

# Classe d'enseignement en cancérologie



## Radiothérapie pour le sein

Présentée par  
votre équipe de soins

*Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Est-de-  
l'Île-de-Montréal*

Québec 



# **1. Introduction et informations importantes**



**Cette présentation est une introduction  
aux traitements de radiothérapie pour le sein.**

**L'objectif est de vous informer et de vous préparer  
à votre trajectoire de soins afin que vous débutiez  
votre parcours dans les meilleures conditions.**

**Notre expertise en cancérologie est reconnue au Québec comme à l'international. Il s'agit de l'un de nos axes d'excellence.**

**Nos experts de pointe travaillent avec les plus grandes équipes de recherche à travers le monde. Ils vous soutiendront tout au long de votre parcours de soins.**

**Vous êtes entre bonnes mains.**





# NOTRE ÉQUIPE INTERDISCIPLINAIRE

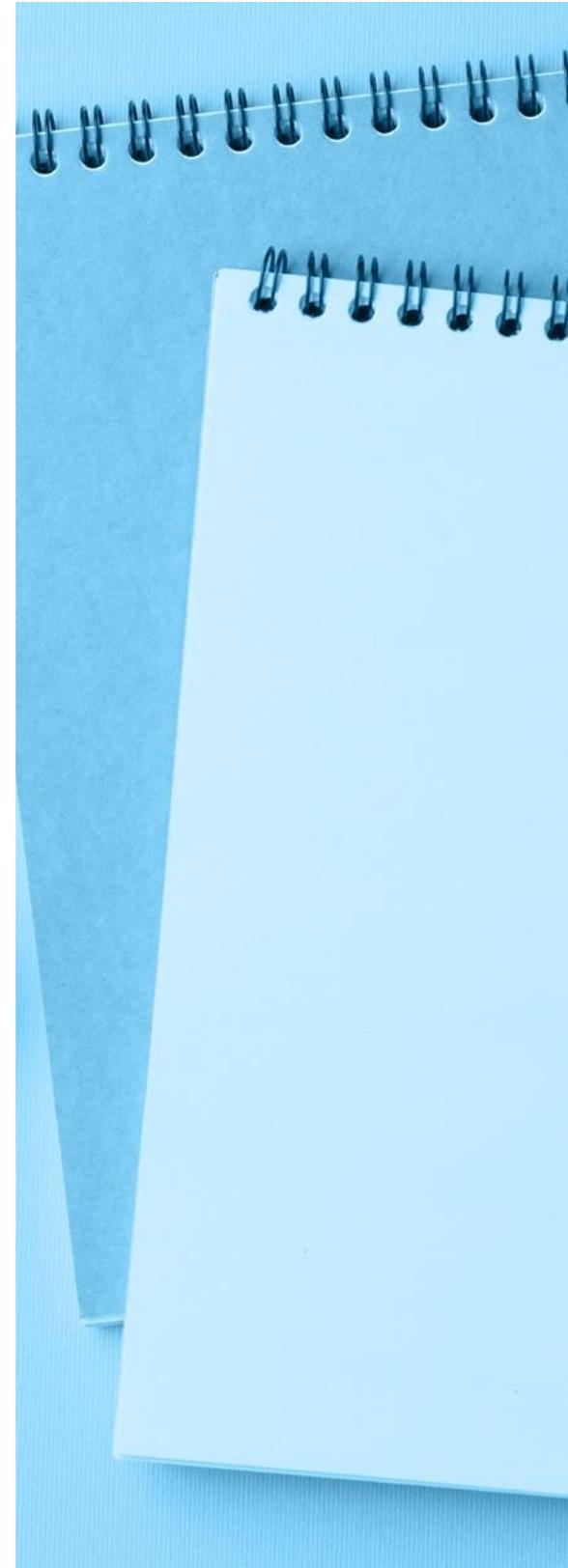
En radio-oncologie:

- vous serez suivie par
  - un radio-oncologue;
  - des infirmières;
  - des technologues.
- vous verrez au besoin
  - un travailleur social;
  - un psychologue.

Plusieurs autres professionnels offrent des soins à notre clientèle, selon les besoins médicaux de chacun.

# QUELQUES PRÉCISIONS DE DÉPART

- Cette présentation a pour but de vous offrir de l'information générale, car chaque patiente a une trajectoire de soins qui lui est propre.
- Si vous avez des questions plus personnelles, nous vous invitons à les noter et à en faire part au technologue qui communiquera avec vous sous peu.
- L'usage des photos plus cliniques que vous verrez dans cette présentation a été autorisé par l'une de nos patientes.





