



# Radiothérapie pour le cancer du sein

Information destinée aux patients

INTRODUCTION	3
LES RÉACTIONS POSSIBLES DU CORPS À LA RADIOTHÉRAPIE	4
LA PEAU	5
Recommandations	
PROBLÈMES DE DÉGLUTITION	9
Recommandations	
FATIGUE	10
Recommandations	
RÉTENTION D'EAU DANS LA POITRINE (ŒDÈME)	11
Recommandations	
LYMPHŒDÈME DU BRAS	12
Recommandations	
L'ACCEPTATION DU TRAITEMENT	13
PLUS D'INFORMATION	15

Cette brochure d'information a pour but de guider les femmes atteintes d'un cancer du sein, de les aider à mieux comprendre au quotidien les changements dans leur corps et ainsi, à mieux les accepter.

Chaque femme chez qui a été diagnostiqué un cancer du sein traverse une période difficile, non seulement par le traitement lui-même, mais aussi par les effets qu'il produit. Le sentiment d'être « moins femme » suite au changement radical de l'image de soi, peut sérieusement nuire à votre qualité de vie.

Si vous ne trouvez pas, dans cette brochure, suffisamment d'informations sur les questions ou les problèmes qui vous préoccupent, n'hésitez pas à contacter le personnel soignant ou les médecins. Ils veilleront à ce que votre traitement se déroule dans les meilleures conditions possibles.

Nous vous souhaitons un prompt rétablissement.

L'équipe médicale du service de radiothérapie

## LES RÉACTIONS POSSIBLES DU CORPS À LA RADIOTHÉRAPIE

L'irradiation n'agit que dans la zone du corps qui est irradiée. Selon l'endroit qui a été irradié, des effets secondaires locaux peuvent se manifester. Certaines personnes ressentent fortement les effets secondaires, d'autres les remarquent à peine. La gravité des effets secondaires éventuels est sans rapport avec le résultat du traitement. Si vous n'avez pas d'effets secondaires, cela ne signifie donc pas que la radiothérapie ne donne pas de résultat. Tous les effets secondaires apparaissent pendant l'irradiation et disparaissent entièrement après la fin des irradiations. Cela peut prendre plusieurs semaines.



## LA PEAU

Les rayons externes traversent d'abord la peau avant d'atteindre le volume irradié. Le traitement peut rendre votre peau plus sèche et plus sensible. La peau irradiée peut vous démanger. Il peut y avoir une décoloration et une desquamation de la peau jusque bien après la fin du traitement.

L'intensité avec laquelle la peau réagit dépend d'une série de facteurs. Le type de rayonnement, la dose administrée, le recours ou non à la chimiothérapie et la zone irradiée vont ainsi déterminer les éventuels changements au niveau de la peau. Une petite partie du rayonnement quitte le corps. Il sort du côté opposé à l'endroit où les rayons ont pénétré dans le corps, si bien que le dos et le cou présentent aussi des décolorations de la peau. Toutes les réactions cutanées peuvent être douloureuses, par exemple au contact des vêtements.

Les réactions cutanées apparaissent habituellement vers la troisième semaine du traitement. Après cela, elles empirent progressivement. La peau prend généralement une coloration entre rouge clair et rouge foncé. Il se forme parfois des zones sensibles, avec éventuellement des cloques et des petites plaies ouvertes. Dans le pire des cas, les plaies ouvertes se transforment en plaques humides. Ces derniers symptômes se manifestent le plus souvent dans les plis de la peau (plis dans le cou, dans les aisselles, sous les seins, ...) et peuvent encore s'aggraver, même après la fin de la radiothérapie. La peau commence à guérir après la dernière irradiation. Les réactions cutanées légères guérissent à partir d'une ou deux semaines après le traitement ; les réactions cutanées plus sévères ne commencent à guérir que deux à quatre semaines après le traitement. La décoloration de la peau s'estompe peu à peu après plusieurs semaines, voire plusieurs mois.

N'hésitez pas à demander conseil à votre médecin ou à l'infirmier(ère) de radiothérapie en cas de forte rougeur et/ou douleur et/ou irritation au niveau de la peau ou si des ampoules se forment et si la peau devient humide ou collante. En cas de problèmes cutanés sévères, vous pouvez également vous adresser à l'infirmière en charge du traitement des plaies (sur rendez-vous). Les conseils et les soins que vous recevez ici sont gratuits ; seules les fournitures utilisées vous seront portées en compte.

## RECOMMANDATIONS

Ces recommandations valent uniquement pour les endroits où vous êtes irradiée. Il n'est pas nécessaire de soigner le reste du corps de la même manière.

### Pendant la radiothérapie

- ✗ Protégez votre peau pour éviter toute irritation, blessure ou inflammation supplémentaire pendant la durée du traitement et jusqu'à la guérison complète de la peau.
- ✗ Enduisez votre peau d'une crème hydratante (p. ex. Flamigel®). Vous pouvez aussi utiliser cette crème en cas de démangeaisons ou de peau très sèche. Nous recommandons d'appliquer la crème dès le premier jour du traitement sur la zone irradiée (maximum deux fois par jour).

