chr Sambre & Meuse

La chimiothérapie

dans le cadre de l'oncologie pneumologique

Livret d'information sur le fonctionnement interne du Service.

Depuis qu'une chimiothérapie vous a été proposée, vous éprouvez sans doute une certaine inquiétude.

Vous vous posez des questions à propos de votre maladie, de votre traitement, de ses effets secondaires.

Ce feuillet a pour but de répondre à un certain nombre de questions. Souvenez-vous toutefois qu'aucun texte ne peut remplacer le dialogue entre le/la patient(e) et ceux qui le soignent.

N'hésitez pas à nous interroger. Nous sommes là pour vous répondre et vous informer le mieux possible.

L'équipe soignante
de l'Unité d'onco-pneumologie

Sommaire

— Qu'est-ce que la chimiothérapie .....
— Les effets secondaires possibles .....
— Quelques précautions .....
— A domicile, quand devez-vous faire appel au médecin traitant ? .....

Qu'est-ce qu'une chimiothérapie ?

Définition

La chimiothérapie est le traitement de votre maladie par des substances chimiques qui vont vous être administrées par une voie intraveineuse.

Si vos veines sont fines ou difficiles à trouver ou indurées, il existe actuellement des systèmes qui permettent de courtcircuiter les veines périphériques. Ils sont placés, sous anesthésie locale, sous la peau et peuvent rester en place pendant des mois, voire même des années.

Ces systèmes portent le nom de chambre implantable. Le système comporte un petit réservoir (palpable), relié à un tuyau en plastique connecté à un gros vaisseau sanguin.

Lors de chaque traitement de chimiothérapie (ou parfois lors d'une prise de sang), un infirmier vient piquer dans le réservoir, à travers la peau, pour y injecter des médicaments qui seront ainsi acheminés vers la circulation sanguine. Le système se referme complètement une fois l'aiguille retirée et vous pourrez alors reprendre vos activités quotidiennes (y compris vous doucher, nager, etc). La chambre restera implantée pendant toute la durée du traitement. Votre médecin décidera du moment auquel elle devra être enlevée.

But

Le but est de détruire les cellules cancéreuses en bloquant leur division.
La chimiothérapie touche aussi les cellules saines, ce qui peut provoquer des effets secondaires qui varient selon les médicaments, les doses administrées, l'état général et le nombre de cures.

Mais il ne faut surtout pas établir de relation entre l'efficacité du traitement et l'importance des effets secondaires, propres à chacun.

Lorsque le traitement est efficace, les cellules anormales sont détruites sans possibilité de récupération, alors que, heureusement, l'individu a la capacité de régénérer spontanément les cellules saines.

Comment se passe une séance de chimiothérapie ?

Après vous avoir accueilli(e) et installé(e) dans votre chambre, l'infirmier(e) vous explique le déroulement de votre traitement.

L'infirmier(e) vous fait d'abord une prise de sang et place, en même temps, une perfusion qui permet de maintenir la veine perméable et de la rincer afin d'éviter que les médicaments injectés n'irritent trop les parois de la veine.

La prise de sang permet de contrôler les différents éléments qui sont normalement présents dans le sang (globules blancs, globules rouges, plaquettes).

Si le nombre est trop faible, c'est que vous avez fortement réagi au traitement précédent; il est alors préférable d'attendre quelques jours avant de vous donner le traitement suivant.

Dès que les résultats le permettent, l'infirmier(e) appliquera alors le traitement prescrit par le médecin.

Si, durant l'injection, vous ressentez une forte douleur, une forte brûlure, un gonflement au niveau du point de ponction, il faut avertir immédiatement l'infirmier(e), car il se pourrait que le produit passe à côté de la veine et altère les tissus avoisinants.

D'autres dispensateurs de soins, comme un(e) diététicien(ne), un(e) psychologue, une assistante sociale peuvent également passer vous voir, lors de cette journée.

Lors de votre séjour, vous constaterez que le personnel infirmier prend des précautions pour manipuler les agents chimiothérapeutiques (gants, élimination des déchets, élimination du linge…). Il se protège car il est exposé quotidiennement à ces produits toxiques.

A votre sortie, le médecin vous remettra un courrier adressé à votre médecin traitant, ainsi que les indications pour la suite de votre traitement. La date et l'heure de votre prochain rendez-vous vous seront communiquées.

Durée et fréquence des séances de chimiothérapie

La durée est variable car elle est fonction du traitement prescrit. Beaucoup de traitements sont donnés en cures séparées par des périodes de repos de quelques semaines.

L'intervalle entre deux cures dépend du schéma de traitement prescrit par le médecin et des réactions propres à chacun(e).

La durée totale d'un traitement est déterminée par le type de maladie, le problème spécifique de chaque patient(e) et, dans certains cas, la réponse au traitement déjà reçu.

