

### À QUOI S'ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE DANS LA RÉGION THORACIQUE

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, 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 et les infirmières sont là pour y répondre et ils en parleront à votre radio-oncologue s'ils le jugent nécessaire.

# À QUOI S'ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE DANS LA RÉGION THORACIQUE

## Table des matières

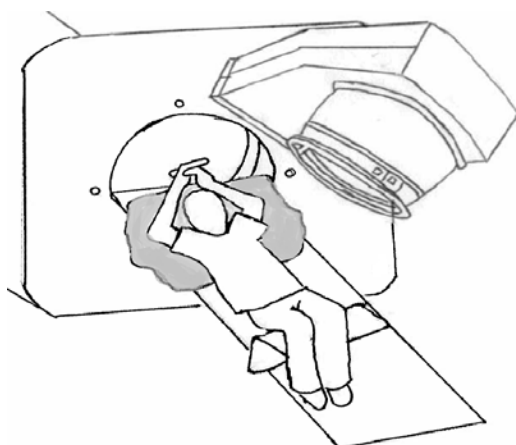
La planification de votre radiothérapie.....	3
Quand vais-je savoir la date des rendez-vous de planification et des traitements de radiothérapie?.....	4
Où faudra-t-il que je me présente pour la planification et les traitements de radiothérapie?.....	4
Que se passera-t-il lors des traitements de radiothérapie?.....	4
Combien de temps dure un traitement de radiothérapie?.....	5
Quels sont les changements liés à la peau auxquels je peux m'attendre?.....	5
Que puis-je faire pour diminuer les effets secondaires liés à la peau?.....	6
Est-ce que je serai plus fatigué que d'habitude durant la radiothérapie?...6	
Est-ce que j'aurai mal à la gorge ou de la difficulté à avaler?.....	7
Est-ce que j'aurai la toux?.....	9
La fin des traitements.....	10

# À QUOI S'ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE DANS LA RÉGION THORACIQUE

## La planification de votre radiothérapie

La planification est une étape importante pour assurer le meilleur traitement possible pour vous. Vous n'aurez probablement pas de radiothérapie le jour de la planification.

Pour vous aider à maintenir la position nécessaire pendant cette étape et pendant les traitements de radiothérapie, vous serez probablement couché sur un coussin spécial avec les bras au-dessus de la tête.



Le personnel installera probablement une ceinture spéciale autour de votre taille pour mesurer les mouvements lors de la respiration. Il utilisera ensuite un simulateur CT pour déterminer la région de traitement.

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

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

## **À QUOI S'ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE DANS LA RÉGION THORACIQUE**

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

Préparez-vous à rester dans le secteur environ une heure lors de ce rendez-vous.

### **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. Le personnel vous donnera alors la date et l'heure du rendez-vous de 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

## **À QUOI S'ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE DANS LA RÉGION THORACIQUE**

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. Vous remarquerez que l'appareil de traitement tourne autour de vous et qu'il fait du bruit.

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

Attendez-vous de rester au centre d'oncologie de 30 à 45 minutes tous les jours. Votre traitement durera 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**

## **À QUOI S'ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE DANS LA RÉGION THORACIQUE**

### **Que puis-je faire pour diminuer les effets secondaires liés à la peau?**

- Portez des vêtements amples et doux. Le coton est un bon choix; un soutien-gorge sport est aussi un bon choix.
- Si la région traitée comprend l'aisselle, utilisez un désodorisant non parfumé (seulement si la peau n'est pas ouverte ou ne pèle pas). Au besoin, utilisez un rasoir électrique pour raser l'aisselle.
- N'exposez pas la région traitée directement au soleil. Essayez de la recouvrir de vêtements.

### **Est-ce que je serai plus fatigué que d'habitude durant la radiothérapie?**

- La fatigue est un effet secondaire commun.
- Vous pourriez vous sentir fatigué pendant la radiothérapie.
- La fatigue varie d'une personne à l'autre, mais elle commence souvent au début et elle s'accroît graduellement en cours de traitement.
- Continuez à faire vos activités normales si vous vous sentez assez bien.

## **À QUOI S'ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE DANS LA RÉGION THORACIQUE**

### **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.
- Visez des repas sains et équilibrés.
- Demandez de l'aide pour la préparation des repas.
- Mangez à des heures régulières durant la journée et ajoutez des collations au besoin.

### **Est-ce que j'aurai mal à la gorge ou de la difficulté à avaler?**

La radiation au niveau du thorax peut causer de l'irritation à l'œsophage (tube par où passe la nourriture quand on avale).

Voici ce que vous pourriez ressentir :

- Des brûlements d'estomac
- Une sensation de blocage dans l'œsophage
- Une douleur en avalant de la nourriture
- De la difficulté à avaler de la nourriture

## À QUOI S'ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE DANS LA RÉGION THORACIQUE

**Voici ce que vous pourrez faire si vous avez mal à la gorge ou de la difficulté à avaler :**

- Évitez les aliments acides, épicés et caféinés.
- Choisissez des aliments de consistance molle ou trempez les aliments secs.
- Mangez de petites portions souvent durant la journée.
- Mangez vos aliments tièdes (pas chauds) ou frais (pas froids) pour prévenir l'irritation.
- Prenez des liquides avec les repas.
- N'hésitez pas à demander à voir la diététiste.
- Évitez l'alcool.
- Évitez le tabac.

<b>Exemples d'aliments que vous devriez manger</b>	<b>Exemples d'aliments à éviter</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Soupe (tiède, pas chaude)</li><li>• Yogourt</li><li>• Œufs</li><li>• Pouding</li><li>• Pâtes</li><li>• Lait, laits frappés</li><li>• Jus de pomme, de poire, de pêche</li><li>• Fruits mous ou en conserve</li><li>• Légumes cuits ou en purée</li><li>• Viande en sauce, coupée en petits morceaux</li><li>• Aliments en casserole</li><li>• Céréales chaudes ou trempées</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rôties, céréales sèches</li><li>• Craquelins, biscuits, gâteaux secs</li><li>• Légumes crus</li><li>• Maïs soufflé, noix, croustilles</li><li>• Viande fibreuse ou sèche</li><li>• Jus d'agrumes (orange, pamplemousse, tangerine)</li><li>• Aliments épicés (pizza, chili)</li><li>• Café, boisson gazeuse noire (p. ex. : cola)</li></ul>



## **À QUOI S'ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE DANS LA RÉGION THORACIQUE**

### **Est-ce que j'aurai la toux?**

Vous pourriez tousser plus qu'à l'habitude pendant la radiothérapie. Il se peut que vous ayez une toux sèche ou accompagnée de sécrétions (mucus). Parfois, il peut même y avoir des taches de sang.

### **Voici ce que vous pourrez faire si vous avez la toux :**

- Buvez beaucoup d'eau. Ceci peut aider à éliminer les sécrétions.
- Essayez de dormir la tête surélevée.
- Un humidificateur à air froid dans la chambre peut aussi aider la nuit.
- Prévenez votre équipe soignante si vous crachez du sang.
- Si la toux persiste, parlez-en à votre équipe soignante. Des médicaments pour diminuer la toux pourront alors être prescrits.

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.

Veillez vous adresser à votre équipe soignante si vous avez des symptômes.

# À QUOI S'ATTENDRE DURANT LA RADIOTHÉRAPIE DANS LA RÉGION THORACIQUE

## La fin des traitements

Le personnel vous informera de la date et de l'heure du rendez-vous de suivi avec votre radio-oncologue.

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 soignante jusqu'à ce que vous vous sentiez mieux.

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