



The Ottawa Hospital | L'Hôpital d'Ottawa

# Comprendre la chimiothérapie

Centre de cancérologie de L'Hôpital d'Ottawa  
Adapté du document *Chemotherapy and You* du Cross Cancer Institute  
January 2007




Compassionate People. World-Class Care. Des gens de compassion. Des soins de calibre mondial.



The Ottawa Hospital | L'Hôpital d'Ottawa

## Aperçu

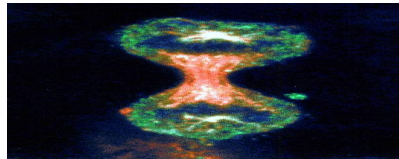
- Introduction
- Qu'est-ce que le cancer?
- Comment traite-t-on le cancer?
- Comment fonctionne la chimiothérapie?
- Comment la chimiothérapie est-elle administrée?
- Quels sont les effets indésirables de la chimiothérapie et comment les soulage-t-on?
- Obstacles à surmonter sur le plan émotionnel et social
- Aide-mémoire
- Avez-vous des questions?



Compassionate People. World-Class Care. Des gens de compassion. Des soins de calibre mondial.

## Qu'est-ce que le cancer?

- Un regroupement de plus de 120 différentes maladies
- Dénominateur commun : cellules qui se développent rapidement et de façon incontrôlable
- Le type de cancer tire son nom du point d'origine des cellules cancéreuses
- Consultez la bibliothèque Ninon Bourque pour obtenir plus de renseignements.



## Comment traite-t-on le cancer?

- Tout dépend du type et du stade d'évolution du cancer
- Chirurgie
- **Chimiothérapie**
- Radiothérapie
- Hormonothérapie
- Immunothérapie



## Comment fonctionne la chimiothérapie?

- Traitement systémique
  - Passe par la circulation sanguine
  - Atteint toutes les parties du corps
  - Agit sur la façon dont se divisent les cellules
- Combinaison de traitements
  - Différents médicaments administrés en même temps
  - Administrés par différentes *voies* (orale ou intraveineuse)
  - Chimiothérapie combinée à la radiothérapie
- Exerce son action sur les cellules qui se divisent rapidement
  - Cellules saines ou cancéreuses

## Comment la chimiothérapie est-elle administrée?

- *Par voie orale* – par la bouche



- *Par voie intraveineuse*
- *Une combinaison des deux*

Durée des traitements

- Un traitement dure entre 15 minutes et 6 heures selon les médicaments administrés.



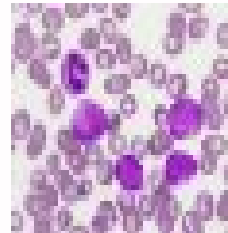
## Quels sont les effets indésirables de la chimiothérapie?

- Les effets indésirables varient selon
  - la personne
  - le type de traitement
- Les effets indésirables courants peuvent être soulagés.

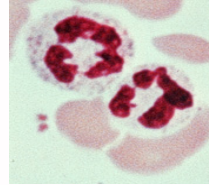
## Aplasie médullaire

Qu'est-ce que la moelle osseuse?

- La moelle osseuse produit des globules sanguins.
- Globules blancs
  - Protègent le corps contre les infections
- Globules rouges
  - Approvisionnent le corps en oxygène
- Plaquettes
  - Aident le sang à coaguler (à former des caillots) pour arrêter une hémorragie



## Diminution du nombre des globules blancs



- Les globules blancs (GB) s'attaquent à différents virus, allergènes et bactéries.
- Les *neutrophiles* sont les globules blancs les plus communs.
  - Les neutrophiles protègent le corps contre les infections bactériennes.
  - La chimiothérapie peut réduire le nombre de neutrophiles.
  - Une faible quantité de neutrophiles signifie un **risque élevé** d'infection.

## Comment prévenir les infections?

- Ce n'est pas toujours possible.
- Lavez-vous bien les mains et souvent.
- Maintenez une hygiène buccale régulière.
- Continuez d'utiliser la soie dentaire si vous le faites déjà.
  - Passez la soie dentaire doucement entre vos dents pour éviter de vous couper les gencives.
- Évitez d'être en présence de personnes qui ont une maladie contagieuse (p. ex. la grippe).
- Ne nettoyez pas de cages d'oiseaux ou la litière d'animaux.



