

Traiter le cancer de la prostate par la radiothérapie



Votre médecin vous a proposé de la radiothérapie pour traiter un cancer de la prostate. 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 lors de votre scan de planification et le jour de votre 1^{er} traitement. L'encre utilisée durant la préparation à la radiothérapie peut tacher les vêtements.



1^{re} visite : implantation de grains de platine (si demandé par votre médecin)

Au cours de votre première visite, l'équipe médicale implantera des grains de platine pour permettre de localiser la prostate avec précision lors des traitements de radiothérapie. Ces grains de platine (3 ou 4) sont placés dans votre prostate à l'aide d'un appareil d'échographie inséré par le rectum (semblable à celui utilisé au cours de la biopsie que vous avez eue). Les grains demeureront dans votre prostate définitivement.

Pour préparer cette visite, vous devrez avoir fait un lavement rectal « Fleet » 2 heures avant de quitter votre domicile pour venir au rendez-vous. Arrêtez aussi de prendre de l'aspirine, des anti-inflammatoires ou tout autre anticoagulant 10 jours à l'avance, avec l'accord de votre médecin.

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 le plus possible d'atteindre les parties qui ne sont pas malades. C'est ce qu'on appelle le « plan de traitement ».

Une imagerie par résonance magnétique (IRM) pourrait aussi être faite.

Un technologue détermine la position exacte dans laquelle vous devrez être durant tous les traitements. Si nécessaire, il vous proposera des accessoires pour vous aider à garder la position voulue. Ensuite, il marquera sur votre peau des petits points tatoués qui serviront de repères pendant le traitement.

Au cours de votre scan de planification et de vos traitements, votre vessie doit être pleine. Des instructions vous seront remises pour vous guider.

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 ?

À chacun d'entre eux, 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. Ils prennent aussi des images pour localiser la prostate grâce aux grains de platine ou autrement si vous n'en avez pas. 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. Le traitement habituel dure de 4 à 8 semaines selon les directives de votre médecin. Il est possible que votre traitement soit plus court, si vous faites partie d'un groupe de recherche ou si vous recevez aussi une curiethérapie (une autre sorte de radiothérapie). Si c'est le cas, vous recevrez un document explicatif à ce sujet. Vous rencontrerez régulièrement votre médecin qui s'assurera du bon déroulement des traitements.

Vais-je ressentir de la douleur?

Pendant le traitement, 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 tous les jours pour vos traitements. Essayez de vous organiser afin de limiter les perturbations sur votre vie quotidienne.

Vous pourriez avoir les effets secondaires suivants.

- Sensation de brûlure lorsque vous urinez
- Uriner plus souvent qu'à l'habitude
- Difficulté à uriner
- Diarrhée ou crampes au ventre
- Fatigue

Les effets secondaires disparaissent habituellement quelques semaines après les traitements.

Il arrive cependant que certains effets persistent plus longtemps voire restent définitivement, comme :

- un changement permanent de la fréquence des selles
- du sang dans vos selles ou dans votre urine
- de la difficulté à uriner
- des problèmes d'érection
- la stérilité

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

Comment me préparer AVANT mes traitements?

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



Comment prendre soin de moi PENDANT le traitement?

- > 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.
 - 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.**
 - 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 la partie traitée.
- > N'effacez pas les marques faites par l'équipe sur votre peau.
- > Évitez les aliments qui augmentent beaucoup l'activité des intestins : pain à grains entiers, pruneaux, fruits séchés, concombres, maïs, poireaux, fromages fermentés (brie, Oka), légumineuses, quantité importante de jus et crème glacée. Réduisez aussi votre consommation de café et de lait. Une nutritionniste pourra répondre à vos questions, au besoin.
- > Buvez beaucoup d'eau.

À surveiller

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

- > Continuez à avoir 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.
- > Cessez de fumer, si ce n'est pas déjà fait.
- > Si vous êtes fertile, utilisez un moyen de contraception pendant toute la durée des traitements.

Quelles précautions prendre APRÈS les traitements ?

- Des effets secondaires peuvent se manifester ou augmenter dans les semaines suivant la fin des traitements. Voici quelques conseils pour vous aider à garder votre bien-être.
- Ne frottez pas les marques. Elles partiront toutes seules.
- Appliquez la crème prescrite par votre médecin **jusqu'à ce que la peau soit redevenue normale.**



- Si une région de la peau suinte (se couvre de liquide), dites-le à votre intervenant(e) clinique.
- Évitez encore les aliments qui augmentent l'activité des intestins jusqu'à ce que vous ayez de nouveau des selles régulières.
- Reprenez lentement vos activités.
- Cessez de fumer, si ce n'est pas déjà fait.
- Maintenez une alimentation saine, basée sur le *Guide alimentaire canadien*.

- Pratiquez une activité physique 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.

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