Les effets secondaires possibles

Il faut savoir qu'ils sont **temporaires** (ils disparaissent quelques temps après la fin du traitement) et **individuels** (chaque patient(e) ne réagit pas de la même façon, avec la même intensité, à un traitement).

Au niveau sanguin

Diminution de la fonction de la moelle osseuse.

La moelle osseuse est le lieu de production des cellules sanguines (globules rouges, globules blancs, plaquettes). Sa fonction est altérée par la chimiothérapie et cela donne lieu à l'apparition de symptômes.

Les globules blancs

Ce sont les éléments qui interviennent dans la lutte de l'organisme contre les infections.

Une diminution de la quantité de ces globules blancs, appelée **leucopénie**, vous rend plus sensible aux infections.

Nous vous conseillons d'être prudent et de prendre quelques mesures d'hygiène afin de vous protéger contre les infections :

- évitez les contacts avec les personnes infectées (ex : grippes, angines, maladies infantiles contagieuses) ;
- observez une bonne hygiène dentaire ;
- ne prenez pas de risques : couvrez-vous l'hiver, faites attention aux courants d'air, aux coupures et égratignures qui sont des voies d'entrées pour les microbes ;
- lavez-vous souvent les mains ;
- portez des gants lors des travaux de jardinage ;
- ayez des effets de toilette personnels ;

- concernant votre alimentation, évitez de manger des crudités, mollusques, viandes crues, fromages au lait cru et bien laver les fruits et les légumes avant de les consommer ;
- surveillez l'apparition de température.

En cas de température supérieure à 38°, appelez votre médecin traitant ou s'il n'est pas disponible, venez directement au Service des urgences de notre hôpital.

Les globules rouges

Ils transportent l'oxygène dans tout votre organisme. Cet oxygène est nécessaire au travail de toutes vos cellules.
Une diminution des globules rouges entraîne une **anémie** et peut provoquer de la pâleur, de la fatigue et de l'essoufflement.

Prenez des temps de repos en adaptant votre rythme de vie.

Si vous présentez un essoufflement important, une difficulté à monter les escaliers, signalez-le, lors de la consultation…

Les plaquettes

La diminution du nombre de plaquettes, appelée **thrombopénie**, peut avoir pour conséquence des ecchymoses (des bleus), des hématomes et des saignements plus fréquents.

- Utilisez une brosse à dents souple ;
- utilisez un rasoir électrique ;
- évitez les activités exposant à des blessures ;
- ne prenez pas de médicaments agissant sur la coagulation (ex :aspirine) sauf autorisation du médecin.

Au niveau de la bouche et du tube digestif

Mucite

Certains médicaments peuvent provoquer une inflammation de la muqueuse buccale ou digestive, (appelée mucite) ainsi qu'un mauvais goût et/ou une sécheresse de la bouche.

- Evitez les aliments acides, épicés, salés, les tomates et les aliments trop durs (ex : biscottes) ;
- en cas de sécheresse buccale, de mauvaise haleine ou de gerçure des lèvres, vous pouvez utiliser un dentifrice au fluorure ou des substituts salivaires en gel ou encore un bain de bouche, sur prescription médicale ;
- buvez beaucoup pour une bonne humidification de la bouche ;
- adoptez une bonne hygiène dentaire et voyez votre dentiste régulièrement.

Les nausées et vomissements

Ils peuvent apparaître avant, pendant et après le traitement. Leur intensité varie selon chaque individu.

Les antiémétiques (médicaments qui luttent contre les nausées et les vomissements), jouent un rôle très important dans le contrôle de ce problème. Souvent, le médecin recommande que ces médicaments soient pris avant, pendant et quelques jours après la chimiothérapie. Il est essentiel de suivre ces conseils afin d'éliminer ou d'atténuer nausées et vomissements.

En pratique, nous vous conseillons :

- de manger ce dont vous avez envie et de veiller à la présentation des aliments ;
- de prendre des petits repas fréquents ;
- d'adopter, après avoir mangé, la position assise plutôt que couchée ;

- de boire souvent entre les repas (eau, coca) pour éviter que l'estomac ne soit vide et pour remplacer les liquides perdus par les vomissements ;
- de vous distraire et de vous occuper les heures qui précèdent votre traitement ;
- et, si vous êtes anxieux(se) à l'idée de recevoir votre traitement (ce qui peut être normal), de demander au médecin un médicament qui vous calmera et que vous prendrez la veille et/ou quelques heures avant celui-ci.

Les diarrhées

Si la diarrhée persiste plus de 24 heures, ou si des douleurs ou crampes accompagnent la diarrhée, consultez votre médecin qui vous prescrira un médicament adéquat.

