



Comment prendre soin de soi lors d'une radiothérapie stéréotaxique au cerveau

Introduction

La radiothérapie est l'utilisation de rayons X spéciaux pour traiter le cancer. Ces rayons X tuent les cellules cancéreuses. Mais ils peuvent aussi affecter temporairement les cellules saines. Cela peut causer des effets secondaires dans la partie du corps qui est traitée. Ces effets secondaires peuvent être différents d'une personne à l'autre. Ils dépendent de la partie du corps traitée, du type et de la quantité de radiation utilisée et de votre état de santé général.

Ce guide vous dira quels effets secondaires sont possibles pendant et après votre traitement et quoi faire pour les réduire ou les gérer.

Qu'est-ce que la radiothérapie stéréotaxique ?

Il s'agit d'un type de radiothérapie plus précis. Le médecin cible une partie spécifique de votre cerveau. Cela veut dire qu'il y a moins d'effets secondaires qu'avec la radiothérapie classique.

Le technologue vous mettra un masque sur la tête qui sera ajusté à votre visage. Ce masque empêche votre tête de bouger pour que les rayons X aillent à la bonne place dans le cerveau.

Le traitement se fait en 1 à 5 séances. Chaque séance peut durer de 30 minutes à 2 heures.

Si vous vous sentez anxieux avant ou pendant le traitement, dites-le à votre technologue. Votre médecin peut vous prescrire un médicament pour vous aider à vous détendre.

Votre médecin vous suivra 4 à 12 semaines après la fin du traitement.

Quels effets secondaires pourrais-je ressentir ?

(1) Effets neurologiques (à court terme)

- Pendant le traitement, la radiothérapie peut causer de l'enflure temporaire au cerveau. Votre médecin vous donnera des médicaments pour réduire l'enflure.
- Symptôme fréquent :
 - Mal de tête
- Autres symptômes :
 - Nausées ou vomissements
 - Vertiges
 - Irritabilité (mauvaise humeur)
 - Perte d'équilibre

- Selon vos symptômes et la partie du cerveau traitée, il se peut que vous ne puissiez pas conduire. Demandez à votre médecin.
- Si vous avez déjà ces symptômes et qu'ils ne changent pas, il n'est pas nécessaire de nous en parler.
- **S'ils sont nouveaux ou deviennent plus graves, parlez-en à votre technologue. Il faudra que vous alliez voir le médecin ou l'infirmière.**
- Si les symptômes sont graves ou commencent tout à coup, ou si vous avez des convulsions, allez à l'urgence. Appelez une ambulance. Ne conduisez pas.

(2) Effets neurologiques (à long terme)

- La radionécrose est une inflammation (enflure) des cellules mortes dans la partie du cerveau qui a été traitée. Cela peut se passer des mois ou des années après le traitement.
- Si vous avez la radionécrose, il se peut que vous ayez les mêmes symptômes que ceux que vous aviez pendant votre cancer.
- Dites à votre médecin si vous avez l'un de ces symptômes.
- La radionécrose peut généralement être traitée avec des médicaments pour réduire l'enflure.

(3) Fatigue

- La fatigue est un effet secondaire fréquent de la radiothérapie.
- C'est une fatigue différente de la fatigue normale. Elle ne s'améliore pas avec du repos.
- Que puis-je faire contre la fatigue ?
 - Essayez de bouger le plus possible. C'est le meilleur moyen contre la fatigue. La marche est une bonne façon de bouger.
 - Mais écoutez votre corps. Il se peut que vous deviez faire moins d'activités et vous reposer plus souvent.
 - Si vous avez besoin de faire une sieste, ne dormez pas plus de 30 minutes, en début d'après-midi. Il peut être plus difficile de dormir la nuit si vous faites de longues siestes.

Dois-je suivre un régime spécial ?

- Vous n'avez pas besoin de suivre un régime spécial.
- Il est important de ne pas perdre de poids. Votre corps a besoin d'être bien nourri pour guérir.
- Il est aussi important de rester bien hydraté. Buvez beaucoup d'eau tout au long de la journée.

Quoi faire si je me sens dépassé ?

Il est normal de vivre différentes émotions au début d'un nouveau traitement contre le cancer. Vous pourriez être inquiet, en colère, triste, bien ou ne rien ressentir du tout. Ces émotions peuvent changer au fil du temps.

Que puis-je faire pour m'aider ?

- Parlez à quelqu'un à qui vous faites confiance.
- Parlez avec votre médecin, technologue ou infirmière.
- Participez aux programmes de soutien virtuels du CanSupport des Cèdres.
 - Pour plus d'information, appelez le 514 934-1934, poste 35297 ou envoyez un courriel à cedarscansupport@muhc.mcgill.ca.
- Si vous avez du mal à passer à travers la journée ou n'arrivez pas à dormir la nuit à cause de ces émotions, ou si vous vous sentez très seul, parlez-en à votre médecin, technologue ou infirmière. On pourrait vous référer à un travailleur social ou au Programme d'oncologie psychosociale pour avoir de l'aide.

Où trouver plus d'information ?

Aller sur Internet est un moyen d'avoir plus d'information. Mais les informations que vous trouvez sur Internet ne sont pas toujours bonnes. Vous pouvez visiter les sites fiables suivants :

cancer.ca — Société canadienne du cancer

<https://fqc.qc.ca/fr> — Fondation québécoise du cancer

cansupport.ca/cancer-online-information — Cedars CanSupport, informations par sujet

cancer.net — American Society of Clinical Oncology (en anglais seulement)

cancer.gov — National Cancer Institute (en anglais seulement)

Vous pouvez aussi contacter le Centre de ressources CanSupport des Cèdres par téléphone au 514-934-1934, poste 31666 ou par courriel à cedarscansupport@muhc.mcgill.ca.

Quoi faire si je me sens très malade ou en cas d'urgence ?

Si vous avez un problème urgent ou qui vous inquiète entre deux visites à l'hôpital :

- Les jours de semaine de 8 h à 16 h :
 - Appelez le 514 934-1934, poste 43400 pour parler à une infirmière
- Les soirs de 16 h à 20 h et les fins de semaine ou jours fériés de 8 h à 20 h :
 - Appelez le 514 934-1934
 - Écoutez les options et appuyez sur le numéro pour l'opérateur
 - Demandez le résident de garde en radio-oncologie

Si vous avez des symptômes très graves ou si vous n'arrivez pas à rejoindre quelqu'un, allez à l'urgence de l'hôpital le plus près.
Dites au médecin que vous recevez de la radiothérapie.

IMPORTANT VEUILLEZ LIRE ATTENTIVEMENT CE QUI SUIT

Ce document a été conçu à des fins éducatives. Il ne remplace pas l'avis médical ou les conseils donnés par un professionnel de la santé et ne se substitue pas à des soins médicaux.

Contactez un professionnel de la santé qualifié si vous avez des questions concernant vos soins de santé.

© 27 juillet 2022, Centre universitaire de santé McGill

Document développé par le département de radio-oncologie, avec le soutien du comité d'éducation des patients, de la Fondation du CUSM et des Bibliothèques du CUSM.