



GUIDE D'INFORMATION EN RADIO-ONCOLOGIE

Radiothérapie externe dans le traitement
du cancer du sein

Nom de mon radio-oncologue :

Numéro de téléphone du service : **418 691-5264**

Consulter ce document au : www.chudequebec.ca/Radiotherapie_sein

Introduction

Votre condition de santé nécessite des traitements de radiothérapie.

Ce guide a pour but de vous renseigner sur :

- ce qu'est la radiothérapie;
- les étapes de planification des traitements;
- le déroulement de vos traitements;
- les effets secondaires possibles;
- les recommandations pendant les traitements.

Le centre

Le centre de radio-oncologie du CHU de Québec-Université Laval est un centre suprarégional ayant pour mission :

- de donner des traitements de qualité;
- de promouvoir la recherche;
- de participer à la formation d'étudiants;
- d'évaluer les nouvelles technologies.

Il est donc possible qu'on vous propose de participer à certains protocoles de recherche lors de vos traitements. Il se peut aussi que vous soyez rencontrée par des étudiants lors de vos visites. Les étudiants sont toujours sous étroite supervision par un autre professionnel de leur discipline respective.

Votre équipe

- Le **radio-oncologue** (votre médecin) vous rencontrera en consultation. Après avoir pris connaissance de votre dossier, vous avoir questionnée et examinée, il décidera avec vous si vous devez recevoir des traitements de radiothérapie. Il supervisera chacune des étapes de votre cheminement.
- L'**infirmière** participe à l'évaluation de votre condition physique et mentale de même qu'à la gestion de vos symptômes tout au long de vos traitements.
- Les **technologues** en radio-oncologie vous accompagneront durant toutes les étapes des traitements : de la préparation à l'administration des traitements.
- Selon votre condition, il est possible que vous ayez à rencontrer d'autres membres de l'équipe avant ou pendant vos traitements de radiothérapie : **nutritionniste, travailleur social, psychologue, infirmière pivot**. Si vous avez été opéré à l'Hôpital du Saint-Sacrement, le plus souvent, vous serez prise en charge là-bas.

Qu'est-ce que la radiothérapie?

La radiothérapie est l'utilisation de rayons X ou d'électrons pour le traitement de tumeurs (bénignes ou malignes).

Un appareil (accélérateur linéaire) est placé à courte distance du corps. À partir de cet appareil, des rayons sont dirigés sur les zones jugées à risque de récurrence à une dose déterminée au préalable. Cet appareil peut se déplacer dans plusieurs directions.

La précision et le bon fonctionnement des appareils sont vérifiés quotidiennement par votre équipe de traitement.

Le but du traitement est de détruire les cellules cancéreuses tout en respectant les tissus sains avoisinants.

Il s'agit d'un traitement sans douleur, sans odeur et invisible. Une fois le traitement terminé, l'appareil ne dégage pas de radioactivité. Vous ne devenez pas radioactive à la suite de vos traitements. Il n'y a donc aucun danger pour votre entourage.

Radiothérapie et autres formes de traitement

Pour certains types de tumeurs, la radiothérapie est utilisée seule. Dans d'autres cas, elle est utilisée en combinaison avec la chirurgie et/ou la chimiothérapie et/ou l'hormonothérapie (anti-hormones).

Le choix du traitement est basé sur des pratiques reconnues. De plus, il est le résultat d'une décision commune entre vous et les médecins impliqués dans votre dossier.



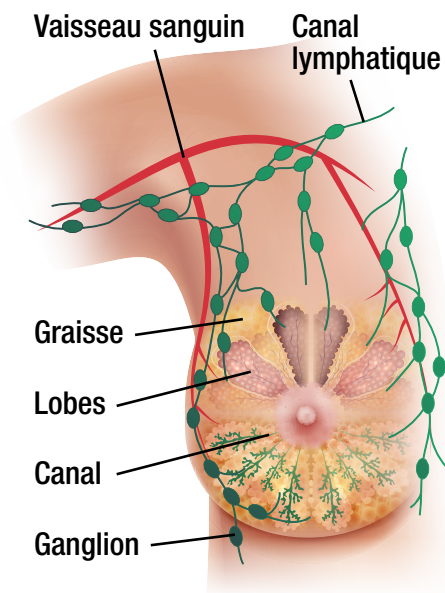
Première visite

Évaluation de votre dossier médical

Dans la majorité des cas, aucun traitement n'est donné lors de la première visite en radio-oncologie. À ce moment, votre radio-oncologue analysera votre dossier et votre état de santé afin de prescrire le traitement approprié.

Il est important de savoir que d'autres étapes sont nécessaires avant votre premier traitement. Il y aura donc un délai d'attente entre votre premier rendez-vous et votre premier traitement.

