

La radiothérapie pour traiter le cancer du sein



Votre médecin vous a proposé une radiothérapie pour traiter un cancer du sein. 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 à 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. Alors que les 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.

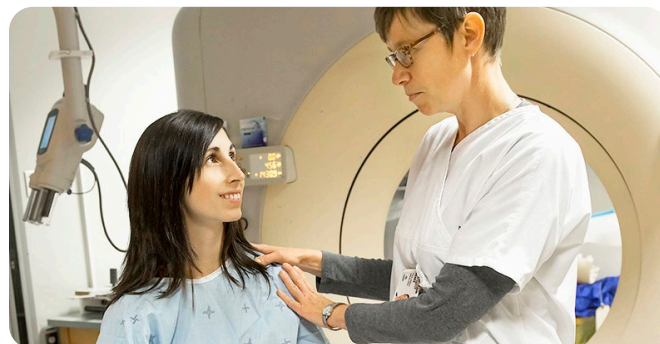
1^{re} visite : scan de planification (tomodensitométrie)

Au cours de votre première 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 ».

Vous devez vous coucher sur le dos sur un matelas spécial qui prend la forme de votre corps. Vos bras sont placés au-dessus de votre tête. Un technologue détermine la position exacte dans laquelle vous devrez être durant tous les traitements. Si nécessaire, il vous propose des accessoires pour vous aider à garder la position.

Ensuite, il marque sur votre peau des petits points tatoués qui serviront de repères. Ces points tatoués sont permanents. Ils ne disparaîtront pas après le traitement.

L'utilisation de tatouages est souhaitable car ils permettent un traitement plus précis, optimal et sécuritaire. C'est pourquoi cette technique a été adoptée. Si vous avez des hésitations au sujet des tatouages, parlez-en avec votre médecin. Il pourra vous proposer une solution de rechange possible.



Patiente qui va passer un scan.

2^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 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. Les accessoires utilisés pour votre scan de planification vous aideront à rester en place. Les technologues feront peut-être quelques points de repère pour rendre l'installation plus facile et vérifier votre position.

Puis, il se peut que vous receviez votre premier traitement immédiatement.

Nous vous conseillons de porter de vieux vêtements foncés durant les premières visites, car l'encre utilisée peut tacher les tissus.

Comment se déroulent les traitements ?

À chaque séance, les technologues s'assurent 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 le traitement, un technologue vous donnera la date et l'heure du prochain rendez-vous.



Séance de radiothérapie.

Combien de temps durent les traitements ?

Chaque séance dure environ 20 minutes. Vous recevrez entre 16 et 30 traitements. Le nombre total sera déterminé à l'avance par votre médecin. Dans la majorité des cas, les traitements sont donnés tous les jours du lundi au vendredi. Durant vos traitements vous rencontrerez votre médecin régulièrement.

Est-ce que je vais ressentir de la douleur ?

Pendant les traitements, vous ne sentirez aucun contact ni douleur. Cependant, il est possible que des effets secondaires apparaissent pendant ou après les traitements.

Quels sont les effets secondaires possibles ?

Vous pourriez ressentir les effets secondaires suivants :

- Légère fatigue
- Légère rougeur de la peau au niveau de la zone traitée

Discutez avec votre médecin d'autres effets secondaires possibles comme le lymphœdème (gonflement du bras dû à une accumulation de liquide).

Comment me préparer AVANT le traitement ?

- Durant le traitement, vos bras seront maintenus au-dessus de la tête. Des exercices pour améliorer votre flexibilité sont donc recommandés pour rendre la position plus confortable. Demandez à votre intervenante clinique la fiche sur les exercices à faire avant les traitements de radiothérapie pour les patientes ayant subi une chirurgie du sein.
- Ayez une saine alimentation basée sur le *Guide alimentaire canadien*.
- Il est recommandé d'arrêter de fumer et de boire de l'alcool.

Comment prendre soin de moi PENDANT les traitements?

> Continuez de manger de façon saine en suivant les recommandations du *Guide alimentaire canadien*. Ne prenez pas de suppléments antioxydants ni aucun produits de santé naturels sans en parler à votre médecin. Si vous avez de la difficulté à avaler, choisissez des aliments plus mous et plus doux, pour vous aider. Évitez les aliments irritants (citron, pamplemousse, orange, tomate, aliments très épicés).