## **SE SOUVENIR ÉGALEMENT**

**... qu'il est préférable d'éviter de se comparer aux autres patientes, car chaque cas est unique.**



## **2. Le cancer et la radiothérapie expliqués simplement**



# LE CANCER

- Notre corps est constitué d'une multitude de cellules qui ont la capacité de se diviser et de se reproduire selon une séquence précise.
- Pour des raisons souvent inconnues, certaines cellules peuvent commencer à se diviser de façon incontrôlée.
- C'est à ce moment qu'une tumeur maligne (un cancer) peut se développer et se propager dans le corps humain.



# LA RADIOTHÉRAPIE

- La radiothérapie est l'utilisation de **radiation pour détruire les cellules cancéreuses** et empêcher leur réapparition.
- Elle **peut également détruire certaines bonnes cellules** qui se trouvent dans les champs de traitement.
- Les dommages causés à ces cellules peuvent **provoquer des effets secondaires**.

# **ALERTE AUX FAUSSES CROYANCES!**

**Vous ne serez pas radioactive.**

**Vous ne présenterez aucun danger pour  
votre famille et votre entourage dû aux  
traitements de radiothérapie.**





# LE NOMBRE DE TRAITEMENTS REQUIS

- Votre médecin peut vous prescrire entre 5 et 30 séances.
- Les traitements se donnent 5 jours par semaine, sauf lors de congés fériés et les journées où votre appareil de traitement est en entretien préventif, auquel cas vous serez prévenue.
- Votre horaire de traitement peut varier selon le nombre de traitements prescrits.



# **3. Votre trajectoire de soins**

**Comprendre votre plan de traitement vous permettra de mieux vous préparer à vos traitements et d'adopter un comportement sécuritaire face à ceux-ci.**

**Avant le début de vos traitements, la séquence sera la suivante:**

- **rencontre (en présence ou téléphonique) avec le radio-oncologue et détermination d'un plan de traitement;**
- **enseignement sur la radiothérapie;**
- **planification (quelques jours après l'enseignement);**
  - **fabrication d'accessoires (si requis);**
  - **scan de planification.**
- **préparation de votre dossier (nécessite 6 à 10 jours après le scan de planification).**



## **4. Avant le traitement: le scan de planification**

En phase de planification, le scan effectué sert uniquement à préparer vos traitements avec précision.

Il ne s'agit pas d'un scan de diagnostic ni d'un traitement.

La durée approximative totale à prévoir pour votre rendez-vous est de 30 à 45 minutes.

\* Prévoir 30 minutes de plus si la fabrication d'accessoires est requise pour vos traitements.

Durant votre rendez-vous, nous déterminerons le positionnement à reproduire pour vos traitements.

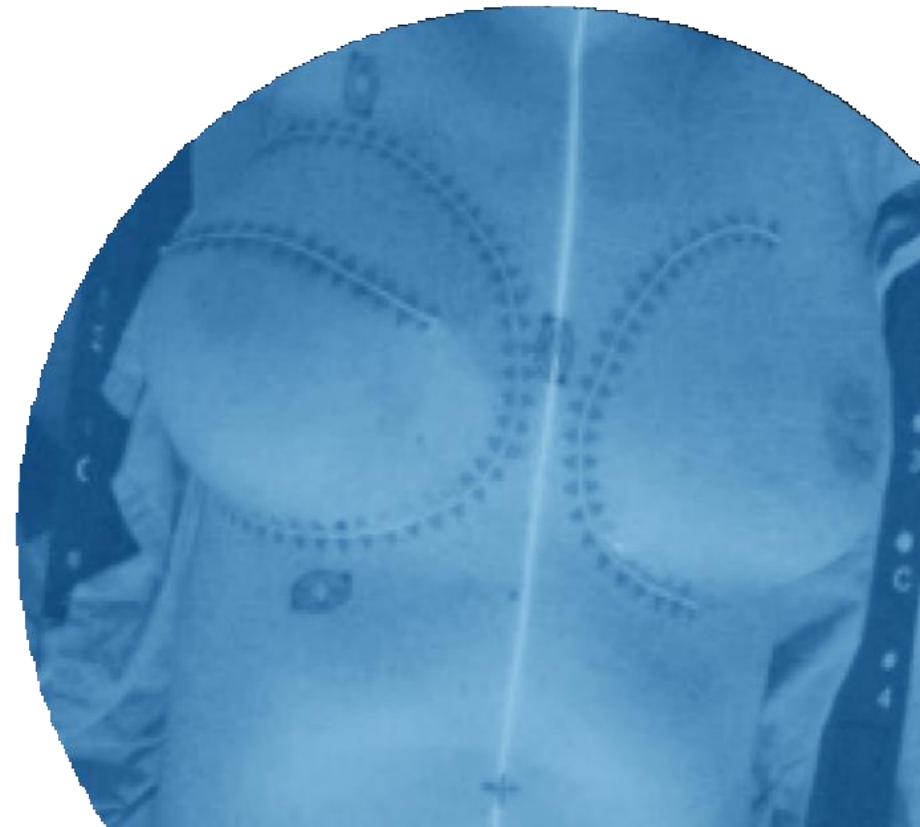
Nous vous demanderons:

