

HÔPITAL DE JOUR D'ONCO-HÉMATOLOGIE

LIVRET D'ACCUEIL ET D'INFORMATIONS



Ce livret a pour but de vous présenter l'hôpital de jour d'Onco-Hématologie et de vous donner les informations utiles sur son fonctionnement afin de faciliter votre séjour.

Nous y abordons les consultations médicales, les traitements ainsi que les différents soins et soutiens qui pourront vous être proposés.

Il vient compléter les renseignements donnés par les équipes médicales et soignantes. Tout sera mis en place afin que les soins qui vous seront dispensés et les conditions de votre séjour soient les meilleurs possibles.

SOMMAIRE

1. La présentation du service	p. 3
2. La consultation médicale	p. 6
3. La consultation infirmière de soutien et d'informations	p. 7
4. Votre arrivée en hôpital de jour	p. 7
5. Les traitements	p. 8
6. Les effets indésirables	p. 10
7. La fertilité et la sexualité	p. 20
8. Les soins de support	p. 10
9. La recherche clinique	p. 23
10. Les associations	p. 23
11. Les coordonnées téléphoniques	p. 24



1. LA PRÉSENTATION DES SERVICES

Les structures

L'hôpital de jour d'Onco-Hématologie se situe au 4^{ème} étage de la Clinique Sainte Anne et accueille les patients du lundi au vendredi de 8H30 à 18H00.

Il se compose de deux parties :
l'une dédiée aux consultations médicales et l'autre aux soins et traitements ambulatoires.

Vous serez accueilli dans des locaux climatisés. Vous y trouverez, pour agrémenter votre temps de traitement : un poste de télévision, des magazines, et des jeux.

Au cours du traitement, un espace collation est à votre disposition.
Un plateau repas vous sera proposé si le traitement nécessite votre présence à l'heure du déjeuner.

Vous serez pris en charge et installé dans un fauteuil ou au besoin un lit pendant les soins.

Vous regagnerez votre domicile dans la journée après le traitement.

La structure dispose de 20 places :

- 3 pièces avec 4 fauteuils
- 1 pièce avec 3 fauteuils
- 5 pièces avec 1 lit



La durée de certaines chimiothérapies justifie une hospitalisation de courte durée en Hôpital de Semaine. Celui-ci est situé au 1^{er} étage de la Clinique Sainte Anne.

Si votre état de santé le nécessite, une hospitalisation en service conventionnel (1^{er} étage de la Clinique Sainte Anne) vous sera proposée.

En 2016, a été créé un Hôpital de Jour d'Onco-Hématologie au sein de la Clinique Saint Luc. Ce service permet de dispenser le traitement et les soins au plus près de votre domicile si vous résidez près de Schirmeck.

Votre prise en charge sera assurée par les Onco-Hématologues de la Clinique Sainte Anne.

Les équipes de l'hôpital de jour

Les Oncologues, Onco-Hématologues et onco-radiothérapeutes sont des médecins spécialisés dans le traitement des pathologies cancéreuses.

Ils prescrivent les thérapeutiques les plus adaptées à votre prise en charge, en tenant compte des référentiels et des protocoles de traitement validés lors de réunions de concertation pluridisciplinaire.



Dr N. Baati
Onco-Hématologue



Dr A. Bourgmayer
Oncologue



Dr L.M. Dourthe
Oncologue



Dr A. Escande
Oncologue



Dr H. Herrscher
Oncologue



Dr A. Ilitis Roux
Onco-Hématologue



Dr F. Maloisel
Onco-Hématologue



Dr Y. Tazi
Oncologue



Dr F. Schaff
Wendling
Oncologue

Accueil

À votre arrivée dans le service, vous serez reçu par les secrétaires médicales d'accueil. Elles s'occupent des formalités nécessaires lors de votre passage en Hôpital de Jour et sauront vous orienter en cas de besoin.

Les secrétaires médicales

Elles s'occupent de l'ensemble de votre dossier médical et administratif. Elles organisent les rendez-vous de consultations, d'exams et de traitements et envoient des courriers à vos médecins référents.