Lors de cette visite, il est important de mentionner à votre médecin si vous êtes porteur d'un appareil électronique implanté ou autre. (Exemple: Pacemaker, pompe à insuline, appareil auditif). Selon les recommandations du fabricant, certains appareils doivent être retirés pour les examens de préparation ou pour les traitements afin d'éviter leur bris.





Deuxième visite *Planification du traitement*

Ces étapes durent de 40 minutes à 1 h 15.



1. Le moulage (si nécessaire)

Les technologues vous guideront afin de vous installer dans une position de traitement la plus confortable possible. Cette position sera la même pour toutes les étapes du traitement. Il est donc important de leur mentionner si vous avez de l'inconfort ou de la douleur.

2. La tomодensitométrie (TDM)

Un examen est effectué pour localiser la région à traiter. Il permet la prise de mesures pour établir la meilleure façon de vous administrer la dose de radiation requise pour vous traiter.

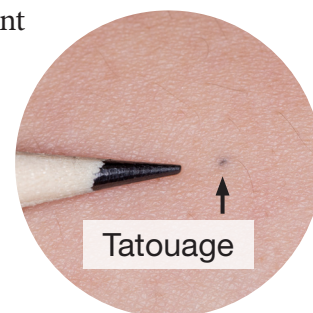
Il est important de ne pas bouger pendant cet examen.

Une injection d'iode peut être nécessaire. Si c'est le cas, on vous dira à partir de quel moment vous devrez être à jeun pour votre examen.

Le marquage

Des marques seront dessinées sur votre peau. Elles servent de points de repère qui seront utiles aux technologues pour vous positionner adéquatement. Ne soyez pas inquiète, ces marques dépassent souvent l'étendue de la région à traiter. Il existe deux types de marque : **les tatouages** et **les dessins à l'encre rouge**.

- **Les tatouages** sont permanents. Il n'y a donc pas de risque de les effacer.
- **Les dessins à l'encre rouge** sont des marques temporaires. Vous devrez les garder tout au long du traitement. Il ne faut pas les effacer, car ces marques sont importantes pour assurer la précision du traitement.



Quelques conseils :

- Lorsque vous vous lavez, ne dirigez pas directement le jet d'eau sur vos marques.
- Vous pouvez vous essuyer en épongeant la peau avec une serviette. Ne frottez pas la peau.
- Attention, l'encre tache les vêtements.

Si les marques semblent s'effacer, contactez le service de radio-oncologie.

Nous vous conseillerons sur la marche à suivre.

3. Période d'attente avant les traitements

À la suite de la tomодensitométrie, il faut prévoir un temps d'attente afin de bien planifier votre plan de traitement. Les technologues présents à la tomодensitométrie vous renseigneront sur la durée de ce délai. Celui-ci peut être plus long si votre médecin attend des résultats d'examen. Dans tous les cas, nous respecterons les normes établies par le ministère de la Santé et des Services sociaux.

Vous serez avisée par téléphone de la date et de l'heure de votre premier traitement. Les traitements peuvent débuter n'importe quel jour de la semaine.

Les traitements

Le nombre de traitements requis

Le nombre de traitements de radiothérapie dépend de l'évaluation de votre état de santé et de votre dossier.

Ce nombre ne correspond pas à la gravité de la maladie.

Habituellement, les traitements se donnent quotidiennement cinq jours par semaine, du lundi au vendredi. Ils s'étendent sur une période de 1 à 6 semaines selon le type de maladie.

Il peut arriver que votre appareil soit fermé une journée ou deux pour un entretien. Vous en serez avisée quelques jours à l'avance.

Lors de vos traitements, vous rencontrerez d'autres patients. Il est important de vous rappeler que votre traitement est individualisé. Il est personnalisé et adapté à vos besoins.

Le déroulement d'un traitement

Vous serez toujours accueillie par un technologue en radio-oncologie. Il connaît bien votre plan de traitement. Il prendra le temps de répondre à vos questions. Les technologues seront présents tout au long de vos traitements. Selon les marques tracées sur votre peau, vous serez installée en position de traitement sous l'appareil.

Il est important de ne pas bouger pendant le traitement pour en assurer la précision. Vous pouvez cependant respirer normalement, à moins qu'on vous ait indiqué que votre traitement serait par technique d'inspiration bloquée. Vous pouvez visionner une vidéo d'un exemple de la technique d'inspiration bloquée à cette adresse : www.chudequebec.ca/patient/maladies,-soins-et-services/traitements-et-examens/traitements/radiotherapie-par-technique-d-inspiration-bloquee.aspx

Les technologues ne restent pas dans la salle pendant que l'appareil est en marche. Ils sont dans une pièce de contrôle adjacente et vous observent sur un écran. Ils vous entendent constamment et peuvent entrer en communication par interphone.