- **d'être aussi « détendue » que possible** pour être confortable;
- **de rester immobile** pour assurer la précision de la démarche de préparation.



# LE SCAN : DÉROULEMENT

- De très petites billes et des fils métalliques seront collés sur votre peau. Ils servent à mettre en évidence des structures importantes pour le médecin.
- Des photos seront prises par mesure de sécurité supplémentaire pour préciser la position et assurer un suivi aux prochaines étapes.



# LE SCAN: DÉROULEMENT

Des repères de positionnement seront tracés sur votre peau:

- il s'agit de 6 points de tatouage permanents de la taille d'une tête d'aiguille ou de la pointe d'une mine de crayon;
- chaque point sera entouré d'un cercle tracé au marqueur non permanent.

Nos technologues vous remettront une **feuille de recommandations** à suivre pour la durée de vos traitements.





# L'ENTRETIEN DES REPÈRES DE POSITIONNEMENT

À la maison, vous devrez éviter de frotter les repères de positionnement au moment de vous laver.

Il sera normal de les voir pâlir avec le temps. Nous nous assurerons de les retracer lors de vos prochaines visites.

**Ces repères sont nécessaires pour vous installer avec précision à chacun de vos traitements.**

# LA PRÉPARATION DE VOTRE DOSSIER

Pendant les 6 à 10 jours ouvrables suivant votre rendez-vous de scan, l'équipe préparera et vérifiera votre dossier.

Votre dose de radiation personnalisée sera alors calculée.



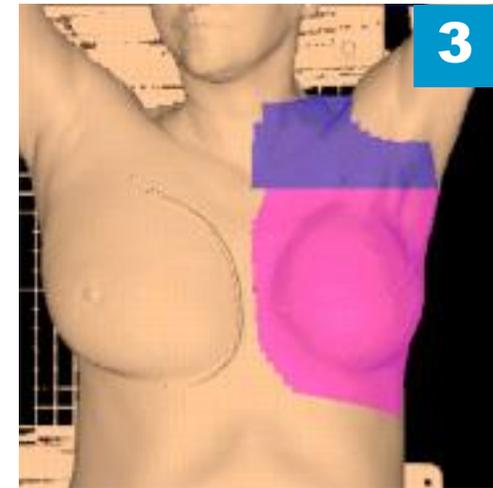
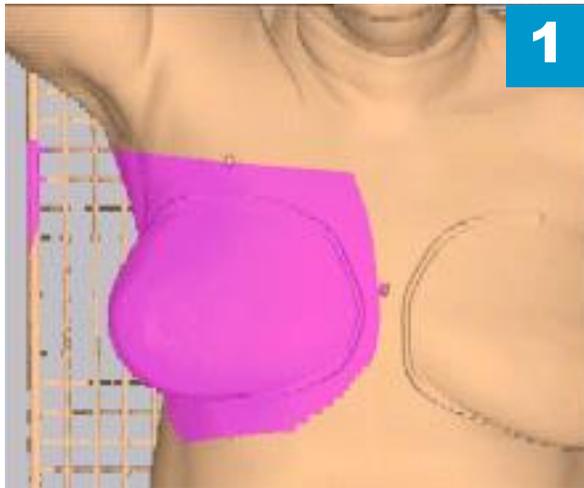


## **5. Le déroulement du traitement**

- Comme une radiographie, le **traitement de radiothérapie est indolore** et est très rapide à réaliser.
- La durée totale de votre **rendez-vous sera de 15 à 30 minutes**, mais le traitement ne durera que 2 minutes environ.
- Les vérifications de précision en lien avec votre position prendront la majeure partie du temps en salle de traitement.



