



GUIDE D'INFORMATION EN RADIO-ONCOLOGIE

Radiothérapie externe
dans le traitement du cancer ORL

Nom de mon radio-oncologue : _____

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

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

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 académique 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 rencontré par des étudiants lors de vos visites. Les étudiants sont toujours sous étroite supervision par un autre professionnel de la santé de leur discipline respective.

Votre équipe

- Le **radio-oncologue** (votre médecin) vous rencontrera en consultation. Après avoir pris connaissance de votre dossier, vous avoir questionné et examiné, 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 : **dentiste, nutritionniste, travailleur social, psychologue, infirmière pivot.**

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 la région où se situe la tumeur 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 protégeant le plus possible 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 radioactif 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.

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. Une visite de bilan dentaire sera planifiée dans notre département avant vos traitements.



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 3 à 4 heures.

1. Le moulage

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. Un masque sera fait pour bien immobiliser votre tête. Il est nécessaire pour assurer la qualité de vos traitements. Si vous avez une barbe, il sera nécessaire de la raser avant la confection du moulage.

2. La tomodensitométrie (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 lors de cet examen.

Une injection d'iode peut être demandée par votre médecin. Si c'est le cas, on vous donnera les consignes nécessaires pour votre examen.

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 inquiet, ces marques dépassent souvent l'étendue de la région à traiter.

- **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.

- Quelques **points de tatouages** peuvent être faits sur la peau. Ils sont permanents, il n'y a donc pas de risque de les effacer.

3. Tomographie à émission de positons (TEP)

Une TEP peut être effectuée pour mieux localiser la région à traiter.

Il est important de ne pas bouger pendant cet examen.

4. La résonance magnétique (IRM)

Une résonance magnétique peut être effectuée pour mieux localiser la région à traiter.

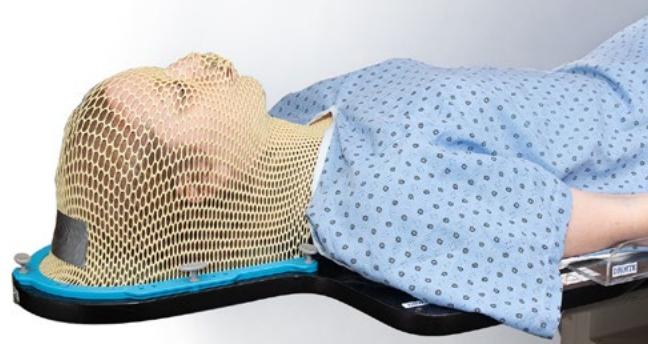
Il est important de ne pas bouger pendant cet examen.

5. Période d'attente avant les traitements

À la suite de la tomodensitométrie, il faut prévoir un temps d'attente afin de bien planifier votre plan de traitement. Les technologues présents à la tomodensitométrie 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 avisé par téléphone de la date et de l'heure de votre premier traitement.

Les traitements peuvent débuter n'importe quel jour de la semaine.



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



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 8 semaines selon le type de maladie.

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

Lors de votre traitement, 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 accueilli 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 installé 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.

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 minutes pour le positionnement et le traitement.

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



Les effets secondaires des traitements

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

L'administration de la chimiothérapie et/ou la chirurgie peuvent influencer l'apparition et l'intensité des effets secondaires de la radiothérapie. Les effets secondaires propres à la chirurgie et à la chimiothérapie ne seront pas abordés ici.

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

En cours de traitement et dans les semaines suivantes

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

Les effets les plus souvent ressentis

- Fatigue
- Rougeur, irritation et sécheresse de la peau du cou (comme un « coup de soleil »). Cela peut mener à une perte de la couche superficielle de la peau (peau qui pèle, brûlure)
- Perte de cheveux à la nuque et perte des poils de barbe
- Sécheresse de la bouche par diminution de la salive et salive plus épaisse
- Modification et/ou diminution et/ou perte du goût des aliments
- Changement de la voix
- Diminution de l'appétit et perte de poids
- Sécrétions plus abondantes dans la gorge
- Ulcères dans la bouche avec sensation de brûlure
- Douleur dans la bouche et dans la gorge rendant difficile l'alimentation

Si vous ne pouvez plus boire ou manger adéquatement, il est possible qu'un soluté soit mis en place pour vous réhydrater et/ou un tube de gavage soit mis en place pour permettre l'alimentation.