En pratique, nous vous conseillons :

- d'éviter tout ce qui irrite le tube digestif (épices, alcools, boissons pétillantes, petits pois, haricots, aliments fort sucrés...) ;
- d'éviter des aliments riches en fibres (fruits, légumes frais) ;
- d'essayer de manger des aliments pauvres en fibres (bananes, pâtes, riz, fromages) ;
- d'essayer de ne pas sauter un repas et de boire beaucoup de liquides pour remplacer ceux perdus lors des diarrhées.

La constipation

Quelques médicaments peuvent provoquer de la constipation.

En pratique, nous vous conseillons :

- de vous nourrir d'aliments riches en fibres (fruits et légumes crus bien lavés) ;
- de boire abondamment (jus de fruits) ;
- de faire un peu d'exercice (marche, sport) ;
- si cela s'avère nécessaire, de demander au médecin de vous prescrire un laxatif ;
- de ne surtout pas faire de lavement et/ou ne pas prendre de suppositoires sans avis médical.

Au niveau du système pileux

Les cheveux, poils et sourcils sont particulièrement sensibles à certains traitements de chimiothérapie.

La perte des cheveux, appelée **alopécie**, ne se fait pas du jour au lendemain. Elle est progressive et plus ou moins importante selon la personne et le traitement donné.

Dans tous les cas, l'alopécie (perte des cheveux) est transitoire et les cheveux repoussent dès la fin du traitement.

Il arrive parfois que leur couleur ou leur texture soit un peu différente de ce qu'elle était avant la chimiothérapie.

En pratique :

L'alopécie est difficile à supporter psychologiquement.

C'est pourquoi nous vous conseillons l'achat d'une perruque dès le début de la chute des cheveux et, si possible, même avant ;

cela facilitera son achat si vous souhaitez qu'elle se rapproche le plus possible de la couleur de vos cheveux et de votre coiffure habituelle.

La mutuelle participe au frais de l'achat de votre perruque.

Il faut demander au médecin un certificat que vous adresserez à votre mutuelle.

Une autre manière, moins onéreuse, de cacher la perte des cheveux est de porter un foulard, un turban, un chapeau...

Au niveau de la peau

Certains médicaments peuvent provoquer une éruption cutanée sur certaines parties du corps ou un tracé noir ou rouge le long de la veine qui a servi à l'injection du traitement; il est dû à l'irritation de la veine par les produits injectés.

Demandez au médecin ou à l'infirmière qui vous soigne une pommade pour calmer cet effet.

Au niveau musculaire et nerveux

Certains médicaments peuvent entraîner des faiblesses musculaires, des picotements dans les doigts ou les orteils, des bourdonnements d'oreilles et une diminution de l'audition. Si c'est le cas, avertissez-en votre médecin.

La fatigue est un effet secondaire très fréquent du cancer et de son traitement.

Voici quelques conseils pour y faire face :

- Parlez-en avec votre entourage et vos soignants;
- prévoyez des pauses régulières dans votre emploi du temps ;
- dosez vos forces et commencez votre journée par ce qui est important pour vous;
- une alimentation adaptée peut vous aider;
- osez faire appel aux personnes qui vous entourent.

Quelques précautions

Nous insistons pour que vous appliquiez des mesures d'hygiène rigoureuses (lavage fréquent des mains, nettoyage fréquent des toilettes avec des gants, retrait immédiat du linge souillé...).

Ceci a pour but d'éviter que votre entourage soit en contact avec des agents chimiothérapeutiques.

A domicile, quand devez-vous faire appel au médecin traitant ?

Dès que vous le jugez nécessaire, mais aussi :

- en cas de fièvre ou de frissons ;
- si des vomissements persistent plusieurs jours après le traitement ;
- si vous souffrez de diarrhée ou de constipation pendant plusieurs jours ;
- si vous présentez des pertes de sang, une douleur ou une plaie au niveau d'un orifice naturel ;
- si vous avez des ecchymoses (bleus), des hématomes spontanés ;
- si une plaie ne guérit pas ;
- si vous devez recevoir des soins dentaires ;
- avant de prendre un médicament.

Pour toute question, n'hésitez pas à nous contacter

Bureau infirmier de l'Unité de soins : **081 72 64 40**

Infirmière en chef : **081 72 75 09**

Mes questions ou remarques

Service d'oncologie pneumologique

Bureau infirmier de l'Unité de soins :

+32 (0)81 72 64 40

Infirmier(ère) en chef :

+32 (0)81 72 75 09

chr Sambre & Meuse

CHRSM - site Meuse
Avenue Albert 1er, 185
5000 Namur
Tél. : +32 (0)81 72 61 11

www.chrsm.be
www.chrn.be

Suivez l'actualité du **CHRSM** sur les réseaux sociaux

Brochure à destination des patients du CHRSM - site Meuse

Réalisation : Service Communication
Éditeur responsable : Nathalie Debacker
CHRSM - site Meuse
Avenue Albert 1er, 185 - 5000 Namur