Les régions qui recevront le traitement sont les suivantes:



**Photos 1 et 2:** toutes les patientes traitées au niveau du sein recevront de la radiation à ces endroits (tout le sein et environ 2 cm autour).

**Photo 3:** pour les dames qui doivent être traitées au niveau ganglionnaire, on ajoute la portion en bleu-mauve, au devant et au dos.

Plus d'explications concernant le traitement (en vidéo):

<https://www.youtube.com/watch?v=AcOCisF70JY&feature=youtu.be>

# **DURANT LA PÉRIODE DES TRAITEMENTS**

**Vous pourrez rencontrer votre radio-oncologue  
1 fois par semaine si:**

- **vous avez des effets secondaires;**
- **vous avez des questions auxquelles  
les technologues ne peuvent répondre.**

**Les technologues de votre salle de  
traitement vous indiqueront la journée de  
visite avec le radio-oncologue.**





## **DURANT LA PÉRIODE DES TRAITEMENTS**

**Veillez aviser les technologues de tout malaise ou problème de santé qui pourrait survenir et avoir un impact sur le suivi de vos traitements.**

**Les technologues vous référeront au besoin à votre infirmière ou à votre médecin.**



## **6. Les effets secondaires**



Votre radio-oncologue a abordé avec vous les effets qui pourraient survenir à long terme.

Toutes les patientes n'auront pas nécessairement d'effets secondaires et, **le plus souvent**, ceux qui apparaîtront seront **temporaires ou transitoires**.

Les plus communs sont:

- la fatigue;
- de la rougeur;
- de l'irritation de la peau de la région traitée.



Habituellement, les effets secondaires surviennent graduellement après les deux premières semaines de traitement.

Ils varient selon:

- la région traitée;
- la patiente (les effets changent d'une personne à une autre).

