENDANT LA RADIOTHÉRAPIE POUR LE CANCER DE LA PROSTATE

## Table des matières

La planification de votre radiothérapie.....	3
Pourquoi est-il important d'avoir la vessie pleine et le rectum vide?.....	4
Pendant les traitements de radiothérapie.....	5
Quand vais-je savoir la date des rendez-vous de planification et des traitements de radiothérapie?.....	6
Où faudra-t-il que je me présente pour la planification et les traitements de radiothérapie?.....	6
Que se passera-t-il lors des traitements de radiothérapie?.....	6
Combien de temps dure un traitement de radiothérapie?.....	7
Quels sont les changements liés à la peau auxquels je peux m'attendre?.....	7
Est-ce que je serai plus fatigué durant la radiothérapie?.....	7
Est-ce que j'aurai des crampes au ventre et la diarrhée?.....	9
Est-ce que ma vessie sera atteinte?.....	10
Est-ce que ma vie sexuelle sera touchée?.....	10
La fin des traitements.....	11

# À QUOI S'ATTENDRE PENDANT LA RADIOTHÉRAPIE POUR LE CANCER DE LA PROSTATE

## La planification de votre radiothérapie

La planification est une étape importante pour assurer le meilleur traitement possible pour vous. Vous n'aurez pas de radiothérapie le jour de la planification. Lors de cette étape, vous devrez avoir la vessie confortablement pleine et le rectum vide.

À votre arrivée, le personnel :

- Vous administrera un lavement qui permet de vider complètement une partie du rectum;
- Vous demandera de boire 500 ml d'eau en 10 minutes et d'attendre 1 heure pour donner le temps à la vessie de se remplir.

Une fois la préparation terminée, le personnel utilisera un simulateur CT pour déterminer la région de traitement.

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

Les radiothérapeutes dessineront aussi des marques sur votre peau. L'encre pourrait tacher les vêtements.

**Il faudra garder les marques sur la peau et laver doucement la région pour ne pas les effacer.**

Préparez-vous à rester dans le secteur environ 2 heures lors de ce rendez-vous.

## À QUOI S'ATTENDRE PENDANT LA RADIOTHÉRAPIE POUR LE CANCER DE LA PROSTATE

### Pourquoi est-il important d'avoir la vessie pleine et le rectum vide?

La prostate est une glande située à la base de la vessie et en avant du rectum. La vessie et le rectum, qu'ils soient pleins ou vides, peuvent faire bouger la prostate.

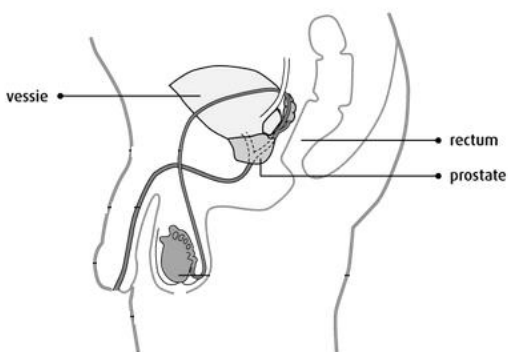


Image utilisée avec permission (Société canadienne du cancer, 2014)

Le but de la radiothérapie est de diriger précisément la radiation vers la prostate. Si vous avez été opéré pour enlever la prostate, la radiation est dirigée vers l'endroit où la prostate était logée.

Pour diminuer les effets secondaires, il est important d'essayer de minimiser la dose de radiation que les autres organes reçoivent (p. ex. : vessie et rectum).

# À QUOI S'ATTENDRE PENDANT LA RADIOTHÉRAPIE POUR LE CANCER DE LA PROSTATE

## Pendant les traitements de radiothérapie

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

### Préparation – vessie confortablement PLEINE :

Suivez ces instructions une heure avant chaque traitement :

- 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.

**\*1 tasse = 250 ml**

### Pour éviter l'accumulation de selles et avoir le rectum VIDE :

- Si vous allez à la selle régulièrement tous les jours, vous n'avez pas besoin de faire autre chose.
- Essayez d'évacuer les gaz **avant** chaque traitement.
- Ne buvez pas de liquides et ne mangez pas d'aliments qui peuvent causer des gaz.

### Parlez à un radiothérapeute ou à une infirmière en radiothérapie si :

- Vous n'allez pas à la selle tous les jours;
- Vous avez beaucoup de gaz.

# **À QUOI S'ATTENDRE PENDANT LA RADIOTHÉRAPIE POUR LE CANCER DE LA PROSTATE**

## **Quand vais-je savoir la date des rendez-vous de planification et des traitements de radiothérapie?**

Attendez-vous d'avoir un appel téléphonique quelques jours après le rendez-vous avec votre radio-oncologue. Vous recevrez alors la date et l'heure du rendez-vous pour la planification (simulateur CT).

Lorsque vous arriverez pour ce rendez-vous, le personnel vous donnera l'heure et la date de votre premier traitement de radiothérapie.

## **Où faudra-t-il que je me présente pour la planification et les traitements de radiothérapie?**

Vous devrez vous inscrire à la réception au niveau 0 du centre d'oncologie pour **tous** les rendez-vous. Les patients sont priés d'arriver au moins 15 minutes avant l'heure de leurs rendez-vous.

