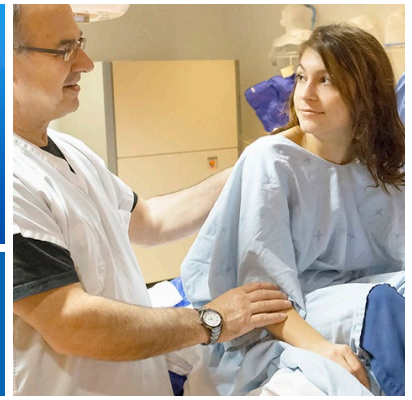


# Traiter un lymphome ou une leucémie par la radiothérapie



**Votre médecin vous a proposé de la radiothérapie pour le traitement d'un lymphome ou d'une leucémie (cancers du système sanguin). Cette fiche décrit ce traitement et les précautions à prendre, pour que tout se passe le mieux possible.**

## Qu'est-ce que la radiothérapie?

La radiothérapie est un traitement par radiations, c'est-à-dire des rayons X de haute énergie. Elle vise à détruire les cellules cancéreuses dans la région malade et à empêcher leur multiplication et leur développement.

Les radiations ont des effets sur les cellules cancéreuses ET sur les cellules normales du corps qu'elles traversent pour se rendre aux tumeurs. Alors que la plupart des cellules cancéreuses sont détruites définitivement, une grande partie des cellules normales se réparent d'elles-mêmes.

## À quoi servent les premières visites?

Elles ont pour but de vous préparer pour le traitement puis de commencer celui-ci.



**Nous vous conseillons de porter de vieux vêtements foncés durant ces 2 visites, car l'encre qui sera utilisée durant la préparation de la radiothérapie peut tacher les vêtements.**



## 1<sup>re</sup> visite : scan de planification (tomodensitométrie)

Au cours de cette visite, l'équipe médicale examine l'intérieur de votre corps à l'aide d'un appareil d'imagerie, le scanner. Cet examen s'appelle un scan ou une tomodensitométrie. Le scan permet de délimiter très précisément la région de votre corps qui sera traitée et d'éviter d'atteindre les parties qui ne sont pas malades. C'est ce qu'on appelle le « plan de traitement ».

Un technologue détermine la position exacte dans laquelle vous devrez être durant ce scan et durant tous les traitements de radiothérapie. Si nécessaire, il vous propose des accessoires (ex. : masque, coussin d'immobilisation) pour vous aider à garder la position voulue. Ensuite, il marque sur votre peau des petits points tatoués qui serviront de repères pendant le traitement. Certains de ces points peuvent être permanents, mais ils sont en général très discrets.

## 2<sup>e</sup> visite : vérification et premier traitement

Dans un premier temps, des technologues vous rencontreront pour discuter des étapes du traitement. N'hésitez pas à leur poser vos questions.

Cette deuxième visite permet de vérifier que la région à traiter est conforme au plan de traitement. Vous devrez prendre la position dans laquelle vous serez pendant les traitements. Vous aurez les accessoires nécessaires pour garder votre position.

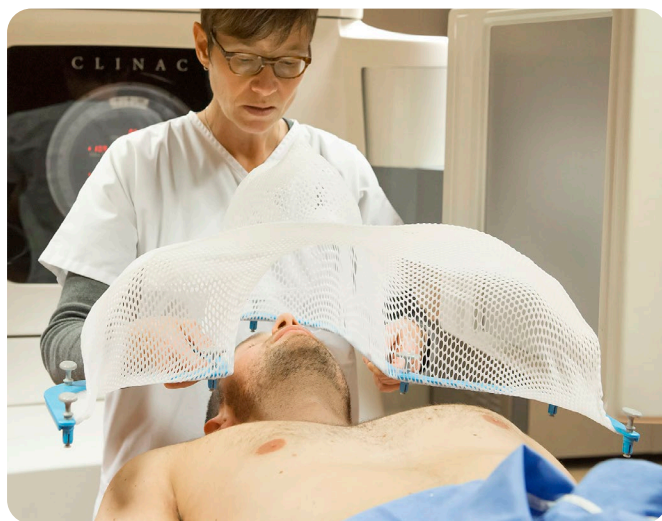
Puis vous recevrez votre premier traitement immédiatement.

## Comment se déroulent les traitements ?

Durant vos traitements, vous serez toujours dans la même position.

À chaque séance, les technologues s'assurent d'abord que tout fonctionne bien du point de vue technique. Après avoir vérifié que vous êtes dans la bonne position, ils quittent la pièce. Mais un interphone et des caméras vous gardent en contact avec eux. Ils vous voient, vous entendent et vous pouvez leur parler.

Après votre traitement, un technologue vous donnera la date et l'heure de votre prochain rendez-vous.



Le masque sert, entre autres, à garder une position immobile pendant le traitement.

## Combien de temps durent les traitements ?

Chaque séance dure environ 20 minutes. Le nombre total de séances varie selon le stade et le type de lymphome ou de leucémie. Il peut aller de 1 à 2 jusqu'à environ 20 séances. Ce nombre est déterminé à l'avance par votre médecin (radio-oncologue). Les traitements se donnent en général tous les jours, du lundi au vendredi. Vous rencontrerez régulièrement votre médecin qui s'assurera du bon déroulement des traitements.