**Il est faux de croire qu'« effets secondaires » riment avec « efficacité du traitement ».**

**Les traitements sont efficaces même si vous n'avez pas d'effets secondaires.**

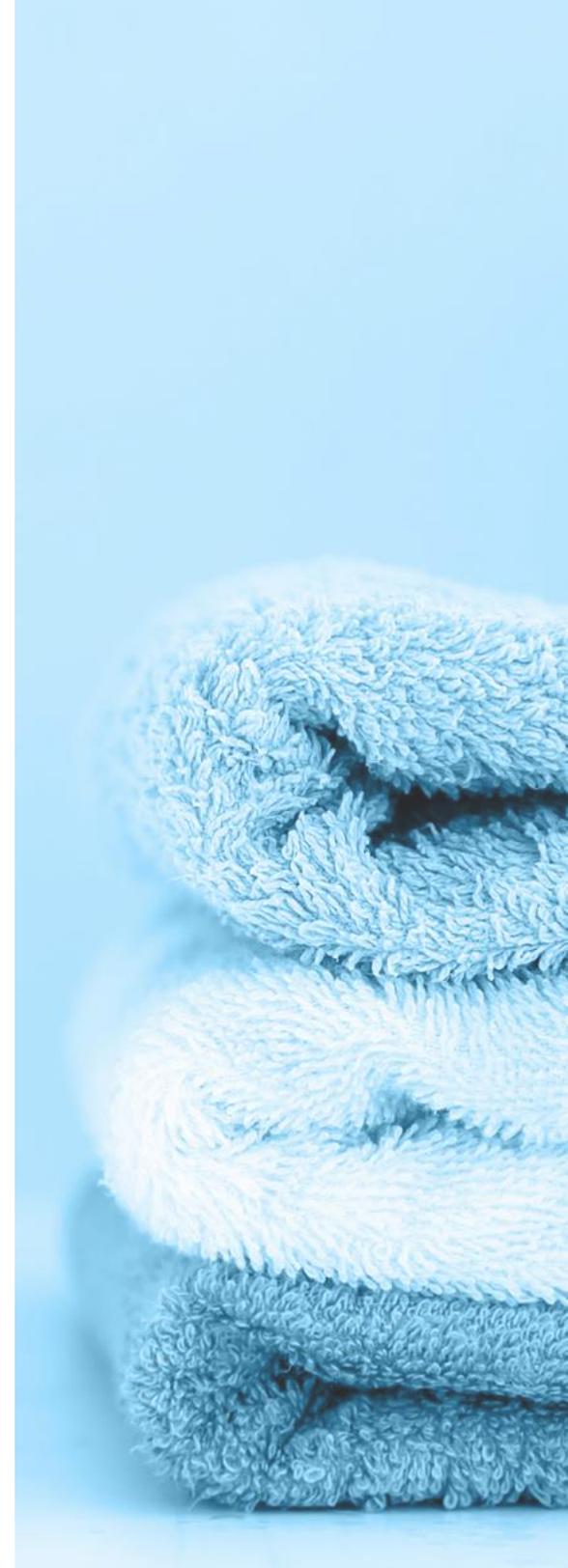


# **7. Quoi faire et ne pas faire à la maison**

# ROUGEURS ET IRRITATIONS DE LA PEAU

Pour éviter les rougeurs et l'irritation de la peau, nous vous recommandons de **privilégier les douches aux bains**, car il faut éviter d'immerger la région traitée dans l'eau.

- Lavez la région traitée avec du **savon non parfumé** seulement (ex.: Dove sansparfum).
- Évitez la friction, même légère, avec votre serviette: **épongez délicatement la peau**.
- **Séchez bien la peau** pour éviter qu'il ne reste des zones d'humidité.





## **SOINS DE LA PEAU**

**Au niveau des soins de la peau, suivre les directives suivantes:**

- **ne pas appliquer de crème, d'onguent, de poudre, de lotion, de parfum ou de vaseline sur la région traitée sans l'approbation du radio-oncologue ou de l'équipe traitante;**
- **n'utiliser qu'un rasoir électrique pour le rasage de l'aisselle du côté traité – ceci prévient les coupures et les risques d'infection;**
- **ne pas exposer la région traitée au soleil ou en cabine de bronzage.**



**Si vous ressentez de l'irritation** (ex.: rougeurs, picotements, douleur, desquamation):

- **cessez l'application de crème, de déodorant ou d'antisudorifique;**
- **évitez le port du soutien-gorge;**
- **avisez vos technologues lors de votre prochain traitement.**

# LA FATIGUE

La fatigue peut se manifester à **partir de la 2<sup>e</sup> semaine de traitement** et se poursuivre pour un certain temps.

Elle se fera ressentir par une diminution de la réserve d'énergie, comme si « votre batterie » se déchargeait plus rapidement.

La fatigue **s'amplifie dû au stress**, à **la douleur** et au **mauvais sommeil** et peut donc avoir une incidence sur votre **moral**.





## **8. Après les traitements**

# À LA FIN DE VOS TRAITEMENTS...

1. Une feuille de recommandations à suivre vous sera remise.
2. Votre radio-oncologue communiquera avec vous pour un rendez-vous téléphonique dans les semaines ou mois après la fin de vos traitements.
3. Une visite de suivi peut être demandée par votre radio-oncologue. Nous communiquerons avec vous par téléphone ou par courrier pour vous donner les détails de ce rendez-vous.





**Nos heures d'ouverture**  
sont de 8 h à 17 h, du lundi au vendredi.

**Notre stationnement**  
est situé au 5305, boulevard de l'Assomption  
à Montréal.  
Nous vous invitons à conserver vos reçus  
pour fins d'impôts.

**Pour nous joindre**  
composer le 514 252-3425.

# ATTENTION!

L'effet des traitements de radiation sur votre corps perdurera quelques semaines après la fin de ceux-ci. Durant cette période, l'état de la peau peut se détériorer légèrement.

**Un effet de type « coup de soleil » est normal.**  
Il peut apparaître temporairement.

**Si la détérioration vous semble plus importante,**  
n'hésitez pas à communiquer avec nous.

Si votre peau nécessite des soins particuliers,  
vous serez suivie par un membre de l'équipe  
(infirmière ou médecin) et recevrez  
des recommandations adaptées à votre situation.





# **RECOMMANDATIONS (QUAND TOUS LES TRAITEMENTS SERONT TERMINÉS)**

Afin de bien **prendre soin de la peau de la région traitée**, nous vous recommandons:

- d'y appliquer une crème hydratante non parfumée (ex.: Glaxal Base, Aveeno sans parfum) de 1 à 3 fois par jour;
- de continuer à vous laver avec un savon non parfumé jusqu'à ce que la peau soit rétablie;
- d'utiliser un déodorant seulement si la peau de l'aisselle est intacte et s'il est confortable à l'application.