- ✗ Prenez des douches plutôt que des bains. Si les marquages ont disparu, n'essayez pas de les redessiner vous-même.
- ✗ Lavez-vous à l'eau tiède plutôt qu'à l'eau chaude. L'eau chaude rend en effet la peau plus sèche.
- ✗ Choisissez un savon hydratant avec un pH neutre (p. ex. savon à la glycérine).
- ✗ Lavez délicatement vos seins avec un gant de toilette doux, en tapotant doucement plutôt qu'en frottant.
- ✗ Pour le séchage aussi, tapotez doucement sans oublier les plis de la peau.
- ✗ Évitez d'utiliser une bouillotte ou un coussin électrique.
- ✗ Évitez d'utiliser des déodorants à l'alcool.
- ✗ Évitez d'épiler vos aisselles pendant le traitement.
- ✗ Évitez de vous gratter ou de frotter si la peau vous irrite ou vous démange. Un gant de toilette froid ou un coussin-gel qui a été réfrigéré peut vous soulager. Enveloppez le coussin-gel dans un linge avant de l'appliquer sur votre peau.
- ✗ Évitez les vêtements qui frottent ou qui serrent. Évitez de porter un soutien-gorge serrant ou un corset. Si vous portez un soutien-gorge, vous pouvez éventuellement protéger votre peau avec une lingette douce. Il est parfois conseillé de porter une chemise en coton sous le soutien-gorge.

- ✗ Portez de préférence des vêtements en coton s'ils sont en contact direct avec la peau irradiée.
- ✗ Protégez votre peau contre le rayonnement solaire direct. Les produits solaires ne protègent pas totalement du soleil et peuvent en outre provoquer de l'irritation.

## Après le traitement de radiothérapie

### Les premières semaines après le traitement

- Après le traitement, il convient de suivre les recommandations ci-dessus jusqu'à ce que la peau soit entièrement guérie.
- Avant d'acheter une prothèse définitive, attendez que votre peau soit complètement guérie. Il faut compter quatre à six semaines.

### Jusqu'à un an après le traitement

- Protégez votre peau contre le rayonnement solaire direct.
- Si votre peau est exposée au soleil, utilisez un produit solaire avec un facteur 30 ou plus.



## PROBLÈMES DE DÉGLUTITION

Lors de l'irradiation de certaines régions glandulaires (p. ex. les glandes derrière le sternum), il se peut qu'après un moment, vous ayez des difficultés à avaler. C'est dû au fait qu'une partie de l'œsophage a aussi été irradiée.

Les problèmes de déglutition apparaissent en général vers la deuxième semaine du traitement. Après la fin du traitement, la douleur diminue rapidement et disparaît au bout de quelques jours. N'hésitez pas à consulter votre médecin ou le personnel soignant si vous avez subitement plus de difficultés à avaler ou si vous avez une sensation de brûlure en avalant.

### RECOMMANDATIONS

Si vous avez du mal à avaler, vous pouvez prendre un léger antidouleur (Dafalgan<sup>®</sup>, Perdolan<sup>®</sup> ...). Pour soulager la douleur localement, vous pouvez prendre une cuillère à soupe de Syngel<sup>®</sup> (sur prescription du médecin).

## FATIGUE

Pendant longtemps, on a sous-estimé la fatigue chez les patients atteints d'un cancer. Depuis, les choses ont changé et on considère aujourd'hui la fatigue comme l'un des effets secondaires les plus fréquents de la maladie et du traitement.

Le nombre de patients présentant des symptômes de fatigue et la gravité des symptômes varient en fonction de la durée et du type de traitement. Le plus souvent, il est question d'une fatigue générale qui peut se manifester de temps à autre au début du traitement et qui va croissant jusqu'à la fin du traitement. Cela peut aller d'une fatigue modérée à une sensation d'épuisement total. Ces troubles sont généralement dus à la combinaison des différents traitements que vous avez reçus ou au fait que votre corps a besoin de plus d'énergie pour la récupération physique et mentale. Le plus important est d'écouter votre corps et au besoin, de faire par exemple une pause l'après-midi. Essayez néanmoins de garder un rythme de vie normal.

## RÉTENTION D'EAU DANS LA POITRINE (ŒDÈME)

L'endroit où vous êtes irradiée peut gonfler quelque peu. On parle alors d'un œdème. Le gonflement se limite en général à une poitrine légèrement enflée.

L'œdème dans la poitrine, comme la décoloration de la peau, est temporaire. N'hésitez pas à consulter votre médecin ou le personnel soignant si votre bras devient rouge, s'il est chaud, s'il gonfle fortement ou s'il est très douloureux. Contactez également le service si vous avez de la fièvre.

### RECOMMANDATIONS

- ✗ Si vous portez un soutien-gorge, choisissez plutôt un modèle ample.
- ✗ Si vous portez une prothèse mammaire temporaire, veillez à ce qu'elle soit douce au toucher et qu'elle ne frotte pas. Pour mieux protéger votre peau, vous pouvez porter une chemisette en coton sous la prothèse.