## Quel est le signe le plus important d'infection?

- **La fièvre!**
  - Peut s'accompagner de gros frissons
- **Si vous commencez à vous sentir malade**
  - Prenez votre température avec un thermomètre buccal.
  - Si votre température dépasse 38 °C (100,4 °F), appelez votre infirmière attitrée ou rendez-vous à l'Urgence du Campus Général ou à l'Urgence de votre hôpital local si vous habitez à l'extérieur d'Ottawa.
- **NE PRENEZ PAS** de Tylenol, d'Aspirine ni aucun autre médicament contre la fièvre avant d'avoir vu une infirmière ou un médecin.

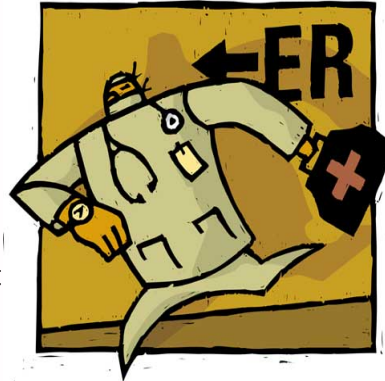
## Si vous vous rendez à l'Urgence...

### Renseignements importants à donner

- Je fais de la fièvre ou j'ai des signes d'infection
- Je suis atteint(e) du cancer
- J'ai récemment reçu de la chimiothérapie
- Date du dernier traitement
- Nom des médicaments
- Nom de votre oncologue

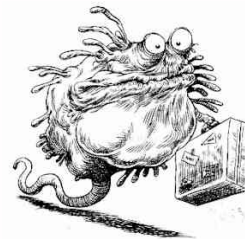
## Que se passera-t-il à l'Urgence?

- Le médecin de l'Urgence va vous évaluer.
- On fera une analyse sanguine.
- Le traitement dépendra des résultats de l'analyse sanguine.
- Il pourrait être nécessaire de vous hospitaliser.
- On vous donnera probablement des antibiotiques par voie intraveineuse ou par la bouche.

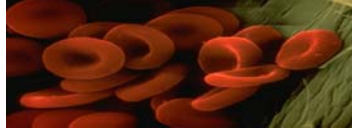


## Autres signes et symptômes d'infection

- Rougeur et sensibilité de la peau
- Éruption cutanée (rash)
- Mal de gorge ou ulcères dans la bouche
- Toux productive
- Besoin d'uriner souvent et sensation de brûlure
- Démangeaisons et sensation de brûlure dans la région des organes génitaux



## Diminution du nombre des globules rouges / Anémie



La chimiothérapie peut faire baisser la quantité de globules rouges.

- Habituellement, une baisse lente et graduelle
- Peut causer de l'anémie

L'anémie ou la diminution du nombre des globules rouges peut entraîner de la faiblesse, de la fatigue, des étourdissements, des maux de tête et de l'essoufflement.

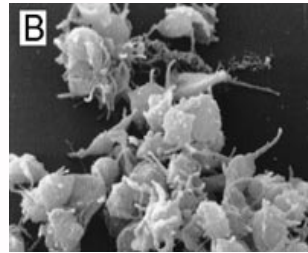
## Diminution du nombre des plaquettes

Peut entraîner :

- des saignements de nez ou des gencives
- la présence de sang dans l'urine ou les selles
- la présence de petites rougeurs sur la peau

Si votre taux de plaquettes est bas :

- Ne prenez pas de médicaments qui contiennent de l'aspirine.
- Faites attention de ne pas vous couper avec des objets tranchants ou pointus.
- Utilisez une brosse à dents à poils souples.
- Continuez à utiliser la soie dentaire si vous le faites déjà.
  - Passez-la doucement entre vos dents pour éviter de vous couper les gencives.
- Si vous avez des ecchymoses (bleus) ou des saignements inhabituels, informez-en votre infirmière attitrée.





## Analyses de sang avant les traitements

- Des analyses de sang doivent être effectuées dans les 48 heures précédant chaque séance de chimiothérapie.
- Si les taux de vos globules sont bas, votre traitement pourrait être reporté.
- Lisez le Feuillelet d'information sur les analyses de sang.