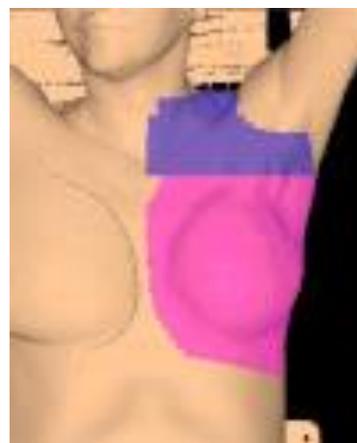
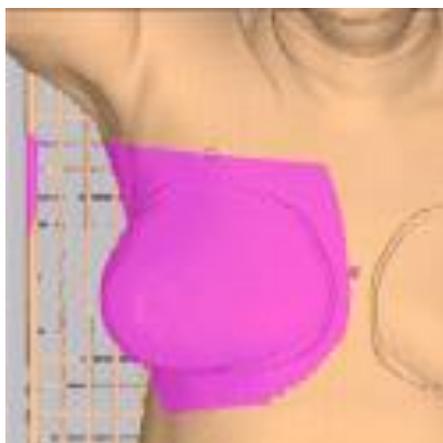


# PRÉCAUTIONS

Pour protéger votre peau, nous vous demandons dorénavant de **toujours appliquer** une crème de protection solaire (minimum : FPS 30) sur la région traitée **avant de vous exposer au soleil.**

Cette précaution est à prendre pour le reste de votre vie.

**Si vous prévoyez aller au soleil dès la fin de vos traitements, la crème protectrice ne sera pas suffisante. Vous devrez couvrir la région qui a été traitée.**



# QUAND APPELER VOTRE INFIRMIÈRE ?

Si la région traitée présente:

- de la desquamation sèche ou humide (suintante);
- des cloques;
- des ampoules.



**Pour l'ajustement ou l'utilisation d'un soutien-gorge avec prothèse intégrée, nous vous recommandons de demander l'avis de votre radio-oncologue ou du médecin qui assurera votre suivi médical.**



# LE STATIONNEMENT

L'accès le plus près de la clinique est le stationnement sud de l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont.

- **Possibilité de tarifs spéciaux:** informez-vous auprès du préposé au stationnement.
- **Certaines périodes de stationnement sont gratuites.** Informez-vous à ce sujet également.

Attention aux changements de prix.

N'oubliez pas de conserver vos reçus pour fins d'impôts!





# **9. Dimension psychologique : le stress**



L'apparition ou le retour du cancer engendre un stress psychologique pour la personne atteinte et ses proches.

**Par exemple:**

- Défis émotifs
- Défis d'adaptation

Car la situation est nouvelle et/ou inconnue

- Sentiment de perte de contrôle
- Bouleversement de la vie pour suivre les traitements

**Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon de réagir.  
Chaque personne, chaque situation et chaque traitement est unique.**



# LES RÉACTIONS ÉMOTIONNELLES

Qu'elles soient agréables ou désagréables, les émotions:

- **sont naturelles, attendues et adaptées** (pas dangereuses, pas un signe de faiblesse);
- agissent comme **un signal** qui vous informe que vous vivez quelque chose de particulier;
- vous donnent des **indices sur vos besoins**;
- **peuvent varier** tout au long du parcours de soins.

# **APAISER LE STRESS ET L'ANXIÉTÉ**

Favorisez un état de bien-être et retrouvez votre énergie en:

- sollicitant du soutien;
- demandant un accompagnement dans votre cheminement;
- partageant vos émotions;
- demandant de l'aide si vous en ressentez le besoin.

**Plusieurs ressources sont disponibles.  
Informez-vous et respectez vos limites!**



Nous vous suggérons également **d'adopter des habitudes de vie favorisant la santé:**

- faire de l'exercice physique modéré;
- bien s'alimenter;
- bien dormir;
- employer des méthodes de relaxation;
- se donner du temps pour récupérer;
- prioriser ce qui est important pour vous.

**Avoir du plaisir et rire!**



# À SURVEILLER!

Si vos émotions sont douloureuses, deviennent envahissantes et que cela vous empêche de fonctionner, de dormir ou de vous présenter à vos traitements, parlez-en à votre équipe de soins.





# **10. Les ressources disponibles**



## **NOTRE SERVICE SOCIAL**

Son rôle est de vous aider à faire face à certaines difficultés rencontrées tout au long de votre parcours.