> Prenez soin de votre peau

- Lavez les parties traitées par la radiation avec un savon doux et non parfumé, sans lanoline, au pH neutre.

- Rincez votre peau et épongez-la doucement pour l'assécher sans frotter.

- Au besoin, votre médecin peut vous prescrire une crème à utiliser durant la période des traitements. **N'utilisez aucun produit sur la peau traitée sans en parler à votre médecin.**



> N'effacez pas les marques faites par l'équipe sur votre peau.

- > Si vous êtes fertile, utilisez un moyen de contraception durant toute la durée des traitements et jusqu'à 6 mois après l'arrêt du traitement. Ne prenez pas de contraceptifs oraux et n'utilisez pas de stérilet avec progestérone, car le cancer peut être lié à certaines hormones. Parlez-en à votre médecin; le condom est une bonne option.
- > 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.



Pour réduire l'irritation, portez des vêtements larges.

- > 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 ou de bains à remous et n'allez pas dans un sauna.
- > Ne baignez pas la région traitée dans une eau chlorée, salée ou de lac.

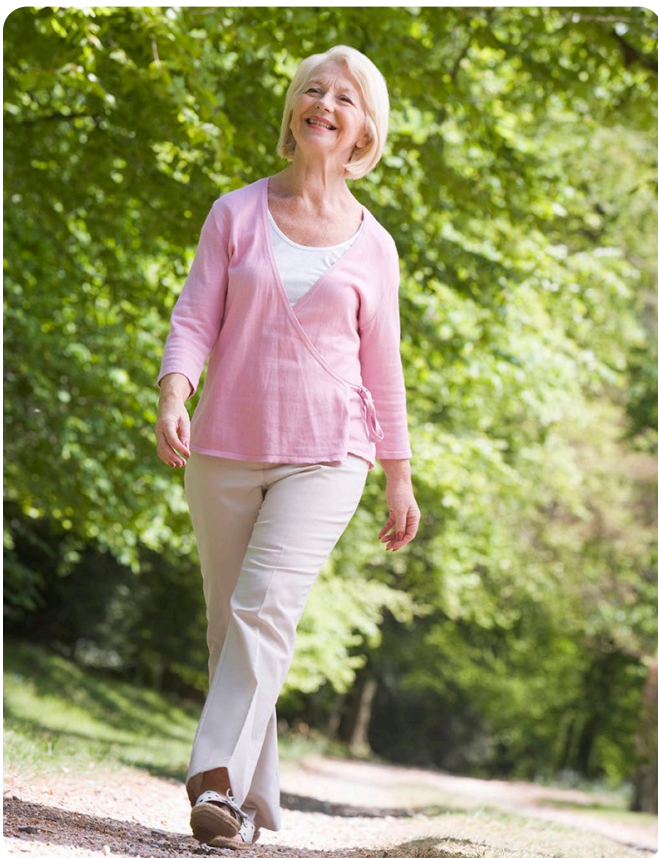
À SURVEILLER

Avisez rapidement les technologues de tout changement de votre peau : rougeur ou sécheresse.

Quelles précautions prendre APRÈS les traitements?

Des effets secondaires peuvent se manifester et certains peuvent même augmenter dans les 10 jours qui suivent la fin du traitement. Voici quelques conseils pour votre bien-être.

- > Ne frottez pas les marques, elles partiront toutes seules.
- > Appliquez la crème prescrite par le médecin ou une crème hydratante non parfumée jusqu'à ce que la peau soit redevenue normale. Si une région de la peau suinte (se couvre de liquide), avisez votre intervenante clinique.
- > Reprenez lentement vos activités.
- > Continuez à manger de façon saine, selon les recommandations du *Guide alimentaire canadien*. Continuez aussi à éviter les aliments irritants dans les semaines qui suivent vos traitements ou parlez-en à votre médecin.
- > 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. Leurs coordonnées vous seront fournies dès la première visite.

À qui poser mes questions pendant les traitements?

Les technologues sont vos personnes-ressources. Faites-leur part de vos questions, inquiétudes ou malaises. S'ils ne peuvent pas vous répondre, ils vous dirigeront vers la bonne personne.

Note : dans le texte, le genre féminin a été utilisé, car la clientèle concernée est en majorité féminine.



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



Questions

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