## Est-ce que je vais ressentir de la douleur ?

Pendant les traitements, vous ne sentirez aucune douleur. Par contre, vous aurez probablement des effets secondaires après quelques traitements.

## Quels sont les inconvénients et les effets secondaires à prévoir ?

Vous devrez vous déplacer régulièrement pour vos traitements. Essayez de vous organiser afin de limiter les perturbations sur votre vie quotidienne.

Selon la région traitée, vous pourriez avoir les effets secondaires suivants. Votre médecin vous dira lesquels s'appliquent à votre cas.

- Fatigue
- Rougeur de la peau, semblable à un coup de soleil
- Douleur en avalant, causée par une inflammation de votre œsophage (tube digestif)
- Nausées ou vomissements
- Diarrhée
- Toux sèche et difficulté à respirer, accompagnées ou non de fièvre, quelques semaines après les traitements

Ces effets secondaires disparaissent habituellement quelques semaines après les traitements. Il arrive cependant que d'autres effets apparaissent à plus long terme, selon la région qui a été traitée, comme :

- une diminution de la fonction de votre glande thyroïde
- une légère diminution de la capacité de vos poumons
- l'infertilité (si radiothérapie a été faite dans la région pelvienne)
- un cancer secondaire

Les bénéfices de votre traitement surpassent habituellement les risques associés à ces effets secondaires à long terme. La décision reste la vôtre et vous pourrez en discuter avec votre médecin.



## Comment me préparer AVANT mes traitements?

- Ayez une saine alimentation, basée sur le *Guide alimentaire canadien*.
- Si ce n'est pas déjà fait, arrêtez de fumer et évitez de consommer de l'alcool. Le plus tôt sera le mieux.



## Comment prendre soin de moi PENDANT les traitements?

- > Prenez soin de votre peau.
  - Lavez les parties traitées par les radiations avec un savon doux et non parfumé, sans lanoline, au pH neutre. Si nécessaire, demandez conseil à un pharmacien.
  - Rincez votre peau et épongez-la doucement pour l'assécher, sans frotter.
  - Utilisez un déodorant non parfumé et sans aluminium (ex. : cristal d'alun). **N'utilisez aucun produit sur la peau traitée sans en parler à votre médecin.**
  - Portez des vêtements amples pour réduire l'irritation des parties traitées. Choisissez du coton ou des tissus naturels. Portez un soutien-gorge ample et sans cerceaux.
  - Couvrez la partie traitée pour la protéger du soleil.
  - N'appliquez pas de chaud ni de froid directement sur la partie traitée.
  - Ne prenez pas de bains très chauds ni de bains à remous (« bains-tourbillon »). Le sauna est également interdit.
  - Ne baignez pas la région traitée dans une eau chlorée, salée ou dans un lac.

### À surveiller

Aviser les technologues de tout problème : irritation de la peau, diarrhée, douleur, nausée, vomissement, etc.



- > N'effacez pas les marques faites par l'équipe sur votre peau.
- > Si vous êtes fertile, utilisez un moyen de contraception pendant toute la durée du traitement.
- > Continuez à manger de façon saine en suivant les recommandations du *Guide alimentaire canadien*.
- > Pendant la radiothérapie, ne prenez pas de suppléments antioxydants ni de produits de santé naturels sans en parler à votre médecin.

## Quelles précautions prendre APRÈS les traitements ?

Des effets secondaires peuvent se manifester ou augmenter dans les 10 jours suivant la fin du traitement. Voici quelques conseils pour vous aider à garder votre bien-être.

- Ne frottez pas les marques faites sur votre peau par l'équipe. Elles partiront toutes seules.
- Appliquez la crème prescrite par le médecin ou une crème hydratante non parfumée **jusqu'à ce que votre peau soit redevenue normale.**
- Si une région de la peau suinte (se couvre de liquide), avisez votre intervenant(e) clinique.
- Si vous êtes fertile, utilisez un moyen de contraception pendant 6 mois après la fin des traitements.



- Reprenez lentement vos activités.
- Arrêtez de fumer, si ce n'est pas déjà fait.
- Maintenez une saine alimentation, basée sur le *Guide alimentaire canadien*.
- Pratiquez une activité physique modérée. Par exemple, marchez 30 minutes par jour, plusieurs fois par semaine.

## Est-ce que je peux annuler ou reporter un traitement ?

Nous vous recommandons fortement de ne pas manquer de séance de traitement. Si vous avez un empêchement important, vous devez appeler les technologues de votre salle de traitement.

## À qui poser mes questions ?

Les technologues sont vos personnes-ressources pendant la durée des traitements de radiothérapie. Faites-leur part de vos questions, inquiétudes ou malaises. S'ils ne peuvent pas vous répondre, ils vous dirigeront vers la bonne personne. Après les traitements, c'est votre intervenante clinique qui sera votre personne-ressource.

Leurs coordonnées vous seront fournies dès votre première visite.



### RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site [chumontreal.qc.ca/fiches-sante](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)

*Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.*

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal [chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)