La radiation ne dure que quelques minutes. Cependant, il faut prévoir environ 20 à 40 minutes pour le positionnement et le traitement.

Des images de vérifications sont prises à chaque traitement. Elles ont pour but de vérifier votre position et non de renseigner sur la réponse aux traitements.



Les effets secondaires des traitements

La radiothérapie est un traitement qui peut parfois affecter les tissus normaux et causer des effets secondaires.



418 691-5264

Il peut y avoir, en de rares occasions, d'autres effets secondaires que nous ne pouvons prévoir.

Toutefois, si vous présentez des effets secondaires qui vous incommodent, n'hésitez pas à nous recontacter.

Il est possible que certains accessoires soient utilisés pour vous aider à garder cette position.



Ces effets ne se produisent pas toujours. Leur gravité dépend de la personne, du type de maladie, de la dose de radiation et surtout de la région traitée.

Voici la liste des effets secondaires possibles et le moment de leur apparition

Pendant les traitements et dans les deux semaines suivantes :

La plupart de ces effets secondaires sont temporaires et disparaissent dans les semaines suivant la radiothérapie.

- Rougeur, irritation et sécheresse de la peau traitée (comme un « coup de soleil »). Cela peut mener à une perte de la couche superficielle de la peau (peau qui pèle)
- Gonflement, enflure du sein et/ou de la paroi thoracique
- Inconfort, douleur au sein et/ou à la paroi thoracique
- Fatigue

À la fin des traitements et dans les 6 mois suivants :

- Bronzage dans la région traitée
- Enflure du sein et/ou de la paroi thoracique
- Inconfort, sensation de muscles endoloris, douleur au sein et/ou à la paroi thoracique pouvant fluctuer pendant plusieurs mois

Les effets secondaires rares

(1 patiente sur 100 : 1 %) :

- Réaction au poumon
 - Survient dans les 6 mois après la radiothérapie
 - Toux, fièvre, essoufflement
 - Disparaît seule en quelques mois ou avec de la médication lorsque les symptômes sont incommodants

Les effets secondaires très rares

(1 patiente sur 1 000 : 0.1%) :

- Si traitement pour un cancer du sein **gauche** :
 - Irritation de l'enveloppe du cœur (péricardite)

Dans les mois ou les années après la radiothérapie :

Les effets secondaires probables :

- Changement dans l'apparence du sein :
 - Sein plus ferme
 - Sein plus petit ou plus gros
 - Mamelon ou peau plus pâle ou plus foncé
- Inconfort, douleur au sein et/ou à la paroi thoracique
- Paroi thoracique moins souple
- Si prothèse mammaire : en plus des effets secondaires décrits ci-haut, risque de formation d'une capsule rendant la prothèse plus ferme et inconfortable

Les effets secondaires rares

(1 patiente sur 100 : 1 %) :

- Fracture de côtes
- Apparition de vaisseaux sanguins sur la peau
- Si traitement pour un cancer du sein **gauche**
 - augmentation du risque de maladie cardiaque

Les effets secondaires très rares

(1 patiente sur 1 000 : 0.1 %) :

- Cancer causé par la radiothérapie dans la zone traitée
 - Les bienfaits du traitement sont supérieurs à ce très faible risque

Les effets secondaires s'il y a traitement des ganglions :

- Augmentation du risque d'enflure du bras et de la main (lymphoedème) du côté traité
- Augmentation du risque de raideur à l'épaule

Le suivi médical

En cours de traitement, votre radio-oncologue vous rencontrera environ une fois par semaine. Aucune prise de rendez-vous n'est nécessaire. Un horaire est affiché dans la salle d'attente chaque semaine et vous indiquera le jour où votre radio-oncologue vous rencontrera. Cet horaire vous sera expliqué à votre premier traitement.