## Perte des cheveux

- La quantité de cheveux perdus varie selon le type de médicament chimiothérapeutique utilisé.
- Survient 2 ou 3 semaines après le début des traitements.
- Cet effet est presque toujours temporaire.
- À envisager :
  - Faites couper vos cheveux très courts.
  - Magasinez dès que possible pour une perruque.
  - Couvrez-vous la tête pour vous garder au chaud.
  - Évitez les permanentes et les teintures durant votre chimiothérapie.
  - Participez au programme « Être belle et bien dans sa peau » ou « Être beau et bien dans sa peau », selon le cas.

## Ulcères dans la bouche

- Causés par :
  - certains médicaments chimiothérapeutiques
- Pour les prévenir ou les soulager :
  - Si vous avez besoin de soins dentaires, prévoyez aller chez le dentiste avant le début de vos traitements.
    - Si vous avez besoin de soins dentaires majeurs, parlez-en **d'abord** avec votre oncologue.
  - Rincez-vous la bouche toutes les 2 à 4 heures avec un mélange de sel et de bicarbonate de soude.
  - Utilisez une brosse à dents à poils souples.
  - Évitez les rince-bouche commerciaux.
  - Évitez l'alcool et le tabac.
    - Ils assèchent la bouche.
  - Évitez les aliments qui peuvent irriter la bouche.
    - aliments chauds, froids, épicés; rôties sèches et bonbons durs
- Appelez votre infirmière attitrée si vous avez des taches blanches dans la bouche et une couche blanche sur la langue.



## Nausée et vomissements

L'intensité varie selon le type des médicaments chimiothérapeutiques utilisés.

Pour les prévenir ou les soulager :

- Prenez les médicaments contre la nausée qui vous ont été prescrits.
- N'attendez pas que la nausée empire.
- Prenez plusieurs petits repas durant la journée.
- Évitez de manger des aliments épicés, gras, sucrés ou qui dégagent une forte odeur.
- Buvez de 6 à 8 verres d'eau par jour.
- Évitez l'alcool.



## Constipation

- Causée par :
  - certains médicaments chimiothérapeutiques
  - certains médicaments contre la nausée
  - certains médicaments contre la douleur (analgésiques)
  - une consommation réduite de fibres et de liquides
  - le stress ou un manque d'exercice.
- Pour prévenir ou soulager la constipation :
  - Mangez plus d'aliments contenant des fibres.
  - Buvez plus de liquides (8 à 10 verres d'eau par jour).
  - Faites plus d'activités.
  - Appelez votre infirmière attitrée si vous n'êtes pas allé(e) à la selle depuis 3 jours.



## Diarrhée

- Causée par :
  - certains médicaments chimiothérapeutiques
  - chirurgie de l'intestin
  - certains types de radiation
  - certains antibiotiques.
- Pour prévenir ou soulager la diarrhée :
  - Mangez des aliments qui contiennent peu de fibres (bananes, riz, rôties sèches, compote de pommes). Évitez les produits laitiers.
  - Évitez les produits qui stimulent l'intestin (laxatifs et certains aliments) et les aliments qui donnent des gaz.
  - Appelez votre infirmière attitrée si vous avez plus de 6 selles par jour pendant 24 heures.



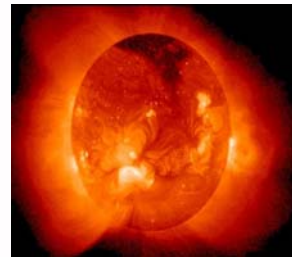
## Fatigue

- Effet indésirable le plus courant
- Pour prévenir ou atténuer la fatigue :
  - Prenez de courtes périodes de repos de 20 à 30 minutes.
  - Équilibrez repos et activités physiques.
  - Faites des exercices légers.
  - Accordez la priorité à vos activités régulières.
  - Acceptez l'aide de vos amis et de votre famille.
  - Établissez vos limites.



## Photosensibilité

- Causée par :
  - de nombreux types de médicaments chimiothérapeutiques
- Pour prévenir ou atténuer la photosensibilité :
  - appliquez un écran solaire (FPS 30)
  - couvrez-vous quand vous sortez à l'extérieur.



## Sexualité

- Système hormonal
  - Diminution du nombre des spermatozoïdes
  - Ménopause prématurée
  - Il faut éviter de devenir enceinte
  - Utilisez un condom pendant qu'un des deux partenaires reçoit de la chimiothérapie
- Libido
  - Une baisse de la libido est fréquente.
  - Communiquez ouvertement et faites preuve de compréhension.