Ces difficultés sont souvent liées au manque de ressources personnelles (ex.: transport) ou de ressources accessibles dans la communauté.

Pour en savoir plus, demandez le dépliant :

« **Ressources d'aide financière, de transport et autres services** ».

**Le service social peut notamment vous informer et répondre à vos questions au sujet:**

- **des programmes gouvernementaux (ex. : assurance-emploi, aide sociale);**
- **des ressources institutionnelles et communautaires (ex. : CLSC, centres d'action-bénévole, Société canadienne du cancer);**
- **des ressources et des fondations qui viennent en aide aux femmes touchées par un cancer du sein.**



# RECOURIR À UN TRAVAILLEUR SOCIAL

Si vous pensez avoir besoin des services d'un travailleur social, avisez vos technologues, votre infirmière ou votre radio-oncologue.

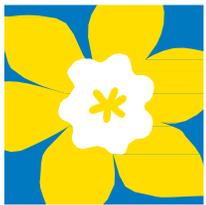
Les spécialistes en information sur le cancer de la **Société canadienne du cancer** peuvent également vous aider à trouver de l'information et des **ressources dans votre région**.

N'hésitez pas à les consulter !



Si une situation urgente nécessite que vous parliez rapidement à un travailleur social:

- téléphonez à l'accueil psychosocial de votre CLSC;
- composez le 811 pour joindre Info-Santé.



La **Société canadienne du cancer** a un centre de référence, alimente un blogue et offre du jumelage. Composez sans frais le **1 888 939-3333** ou rendez-vous au [cancer.ca](http://cancer.ca).



# CROIRE

Croire est le fonds créé par les radio-oncologues de l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont.

Il apporte un **soutien psychologique et social gratuit aux patients atteints de cancer** ainsi qu'à leur entourage.

Vous avez accès à des **conférences-ateliers** que nous affichons sur les babillards du Département de radio-oncologie.

Les sujets varient (ex.: la sexualité et le cancer, le yoga du rire, la massothérapie, la chorale).





Si vous êtes intéressée à y participer, informez-vous auprès de nos technologues ou consultez la page Facebook:

[facebook.com/croirehmr](https://facebook.com/croirehmr)

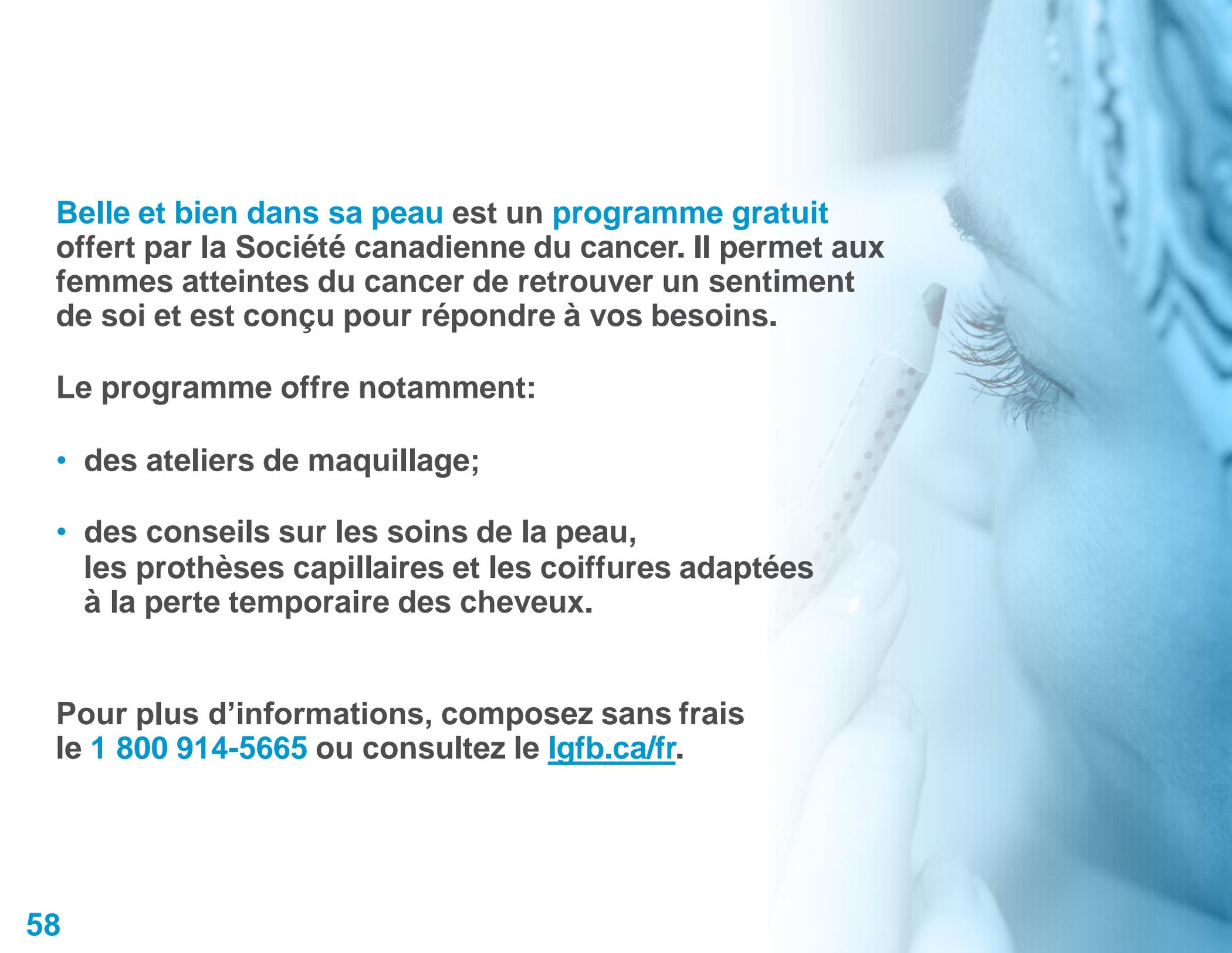
Vous pouvez vous inscrire même si vos traitements sont terminés, car des **ateliers post-traitements sont aussi offerts.**