## **Que se passera-t-il lors des 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 peut-être des images radiologiques pour s'assurer que vous êtes dans la bonne position pour le traitement. Ils pourront ensuite commencer le traitement de radiothérapie.

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

# À QUOI S'ATTENDRE PENDANT LA RADIOTHÉRAPIE POUR LE CANCER DE LA PROSTATE

## Combien de temps dure un traitement de radiothérapie?

Attendez-vous de rester au centre d'oncologie de 30 à 45 minutes tous les jours. Le traitement dure environ 15 minutes. La majeure partie de la période sert à veiller à ce que le patient soit dans la bonne position pour le traitement.

## Quels sont les changements liés à la peau auxquels je peux m'attendre?

- Vous pourriez avoir des changements liés à la peau dans la région de traitement. Ces changements sont un effet secondaire normal; la situation s'améliorera après la fin de la radiothérapie.
- La peau pourrait devenir irritée après 3 semaines de radiothérapie.
- La peau commencera à guérir de 2 à 3 semaines environ après la fin de la radiothérapie.

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

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

## Est-ce que je serai plus fatigué durant la radiothérapie?

- Vous pourriez vous sentir fatigué pendant la radiothérapie.
- La fatigue est un effet secondaire commun.

## **À QUOI S'ATTENDRE PENDANT LA RADIOTHÉRAPIE POUR LE CANCER DE LA PROSTATE**

- La fatigue varie d'une personne à l'autre, mais elle commence souvent au début et s'accroît graduellement en cours de traitement.
- La situation s'améliorera environ 1 à 2 mois après la fin de la radiothérapie.
- Continuez à faire vos activités normales si vous vous sentez assez bien.

### **Voici des conseils à suivre en cas de fatigue importante :**

- Ménagez votre énergie, surtout pour les activités qui vous fatiguent.
- Demandez de l'aide pour les activités qui sont difficiles à gérer.
- Choisissez une activité relaxante ou 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.
- Ayez des repas sains et équilibrés déjà préparés à portée de la main.
- Mangez à des heures régulières durant la journée et ajoutez des collations au besoin.



# À QUOI S'ATTENDRE PENDANT LA RADIOTHÉRAPIE POUR LE CANCER DE LA PROSTATE

## **Est-ce que j'aurai des crampes au ventre et la diarrhée?**

Vous aurez peut-être des crampes au ventre ou un début de diarrhée (selles molles).

Des crampes et beaucoup de gaz pourraient apparaître de 3 à 4 semaines après le début de la radiothérapie; une petite partie de l'intestin pourrait faire partie de la région de traitement.

Vous aurez peut-être un peu la diarrhée au cours des 2 dernières semaines de radiothérapie. Rarement, il peut aussi y avoir du sang dans les selles.

## **Voici des conseils à suivre en cas de crampes au ventre et de diarrhée :**

- Évitez les aliments contenant beaucoup de fibres (pain de blé entier ou multigrains, légumes crus, fruits frais, etc.).
- Mangez des aliments contenant peu de gras.
- Évitez la caféine et les aliments épicés.
- Mangez de petits repas et des collations souvent dans la journée au lieu de 3 gros repas par jour.
- Buvez beaucoup d'eau (de 8 à 10 verres par jour pour prévenir la déshydratation en cas de diarrhée).
- Prendre des bains de siège peut diminuer la sensation de brûlure lorsque vous irez à la selle.
- N'hésitez pas à demander à voir la diététiste.

# À QUOI S'ATTENDRE PENDANT LA RADIOTHÉRAPIE POUR LE CANCER DE LA PROSTATE

## Est-ce que ma vessie sera atteinte?

Vous pourriez avoir des symptômes dus à la radiothérapie ou à une infection urinaire. Vous pourriez ressentir :

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

Rarement, il peut y avoir du sang dans l'urine.

## Voici ce que vous pourrez faire si vous avez des symptômes urinaires :

- Parlez-en à votre radio-oncologue, à une infirmière en radiothérapie ou à un radiothérapeute. Le personnel vérifiera si vous avez une infection de vessie. Vous pourriez recevoir des médicaments pour vous aider à vous sentir mieux.
- Buvez beaucoup d'eau durant la journée.
- Diminuez la quantité de liquides **1** heure ou **2** avant d'aller au lit. (Vous n'aurez pas besoin d'uriner aussi souvent durant la nuit.)
- Évitez la caféine (café, thé noir, cola), l'alcool, les épices et le tabac.

## Est-ce que ma vie sexuelle sera touchée?

Le cancer et ses traitements peuvent changer votre capacité à profiter ou à avoir des relations sexuelles. Parlez-en à votre radio-oncologue ou à une infirmière en radiothérapie si vous avez, vous et votre partenaire, des questions.

## À QUOI S'ATTENDRE PENDANT LA RADIOTHÉRAPIE POUR LE CANCER DE LA PROSTATE

Vous pouvez aussi lire le livret « Sexualité et cancer : guide pratique » offert par la Société canadienne du cancer.

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.

Veillez vous adresser à votre radio-oncologue, à une infirmière en radiothérapie ou à un radiothérapeute si vous avez des symptômes.

### La fin des traitements

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

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.

Quand vos traitements seront terminés, n'hésitez pas à téléphoner au centre d'oncologie au **506-862-4005** si vous avez des questions ou des inquiétudes.