Il est important de leur fournir tous les renseignements, les papiers administratifs et de leur signaler les examens réalisés. En relation avec les autres membres de l'équipe, elles sauront vous guider et vous renseigner tout au long de votre prise en charge.



L'équipe infirmière

L'équipe se compose d'un cadre de santé et d'infirmières. Celles-ci vous accueillent lors de chaque séance de traitement et se chargent de l'administration des médicaments de chimiothérapie et de votre surveillance. Elles vous apportent des soins personnalisés.

Elles font, au besoin, le lien avec votre médecin onco-hématologue.

Les agents de service hospitalier

Ils assurent l'entretien des locaux ainsi que la distribution des repas et des collations.

Le pharmacien et l'Infirmier en Pratique Avancée (IPA)

Ils assurent la prise en charge et le suivi des traitements anticancéreux oraux. L'IPA est un infirmier ayant acquis des compétences relevant du champ médical.



La pharmacie

L'Unité de Préparation des Cytotoxiques (UPC) assure la préparation des traitements anticancéreux et la gestion des thérapeutiques en essai clinique, que ce soit pour la Clinique Sainte Anne à Strasbourg ou la Clinique Saint Luc à Schirmeck.

L'équipe de cette unité est constituée d'un pharmacien responsable, d'un interne en pharmacie et de préparateurs en pharmacie spécialisés dans les traitements anticancéreux.

Ils assurent également la délivrance des traitements non dispensés en officine de ville (rétrocession)



2. LA CONSULTATION MÉDICALE

Votre dossier médical est transmis à l'Onco-Hématologue afin qu'il puisse disposer d'un maximum d'informations pour le choix thérapeutique.

Celui-ci prend connaissance de votre dossier et vous examine. Le choix du traitement dépend des caractéristiques du cancer : la localisation, son type et son stade. Il prend également en compte vos données personnelles (âge, antécédents médicaux et chirurgicaux, état de santé global) ainsi que votre avis.

Le choix de votre traitement est le résultat d'une concertation entre plusieurs spécialistes lors d'une réunion appelée Réunion de Concertation Pluridisciplinaire (RCP).

La stratégie thérapeutique la mieux adaptée à votre maladie et à votre état sera établie à partir de recommandations nationales et internationales.

Votre médecin référent vous explique le choix du traitement et son déroulement. Il vous informe des bénéfices attendus et des éventuels effets secondaires.

À l'issue de la consultation, la secrétaire médicale fixe les rendez-vous nécessaires pour la poursuite de votre prise en charge.

Un Programme Personnalisé de Soins (PPS) vous sera remis, il identifie le protocole de traitement. Celui-ci est signé par le médecin et par vous-même pour approbation. Il correspond au plan d'action de votre traitement et est à conserver dans votre dossier médical personnel.

Le médecin vous accompagne tout au long de votre parcours thérapeutique, réévalue régulièrement le traitement et votre tolérance. Il prescrit les examens complémentaires nécessaires.

3. LA RECHERCHE CLINIQUE

L'équipe est composée de 4 attachés et a pour mission d'assurer le bon déroulement des études cliniques et le suivi régulier du patient en lien avec le médecin référent.

Dans le cadre de votre traitement, votre médecin vous proposera peut-être de participer à un essai clinique.

Un essai clinique offre dans certains cas la possibilité d'avoir accès à un traitement innovant qui peut être : une nouvelle molécule – une association de molécules existantes – une façon différente de l'administrer et/ou d'autres techniques de traitement (chirurgie,

radiothérapie, etc...).

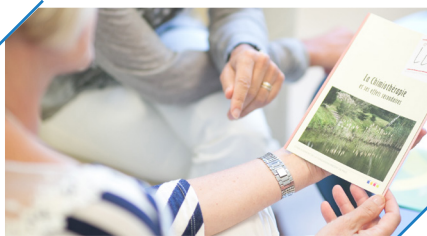
Si vous souhaitez participer à un essai clinique, votre médecin vous donnera une information orale puis écrite.

Vous serez informé des bénéfices attendus, des contraintes éventuelles et des effets potentiels du traitement.

Vous avez bien entendu le droit de refuser d'y participer et vous êtes à tout moment libre de sortir de l'essai clinique.