# LA SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER



Quelques services offerts:

- ateliers de visualisation et d'expression par l'art;
- ateliers d'approches complémentaires (ex.: yoga, méditation);
- [ParlonsCancer.ca](http://ParlonsCancer.ca): une tribune d'information et de partage, format blogue;
- de l'hébergement à coût modique;
- des prêts de prothèses capillaires.



**Belle et bien dans sa peau** est un **programme gratuit** offert par la **Société canadienne du cancer**. Il permet aux femmes atteintes du cancer de retrouver un sentiment de soi et est conçu pour répondre à vos besoins.

Le programme offre notamment:

- des ateliers de maquillage;
- des conseils sur les soins de la peau, les prothèses capillaires et les coiffures adaptées à la perte temporaire des cheveux.

Pour plus d'informations, composez sans frais le **1 800 914-5665** ou consultez le [lgfb.ca/fr](http://lgfb.ca/fr).



## AUTRES RESSOURCES UTILES

L'Hôpital Maisonneuve-Rosemont met à votre disposition deux ressources utiles pour accéder à de l'information:

- La bibliothèque médicale située au 5415, boulevard de l'Assomption à Montréal.  
[biblio.hmr.qc.ca/in/fr](http://biblio.hmr.qc.ca/in/fr)
- Le centre d'information pour l'utilisateur et ses proches (CIUP).  
[biblio.hmr.qc.ca/in/fr/ciup](http://biblio.hmr.qc.ca/in/fr/ciup)



# 11. Vos responsabilités



Il est important de **suivre la suite de traitements prescrite** par le médecin et de:

- **respecter les recommandations transmises par votre équipe traitante;**
- **planifier vos transports;**
- **respecter vos rendez-vous;**
- **nous aviser si vous pensez être en retard, au 514 252-3425;**
- **connaître les noms des membres de votre équipe soignante (ex. : médecin et infirmière) et de votre salle de traitement;**
- **communiquer avec votre équipe soignante pour que l'on puisse vous aider.**

**Évitez autant que possible de manquer des traitements.**

**Nous souhaitons vous rappeler quelques règles d'usage lors de vos visites en clinique de radio-oncologie.**

**Par mesure de prévention pour les usagers plus vulnérables que vous côtoierez, veuillez:**

- **porter un masque lorsque prescrit;**
- **laver vos mains ou utiliser une solution hydroalcoolique en arrivant et en sortant du département.**

**La prévention est l'affaire de tous.**





**CIUSSS de  
l'Est-de-l'Île-de-Montréal**  
[www.ciuss-s-estmtl.gouv.qc.ca](http://www.ciuss-s-estmtl.gouv.qc.ca)

*Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Est-de-  
l'Île-de-Montréal*

Québec 