

Traiter un cancer ORL par la radiothérapie (tête ou cou)



Votre médecin vous a proposé de la radiothérapie pour traiter un cancer ORL. Cette fiche décrit ce traitement et les précautions à prendre, pour que tout se passe le mieux possible.

Le cancer ORL (pour « oto-rhino-laryngologie ») regroupe plusieurs cancers situés dans la tête ou le cou. Les plus fréquents sont ceux de la langue, de la gorge, des cordes vocales, ainsi que du nez et des sinus.

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.

1^{re} visite : fabrication de votre masque

Généralement, on fabrique un masque de plastique qui a exactement la forme de votre visage et de votre cou, pour faciliter les traitements. Le marquage des points précis où seront dirigées les radiations se fait sur le masque, de sorte que vous n'aurez pas de marques sur le visage. La fabrication est sans douleur et le matériau utilisé le rend confortable et facile d'usage. Pendant la fabrication, vous devez vous coucher sur le dos, le cou soutenu par un appui.

2^e 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 ».

3^e visite : vérification et premier traitement

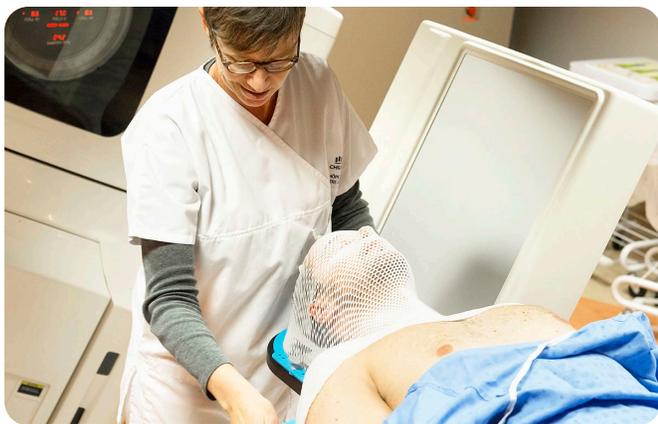
Dans un premier temps, des technologues vous rencontreront pour discuter des étapes du traitement. N'hésitez pas à leur poser vos questions.

Cette troisième 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 êtes toujours dans la même position.



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

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.

Combien de temps durent les traitements?

Chaque séance dure environ 20 minutes. Vous recevez des traitements en général pendant 6 à 7 semaines, tous les jours, du lundi au vendredi. Vous verrez 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. Cependant, vous aurez probablement des effets secondaires pendant ou après les traitements.

Quels sont les inconvénients et les effets secondaires à prévoir?

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

Voici les principaux effets secondaires possibles.

- Enflure et rougeurs dans la bouche et la gorge, qui peuvent être douloureuses. Pour vous assurer de bien vous alimenter malgré tout, vous serez suivi par une nutritionniste et un orthophoniste (spécialiste de la parole et de l'action d'avaler). S'il devient difficile d'avaler des solides, mangez des purées et des liquides. Dans certains cas, il arrive que l'on utilise un petit tube (tube nasogastrique) pour vous nourrir. Ce tube, inséré dans le nez, se rend directement à l'estomac. Cela peut être utile, si vous ne pouvez pas avaler pendant quelques semaines)
- Douleur à l'endroit traité (si c'est le cas, votre médecin pourrait vous prescrire un médicament antidouleur)
- Altération du goût
- Diminution ou épaissement de la salive
- Rougeur de la peau, semblable à un coup de soleil
- Fatigue
- Perte de poids

Comment me préparer AVANT mes traitements?

- Ayez une alimentation saine, basée sur le *Guide alimentaire canadien*.
- Vous rencontrerez également un dentiste de l'hôpital qui s'assurera que vos dents sont en bonne santé. Les dents malades devront être traitées. Certaines pourraient être enlevées, afin d'éviter les risques d'infection pendant et après les traitements.
- Si ce n'est déjà fait, arrêtez de fumer et de consommer de l'alcool. Le plus tôt sera le mieux.

Comment prendre soin de moi PENDANT les traitements?

- > Pendant les traitements, vous rencontrerez une nutritionniste, pour parler de votre alimentation et un orthophoniste, pour évaluer si vous pourriez avoir des difficultés à avaler. Ils vous suivront ensuite durant vos traitements.
- > Prenez soin de votre bouche.
 - Gargarisez-vous de 10 à 12 fois par jour avec un mélange de 1 litre d'eau, 1 c. à thé (5 ml) de sel et 1 c. à thé (5 ml) de bicarbonate de soude



- Maintenez une bonne hygiène de la bouche (brossage des dents, soie dentaire, etc.)
- Buvez suffisamment d'eau, afin de garder votre bouche humide et hydratée



- > 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.
N'utilisez aucun autre produit sur la peau traitée sans en parler à votre médecin.
 - Rincez votre peau et épongez-la doucement pour l'assécher, sans la frotter.
 - Portez des vêtements amples pour réduire l'irritation des parties traitées. Choisissez du coton ou des tissus naturels.
 - Couvrez la partie traitée pour la protéger du soleil
 - N'appliquez pas de chaud ni de froid directement sur les parties traitées
 - Ne baignez pas la région traitée dans une eau chlorée, salée ou dans un lac
- > Mangez suffisamment pour maintenir votre poids.
- > Maintenez une alimentation saine, basée sur le *Guide alimentaire canadien*.
- > Ne prenez pas de suppléments antioxydants ni de produits de santé naturels sans en parler à votre médecin.
- > Si vous êtes fertile, utilisez un moyen de contraception pour toute la durée des traitements.

À surveiller

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

Quelles précautions prendre APRÈS les traitements?

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

- Continuez à vous gargariser jusqu'à ce que votre médecin vous dise d'arrêter.
- Appliquez la crème prescrite par votre 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.
- Reprenez lentement vos activités.
- Si vous êtes fertile, utilisez un moyen de contraception durant les 6 mois suivant la fin des traitements.
- Cessez de fumer et de consommer de l'alcool, si ce n'est pas déjà fait.
- Continuez à manger de façon saine, selon les recommandations du *Guide alimentaire canadien*.



- Faites de l'exercice de façon modérée. Par exemple, marchez 30 minutes par jour, plusieurs fois par semaine.
- Allez à tous vos rendez-vous de suivi et parlez à votre médecin de tout nouveau symptôme ou des symptômes qui persistent. N'hésitez pas à lui faire part de vos inquiétudes.

Chimiothérapie

Il est probable que vous receviez aussi des injections de chimiothérapie. Les intervenants cliniques en tiendront compte pour planifier vos rendez-vous de radiothérapie. La fréquence et les effets secondaires de la chimiothérapie vous seront expliqués par votre médecin. N'oubliez pas de prévenir les technologues de tout changement (horaire ou autre) à vos traitements de chimiothérapie.

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.

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

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