Tout essai clinique répond à une réglementation validée et est effectué selon un protocole scientifique rigoureux respectant les principes éthiques.

4. LA CONSULTATION INFIRMIÈRE DE SOUTIEN ET D'INFORMATIONS



La consultation infirmière de soutien et d'informations est un temps d'accompagnement en relais du temps médical.

Elle a pour objectif de vous écouter, de vous soutenir et de vous informer. Il est possible de vous faire accompagner par une personne de votre entourage.

Le temps est pris pour répondre à vos questions ainsi que pour vous expliquer l'organisation de votre prise en charge.

Lors de cet entretien, différents documents vous seront remis et un entretien complémentaire peut vous être proposé.

Cette rencontre permet également de repérer vos éventuels besoins d'accompagnement spécifique et de vous proposer des soins et soutiens personnalisés. Cette consultation se déroule dans une pièce dédiée, au 1^{er} étage de la clinique ou en chambre.

5. LES SOINS DE SUPPORT

«Les soins de support sont définis par l'ensemble des soins et soutiens nécessaires aux personnes malades, parallèlement aux traitements spécifiques, lorsqu'il y en a» (Mesure 42 Plan cancer 2003-2007).

Différents soins de support vous sont proposés gratuitement. Ils s'inscrivent dans le cadre de votre prise en charge globale.



Consultation psychologique

La psychologue offre une possibilité d'écoute, un espace d'échanges, afin que vous, votre partenaire, vos proches, puissiez exprimer votre questionnement, vos difficultés, à chaque moment du parcours de soin et après la fin des traitements. La psychologue peut vous recevoir en consultation individuelle ou avec la personne de votre choix.

Consultation sociale

Une assistante sociale est présente pour vous écouter, vous orienter, vous informer, vous conseiller. Elle pourra vous aider dans vos démarches administratives liées à l'emploi, à la perte de revenus, à la mise en place d'aides à domicile, etc.

Soins esthétiques et de bien-être

Ils sont assurés par une socio-esthéticienne diplômée. Elle prend en compte les pathologies et les modifications engendrées par les traitements.

Ces soins ont pour objectif d'améliorer la qualité de vie, le bien-être et l'estime de soi. Ils s'adressent aux dames mais aussi aux messieurs.

Consultation diététique

La maladie cancéreuse ainsi que les traitements peuvent entraîner une perte d'appétit ainsi qu'une modification du goût. Vous pouvez rencontrer notre diététicienne si vous avez besoin de conseils alimentaires. Elle vous aidera à identifier les problèmes éventuels et vous apportera des réponses adaptées, en tenant compte de vos goûts et des contraintes liées à votre état de santé.

Consultation d'hypnose thérapeutique

Elle est assurée par des infirmières formées à ces techniques d'accompagnement. Elle repose sur l'écoute, l'évaluation de vos besoins ainsi que sur des techniques de relaxation, d'apaisement physique et mental.

6. VOTRE ARRIVÉE EN HÔPITAL DE JOUR

Le transport

Vous pouvez vous rendre au service par vos propres moyens (voiture personnelle, transports en commun...), ou selon votre état de santé, en ambulance, VSL (Véhicule Sanitaire Léger) ou taxi.

Ces moyens de transport sont pris en charge par votre Caisse d'Assurance Maladie dans le cadre de l'Affection de Longue Durée (ALD) si votre état de santé le nécessite.

Vous pouvez vous adresser à la secrétaire médicale pour plus de renseignements.

À l'arrivée dans le service

- A votre arrivée dans le service, merci de vous enregistrer à l'accueil.
- Veuillez ensuite vous annoncer aux infirmières afin d'être orienté vers un fauteuil/lit disponible.
- Pendant le temps de préparation de votre traitement, l'infirmière prépare la voie d'administration et perfuse, le cas échéant, les médicaments nécessaires au bon déroulement du traitement (prémédications).