## Obstacles à surmonter sur le plan émotionnel et social

- Continuez à faire vos activités normales si vous vous en sentez capable.
- Mettez l'accent sur ce que vous **pouvez faire**.
- Entourez-vous de gens positifs.
- N'hésitez pas à demander de l'aide.
- Gardez votre sens de l'humour.
- Trouvez ce qui vous convient le mieux.
- Demandez l'aide d'une travailleuse sociale.





## Aide-mémoire

- Apportez un livre ou faites-vous accompagner quand vous venez à vos rendez-vous.
- Apportez une couverture confortable et un petit oreiller dans la salle de traitement.
- Il faudra procéder à une analyse sanguine.
- Les effets indésirables peuvent être soulagés.
- Écrivez vos questions.
- Utilisez un carnet-santé pour :
  - y inscrire les médicaments que vous prenez, les résultats de vos tests et les détails concernant vos rendez-vous.
- Votre médecin de famille fait aussi partie de l'équipe.
- Si vous recevez d'autres traitements, faites-le-nous savoir.
- Gardez une vie équilibrée.
- Quand vous venez à vos traitements :
  - Faites-vous accompagner d'**un seul** membre de la famille ou d'un ami.
  - N'amenez pas d'enfant avec vous.



## Pourquoi mon infirmière de chimiothérapie porte-t-elle des gants et une blouse d'hôpital?

- La chimiothérapie est un traitement « sur mesure » pour les personnes qui en ont besoin. C'est un traitement qui leur **est bénéfique**.
- L'infirmière peut être exposée à beaucoup de séances de chimiothérapie chaque jour. Cela peut lui **être nuisible**.
- L'infirmière peut ressentir les effets indésirables de la chimiothérapie si une trop grande quantité de médicaments chimiothérapeutiques sont accidentellement absorbés par la peau.

## Faut-il prendre des mesures supplémentaires à la maison?

- Oui. Au cours des **premières 48 heures** suivant un traitement de chimiothérapie, il faut prendre certaines précautions.
- La chimiothérapie tue le cancer dans la région du corps atteinte, mais le corps en élimine une petite quantité « non utilisée » après le traitement.
- Il faut donc :
  - tirer la chasse deux fois après être allé aux toilettes en rabaisant le couvercle
  - laver à la machine les vêtements et la literie tachés de vomissures ou d'urine **deux fois** et séparément de votre autre lessive
  - Vous pouvez continuer à laver la vaisselle et les ustensiles comme d'habitude.

## Quand faut-il appeler pour avoir de l'aide?

- **Si vous avez les symptômes suivants, appelez le 9-1-1 pour qu'une ambulance vous transporte à l'urgence la plus près :**
  - Essoufflement récent ou qui s'aggrave
  - Douleur à la poitrine récente et soudaine
  - Baisse du niveau de conscience
  - Hémorragie soudaine
  - Douleur récente au dos et difficulté à marcher



The Ottawa Hospital | L'Hôpital d'Ottawa

## Appelez votre infirmière désignée...

- **si vous avez un ou plusieurs des symptômes suivants durant les heures normales de clinique (lundi au vendredi, de 9 h à 16 h) :**
  - fièvre (température qui dépasse 38 °C (100,4 °F) ou gros frissons
  - vomissements qui durent plus de 24 heures
  - incapacité de boire pendant plus de 24 heures
  - diarrhée (plus de 6 selles molles dans 24 heures)
  - présence de sang dans l'urine ou les selles
  - enflure récente, décoloration de la peau, douleur ou changement de température dans les jambes, les bras ou le cou
  - douleur récente ou qui s'aggrave et qui ne peut pas être soulagée
  - ulcères dans la bouche
  - rougeur, enflure et douleur accrue au point d'injection du médicament chimiothérapeutique.
- **Après les heures d'ouverture et lors des jours fériés, rendez-vous à l'Urgence du Campus Général. Si vous habitez à l'extérieur d'Ottawa, rendez-vous à l'Urgence la plus près.**

Compassionate People. World-Class Care. Des gens de compassion. Des soins de calibre mondial.



The Ottawa Hospital | L'Hôpital d'Ottawa

## Avez-vous des questions?



Compassionate People. World-Class Care. Des gens de compassion. Des soins de calibre mondial.