Si les traitements sont dirigés dans le haut du visage, soit près des yeux et du nez :

- Augmentation des sécrétions nasales
- Otite
- Irritation des yeux

Les effets secondaires rares

(1 à 5 patients sur 100 : 1 % à 5 %)

- Gonflement et douleur des glandes salivaires
- Pneumonie et/ou autres infections

Dans les mois/années suivant le traitement

Les effets les plus fréquents

- Fatigue et intolérance à l'effort pouvant aller de 6 à 12 mois après la fin des traitements
- Sécheresse de la bouche par diminution de la salive et salive plus épaisse
- Modification et/ou diminution et/ou perte du goût des aliments
- Hypothyroïdie : dysfonction de la glande thyroïde localisée dans le bas du cou
- Raideur de la peau du cou

Les effets secondaires rares

(1 patient sur 100 : 1%)

- Caries dentaires
- Fracture et/ou infection de l'os de la mâchoire
- Limitation de l'ouverture de la mâchoire
- Diminution de l'audition
- Difficulté à l'alimentation et/ou sensation de blocage des aliments pouvant nécessiter la mise en place d'un tube de gavage pour permettre l'alimentation à long terme
- Engourdissement et/ou douleur aux bras
- Enflure importante des cordes vocales rendant la respiration difficile pouvant nécessiter une trachéotomie en urgence
- Accidents cérébraux-vasculaires (ACV)

Si les traitements sont dirigés dans le haut du visage, soit près des yeux et du nez :

- Sécheresse des yeux
- Irritation des yeux
- Cataractes

Suite à la page suivante

Dans les mois/années suivant le traitement (suite)

Les effets secondaires très rares

(1 patient sur 1 000 : 0.1%)

- Cancer causé par la radiothérapie dans la zone traitée
 - Les bienfaits du traitement sont supérieurs à ce risque
- Blessure à la moelle épinière pouvant causer une paralysie
- Perte de vision



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.*



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.

Vous serez également pris en charge par une nutritionniste dès le début de votre traitement. Elle vous aidera à maintenir un état nutritionnel optimal malgré les effets secondaires présents. Une alimentation saine et suffisante en énergie, en protéines, en vitamines et en minéraux contribuera à vous rendre plus résistant à la maladie et à vous aider à mieux tolérer les traitements.

Recommandations pendant les traitements

Conseils généraux



- Avisez le technologue, l'infirmière ou le radio-oncologue si vous ressentez des effets secondaires.
- Assurez-vous de bien vous reposer tout en restant actif.
- Il est important de bien vous alimenter et de maintenir votre poids.
Si vous constatez que vous avez perdu du poids, il est important d'en discuter avec votre médecin.
- Évitez de consommer de l'alcool, des aliments trop chauds et très épicés.
- Utilisez un gargarisme maison quatre (4) fois par jour.
 - Voici la recette du gargarisme : 1 litre d'eau + 1 c. à thé (5 ml) de sel + 2 c. à thé (10 ml) de bicarbonate de soude (soda). Le gargarisme se garde 24 heures à la température de la pièce.
- **Si vous êtes en âge de devenir 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.
- Ne pas appliquer de compresses d'eau sur la région traitée pour calmer la démangeaison ou la douleur.
- Appliquez, au besoin, 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. Au besoin, étalez-la devant un miroir. 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.
- Seul l'usage du rasoir électrique est permis.

Conseil 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 www.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.

Conseils sur la consommation d'alcool



- La consommation d'alcool est à éviter durant les traitements.

Si vous souffrez d'une dépendance à l'alcool ou si vous êtes inquiet de votre consommation, parlez-en à votre médecin. Vous pouvez également obtenir du soutien avec le programme Alcochoix du gouvernement du Québec, vous trouverez plus d'information sur le site www.educalcool.qc.ca/terrain/mes-choix-alcool.

Notes personnelles

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, 2025

07/2025, 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