7. LES TRAITEMENTS

La chimiothérapie



La chimiothérapie est un traitement qui consiste à utiliser un ou plusieurs médicaments selon des protocoles validés. Elle vise à éliminer les cellules cancéreuses en les détruisant directement et/ou en les empêchant de se multiplier. La chimiothérapie peut être proposée dans différentes situations :

- avant la chirurgie, dans le but de diminuer la taille de la tumeur et de faciliter ainsi l'opération ou de la rendre possible ;
- après la chirurgie, lorsque le chirurgien a enlevé la tumeur visible. Elle vise alors à détruire les cellules cancéreuses qui pourraient rester ou qui auraient migré à distance. Elle aura pour but de diminuer les risques de récurrence. La chimiothérapie complète ainsi la chirurgie ;
- pour traiter des métastases, c'est-à-dire quand la maladie s'est propagée dans d'autres endroits du corps.

Autres traitements anti-cancéreux

D'autres traitements anti-cancéreux peuvent vous être prescrits pour lutter contre la maladie comme :

- l'immunothérapie qui a pour objectif de stimuler vos propres défenses contre les cellules cancéreuses.
- les thérapies ciblées qui combattent la maladie en s'attaquant à des cibles précises de la cellule cancéreuse ou à son environnement.

La durée et la fréquence d'administration des traitements sont variables en fonction des protocoles et des indications. Les prises de sang sont souvent nécessaires pour confirmer votre rendez-vous. Elles aident au suivi de la tolérance et parfois de l'efficacité du traitement. D'autres soins, actes médicaux et para-médicaux, peuvent être réalisés en ambulatoire en hôpital de jour comme les transfusions, les ponctions ou biopsies.



La préparation des traitements

Il s'agit le plus souvent de préparations magistrales, réalisées de façon individuelle, selon le protocole prescrit par le médecin et tenant compte des paramètres de chaque patient. Ceci explique le délai de fabrication entre le moment de la prescription et le début de son administration (environ 30 minutes).

Les modes d'administration

L'administration se fait le plus souvent par perfusion intra-veineuse dans une chambre implantable (appelée également site implantable). Elle est mise en place en sous-cutané au niveau du thorax et reliée au système veineux profond. Elle nécessite une intervention sous anesthésie locale au bloc opératoire. Le 1^{er} jour du traitement, l'infirmière pose une aiguille spécifique dans la chambre implantable et la protège à l'aide d'un pansement. Tant que l'aiguille est en place, le pansement doit être occlusif et propre.

Il faut éviter de le mouiller. À la fin de la séance, le site est rincé, pour empêcher la formation d'un caillot sanguin et vous repartez avec un pansement qui sera à retirer le lendemain.

L'aiguille étant retirée, vous pouvez effectuer tous les gestes de la vie quotidienne (vous doucher, vous baigner...).

Aucun soin particulier du site n'est nécessaire. Il faut toutefois signaler à votre médecin toute fièvre, rougeur ou anomalie cutanée qui pourrait apparaître autour du site. L'administration peut être également réalisée par d'autres voies telles que : la voie sous-cutanée (sous la peau), la voie intra-thécale (dans le liquide céphalo-rachidien), la voie per os (voie orale) utilisée à domicile pour certains traitements, laquelle donnera lieu à un parcours de soins en Hôpital de Jour thérapie orale.

Hôpital de Jour - Thérapie orale

Les traitements anticancéreux par voie orale peuvent avoir des interactions avec vos autres traitements pris quotidiennement, mais aussi avec l'alimentation, avec des compléments alimentaires, de la phytothérapie ou des médecines alternatives et complémentaires. Une analyse pharmaceutique est nécessaire pour les détecter et proposer des adaptations éventuelles.

De plus certaines modalités de prise des traitements sont complexes et les profils de tolérance spécifiques : un temps d'information et d'explication permet de vous aider à être plus autonome dans la

gestion de votre traitement, de prévenir et limiter les effets indésirables, de les prendre en charge le cas échéant.

Pour cela, nous organisons en une demi-journée une consultation avec notre pharmacien, un Infirmier en Pratique Avancée (IPA) et notre diététicienne. Enfin vous verrez votre Oncologue pour faire la synthèse de ces consultations et confirmer le programme de soins.

8. LES EFFETS INDÉSIRABLES

Les effets secondaires sont directement liés au type de médicaments administrés, à leurs doses, à leur association avec d'autres traitements, à votre état général et à la réaction individuelle de chacun.