## LYMPHŒDÈME DU BRAS

Le curage des ganglions lymphatiques dans l'aisselle (évidemment axillaire) peut, de ce côté du corps, ralentir la circulation du liquide lymphatique vers la circulation sanguine. Ce liquide s'accumule, si bien que votre bras peut gonfler de plusieurs centimètres et que la peau est tendue. On appelle cela un lymphœdème.

Les vaisseaux et les glandes lymphatiques jouent aussi un rôle important dans la lutte contre les infections. Si l'on enlève plusieurs glandes, cette fonction est perdue en partie. Par conséquent, la moindre plaie, piqûre d'insecte ou infection superficielle peut entraîner une inflammation des vaisseaux lymphatiques. Cela peut avoir pour effet un gonflement, des plaques rouges, un sentiment général de mal-être, ou encore de la fièvre.

### RECOMMANDATIONS

- ✗ Évitez de surcharger le bras.
- ✗ Évitez autant que possible de soulever des charges lourdes. La répétition fréquente d'un même mouvement est déconseillée. Vous sentirez vous-même quelle charge maximale votre bras peut supporter.
- ✗ Évitez les vêtements ou les bijoux serrants.
- ✗ Des prises de sang, perfusions ou prises de tension régulières au niveau de ce bras sont déconseillées.
- ✗ Évitez le bain à plus de 38°C, le sauna, le froid extrême et les jets d'eau puissants.

- ✗ Évitez les égratignures, coupez-vous soigneusement les ongles.
- ✗ Désinfectez les petites plaies et consultez votre médecin généraliste aux premiers signes d'infection.

Demandez conseil à votre médecin ou au personnel soignant si le bras en question est blessé, s'il est chaud ou devient rouge, s'il gonfle ou s'il est douloureux. Consultez aussi un médecin ou une infirmière si vous avez de la fièvre et si vous

## L'ACCEPTATION DU TRAITEMENT

Il est tout à fait normal d'être émotive, ou même anxieuse, et d'avoir parfois de mal à accepter tout ce qui vous arrive. Une information claire et détaillée sur le traitement peut vous aider lors du processus d'acceptation.

Si vous êtes sujette à l'angoisse, à l'incertitude ou aux émotions fortes pendant ou après votre traitement, sachez qu'il y a dans votre entourage de nombreuses personnes qui se soucient vraiment de vous. Parlez à votre famille, à vos amis ... de ce qui vous préoccupe. De cette manière, ils comprendront, eux aussi, ce que vous ressentez et ils seront mieux à même de vous aider. Vous pouvez aussi vous adresser aux médecins et au personnel soignant du service.

Vous êtes toujours la bienvenue – ainsi que vos proches qui seraient intéressés – à l'une des visites guidées organisées toutes les deux semaines dans le département de radiothérapie.

L'assistante sociale de notre département est aussi à votre disposition pour discuter de problèmes particuliers. Vous pouvez prendre rendez-vous avec elle par l'intermédiaire du personnel soignant.

Enfin, peut-être souhaitez-vous partager vos sentiments avec des personnes qui ont vécu la même situation. Vous trouverez des informations sur le groupe d'entraide dans votre région auprès de l'assistante sociale ou via la Ligne Cancer (Kankerlijn), tél. 0800 35 445.



Que ce soit pendant ou après le traitement de radiothérapie, vous pouvez nous joindre pendant les heures de bureau au n° de tél. +32 16 34 76 00.

## PLUS D'INFORMATION

Cette brochure a été réalisée à partir de différents dépliants d'information et de l'expérience sur le terrain.



Divers dépliants d'information sont disponibles dans le département :

- ✗ En savoir plus sur le cancer du sein
- ✗ Rééducation « KanActief » après un cancer du sein
- ✗ Soutien d'autres patients atteints d'un cancer
- ✗ Séances informatives et interactives pour les personnes atteintes d'un cancer et leurs proches
- ✗ Site internet : [www.uzleuven.be/fr/radiotherapie-oncologie](http://www.uzleuven.be/fr/radiotherapie-oncologie)

© Février 2021 UZ Leuven

Ce texte et ses illustrations ne peuvent être reproduits qu'avec l'accord du service Communication de l'UZ Leuven.

Conception et réalisation

Ce texte a été rédigé par le service de radiothérapie-oncologie en collaboration avec le service de communication.

Cette brochure peut également être consultée sur [www.uzleuven.be/fr/brochure/700029](http://www.uzleuven.be/fr/brochure/700029).

Les remarques ou suggestions concernant cette brochure peuvent être adressées à [communicatie@uzleuven.be](mailto:communicatie@uzleuven.be).

Éditeur responsable  
UZ Leuven  
Herestraat 49  
3000 Leuven  
tél. 016 33 22 11  
[www.uzleuven.be](http://www.uzleuven.be)

 mynexuzhealth



Consultez votre dossier médical  
sur [www.mynexuzhealth.be](http://www.mynexuzhealth.be) ou