Recommandations pendant les traitements et dans les deux semaines suivantes

Conseils généraux



- Avisez le technologue, l'infirmière ou le radio-oncologue si vous ressentez des effets secondaires. Si vous avez terminé les traitements de radiothérapie : vous pouvez nous contacter au **418 691-5264**.
- Assurez-vous de bien vous reposer tout en restant active.
- Maintenez votre poids. Si vous constatez que vous avez perdu du poids, il est important d'en discuter avec votre médecin.
- Soutien-gorge : vous pouvez porter ou non un soutien-gorge (celui de votre choix).
- Veuillez débiter les exercices qui vous ont été recommandés pendant et après la radiothérapie.
 - Consultez les exercices à cette adresse : <https://www.chudequebec.ca/patient/maladies,-soins-et-services/traitements-et-examens/traitements/programme-d-exercices-pendant-et-apres-la-radiothe.aspx>
 - Visionnez également cette vidéo produite par le CISSS de la Montérégie-Centre pour d'autres exercices : https://santemonteregie.net/formation/capsule4/story_html5.html
- Il vous est également recommandé de faire ce Programme d'exercices pendant et après la radiothérapie.
- **Si vous êtes en âge de tomber enceinte, assurez-vous d'avoir un moyen de contraception efficace pendant vos traitements.**

Conseils sur l'hygiène et les soins de la peau



- Utilisez de l'eau tiède et un savon doux non parfumé sur la région traitée de façon modérée. **Attention aux marques sur la peau, il ne faut pas les effacer, car elles sont très importantes pour assurer la qualité ainsi que la précision du traitement.**
- Gardez cette région bien sèche; ne frottez pas la peau traitée avec une serviette rude, mais asséchez-la complètement en épongeant avec une serviette douce. Dans certaines situations particulières, le séchoir à l'air frais sera recommandé par le radio-oncologue.
- **Évitez le frottement sur les surfaces traitées.** Essayez de porter des vêtements amples et en coton. Exposez la partie traitée à l'air libre régulièrement.
- N'appliquez pas de compresses d'eau sur la région traitée pour calmer la démangeaison ou la douleur.
- Appliquez, une crème hydratante non parfumée une ou plusieurs fois par jour sur la région traitée. Évitez d'en mettre sur les marques : elle peut les effacer. Il n'y a pas de contre-indication à appliquer la crème avant de venir à votre traitement. De plus, il n'est pas nécessaire de nettoyer la peau avant le traitement si vous avez appliqué une crème.

- Évitez le rasage de l'aisselle pendant les traitements. Si vous devez le faire, faites-le avec précaution afin de diminuer les risques d'irritation et de coupures (avec un rasoir à lames ou électrique).
- L'usage des déodorants à la place des antisudorifiques est suggéré pendant le traitement. Il n'y a pas de problème à l'appliquer avant de venir à votre traitement. (Si vous n'êtes pas satisfaite du déodorant, vous pouvez reprendre l'antisudorifique.)
- À la fin des traitements de radiothérapie, si vous avez des marques à l'encre rouge, vous pouvez les enlever avec un produit hydratant non parfumé.
- Selon l'intensité de la réaction de votre peau à la radiothérapie, un pansement ou une crème spécifique peut parfois vous être prescrit.

*** | À moins d'avis contraire du médecin, vous pouvez reprendre progressivement les soins d'hygiène corporelle normaux deux semaines après la fin des traitements.**

Conseils sur l'exposition au soleil et la baignade



- N'exposez pas la région traitée au soleil pendant les traitements. Par la suite, un écran solaire est recommandé si vous exposez la région traitée au soleil.
- Baignade:
 - Si la peau n'est pas irritée/rouge, vous pouvez vous baigner.
Attention aux marques sur la peau, il ne faut pas les effacer.
 - S'il y a de l'irritation de la peau, vous pouvez vous baigner sans mouiller la zone traitée.
- Spa :
 - N'est pas recommandé pendant les traitements et dans les deux semaines après les traitements ou jusqu'à ce que l'irritation de la peau soit résolue.

Conseils sur l'arrêt tabagique



- L'arrêt tabagique est souhaitable pendant vos traitements et de façon permanente après vos traitements. Vous pouvez obtenir du soutien sur le site quebecsanstabac.ca ou en composant le 1-866 JARRETE (1-866-527-7383). Parlez-en également avec votre médecin ou votre pharmacien afin de déterminer si d'autres types d'aide seraient possibles pour vous.

*** | Pour tout complément d'information sur le cancer du sein, vous pouvez aussi consulter le site Web du Centre des maladies du sein : maladiesdusein.ca**



Radio-oncologie

Ce guide émet des recommandations conformes aux informations scientifiques disponibles au moment de sa parution, soit en septembre 2023. Toutefois, ces recommandations n'ont aucunement pour effet de remplacer le jugement d'un clinicien. Si vous avez des questions, nous vous invitons à communiquer avec votre professionnel de la santé.

Aucune reproduction complète ou partielle de ce document n'est permise sans l'autorisation écrite du CHU de Québec-Université Laval.

© CHU de Québec-Université Laval, 2023

09/2023, produit par le service des communications

Imprimé sur papier certifié FSC® Recyclé, ÉcoLogo et Procédé sans chlore



100 % postconsommation



Fabriqué à partir d'énergie biogaz