Des traitements permettant de limiter le plus possible ces effets vous seront prescrits. Certains d'entre eux seront à prendre à domicile selon les indications médicales et d'autres seront administrés en hôpital de jour avant, pendant et/ou après la chimiothérapie.

Vous trouverez dans les pages suivantes des informations concernant les effets indésirables les plus fréquents ainsi que quelques suggestions pour les prévenir ou les contrôler.

Il est important de rappeler que presque tous les effets indésirables sont temporaires et disparaissent progressivement à l'arrêt du traitement.

Pendant votre présence dans le service, l'infirmière assure une surveillance continue ; néanmoins, si un symptôme apparaît, veuillez en informer immédiatement l'équipe soignante.

Ce qu'il faut savoir

Des médicaments permettent de limiter voire de supprimer ces effets indésirables.

Pendant la séance de chimiothérapie, ces médicaments vous seront administrés et si nécessaire, un traitement vous sera prescrit pour le domicile.

Si malgré ces traitements, les nausées et vomissements persistent, signalez-le à votre médecin.

Conseils et précautions

- Continuez à bien vous hydrater ;
- Mangez de façon équilibrée tout en continuant à respecter vos envies ;

- Évitez les odeurs fortes, les aliments gras, frits ;
- Évitez des repas très épicés ou très sucrés ;
- Manger des repas fractionnés, légers, froids ou tièdes, peut aider certaines personnes ;
- Si vous n'arrivez pas à vous alimenter suffisamment, parlez-en à votre médecin.

Si besoin, vous pouvez bénéficier des conseils de notre diététicienne.

Un état anxieux peut accentuer les nausées. Un soutien psychologique et/ou médicamenteux pourra vous être proposé.

La diarrhée

La diarrhée peut être provoquée ou aggravée par certains anti-cancéreux.

Ce qu'il faut savoir

- Des médicaments peuvent être prescrits par avance. En cas de diarrhée ils sont à prendre rapidement si besoin ;
- Contactez votre médecin si votre diarrhée persiste malgré le traitement anti-diarrhéique ou si elle est accompagnée de fièvre ou de vomissements ;
- Contactez votre oncologue en cas de diarrhée si vous recevez une immunothérapie. Des traitements spécifiques peuvent être indiqués.

Conseils et précautions

- Buvez suffisamment : thé, tisane, eau, eau de riz, jus de carotte ... ;
- Mangez des aliments pauvres en fibres, tels que riz, pâtes, bananes bien mûres, pommes râpées, pommes de terre vapeur, gelée de coing, fromage à pâte pressée cuite, biscottes... ;
- Évitez les boissons glacées, les fruits et légumes cuits et crus, les céréales et le pain complet, le lait.

La constipation

Certains traitements anti-cancéreux peuvent entraîner ou majorer la constipation, celle-ci peut être également favorisée par certains médicaments comme ceux contre la douleur.

Conseils et précautions

- Buvez suffisamment : eau, thé, tisanes ... ;
- Prenez un verre de jus de fruit au réveil ;
- Augmentez l'apport en aliments riches en fibres, tels que les fruits crus, les légumes et les compotes de pruneaux. Introduisez progressivement les céréales et le pain complet, selon votre tolérance, afin de favoriser le transit intestinal ;
- Si possible, faites de l'exercice de façon régulière ;
- Si la constipation persiste, parlez-en à votre médecin : un traitement adapté vous sera proposé.

La mucite

La mucite (altération des muqueuses de la bouche) se manifeste par l'apparition de lésions, d'aphtes, de douleurs, de gêne pour manger ou pour avaler. Si ces symptômes se manifestent, parlez-en à votre médecin : des traitements spécifiques pourront vous être prescrits.

Conseils et précautions

- Une bonne hygiène buccale est importante ;
- Afin de limiter l'irritation de la muqueuse, brossez vos dents régulièrement avec une brosse souple et utilisez du fil dentaire. Évitez les dentifrices mentholés ;
- Évitez les aliments épicés et acides, durs, trop chauds ainsi que les fritures ;
- Maintenez une bonne humidification de la bouche en buvant de l'eau régulièrement.

La moelle osseuse

La chimiothérapie agit sur la moelle osseuse où sont fabriqués les globules rouges, les globules blancs et les plaquettes.

La chimiothérapie peut entraîner une diminution transitoire des globules sanguins. Une diminution de l'un de ces trois éléments peut retarder l'administration de votre prochain traitement. La surveillance nécessite des prises de sang régulières.

Les globules rouges ou hématies sont nécessaires pour le transport de l'oxygène dans l'organisme. Un manque d'hémoglobine s'appelle une anémie.

Ce qu'il faut savoir

Elle se manifeste par :

- Une pâleur de la peau, des muqueuses ;
- Un essoufflement ;
- Une fatigue ;
- Des vertiges.

Conseils et précautions

Si vous ressentez l'un de ces symptômes, contactez votre médecin. En cas d'anémie sévère, une transfusion pourra être nécessaire.

Les plaquettes sont nécessaires à la coagulation du sang.

Une diminution du nombre de plaquettes s'appelle une thrombopénie.

Ce qu'il faut savoir

Une thrombopénie importante peut se manifester par :

- Des saignements (du nez, des gencives, dans les urines, les selles, les vomissements) ;

- L'apparition inhabituelle de bleus (ecchymoses) ou de petites taches rouges ou mauves sur la peau.

Conseils et précautions

Si vous ressentez l'un de ces symptômes, contactez votre médecin. Informez-le de la prise d'un traitement anticoagulant. Ne prenez pas d'aspirine ou de médicaments qui en contiennent, sans prescription.

Une transfusion de plaquettes est parfois nécessaire.

Les globules blancs ou leucocytes protègent l'organisme contre les infections. Une diminution du nombre de globules blancs s'appelle une leucopénie ou neutropénie.

Conseils et précautions

Il est recommandé d'éviter le contact avec les personnes atteintes d'une maladie infectieuse.

La fièvre et l'infection

Ce qu'il faut savoir

Une infection peut se manifester de façons différentes.

Si vous avez l'un des symptômes suivants :

- Une fièvre de 38,5°C ou plus, une fièvre supérieure ou égale à 38°C répétée, ou une température inférieure à 36,5°C ;
- Des frissons ;
- Une rougeur, un écoulement ou une douleur au niveau du site de la chambre implantable ;
- Une toux, un essoufflement, une douleur à la poitrine ;
- Des brûlures urinaires ;
- Une diarrhée persistante

contactez votre médecin traitant immédiatement. Il sera peut-être nécessaire de vous hospitaliser.

Conseils et précautions

Pour minimiser les risques d'infection, veillez à une bonne hygiène personnelle :

- Maintenez une bonne hygiène buccale ;
- Évitez de vous blesser en portant des gants lors des travaux ménagers ou de jardinage ;
- Si vous vous coupez par accident, lavez la plaie abondamment avec de l'eau et du savon avant de la désinfecter et de mettre un pansement propre.

Ne prenez pas de médicaments (antibiotiques, antipyrétiques) sans prescription médicale.

Si vous envisagez de vous faire vacciner, veuillez en parler auparavant à votre médecin. (Cependant, le vaccin antigrippal ne présente le plus souvent pas de contre-indication).

Les troubles de la peau et des ongles

La peau

Ce qu'il faut savoir

Certains traitements peuvent provoquer parfois :

- Une sécheresse cutanée ;
- Des démangeaisons ;
- Une desquamation (principalement sur les paumes des mains et les plantes des pieds) ;
- Une modification de la couleur de la peau ;
- Des éruptions cutanées (boutons sur le visage, le torse, le dos...) ;
- Un syndrome mains-pieds :
il se manifeste par des rougeurs et gonflements au niveau des paumes des mains et des plantes des pieds.
La peau peut être très sèche avec parfois, l'apparition de petites bulles ou cloques.

Conseils et précautions

- Utilisez des savons doux sans alcool ;
- Appliquez une crème adoucissante et hydratante régulièrement ;
- Évitez l'exposition au soleil : portez un chapeau et utilisez une crème solaire à fort coefficient de protection (SPF50) ;
- Portez des chaussures confortables et des gants de protection pour le jardinage et les travaux ménagers.

Les ongles

Certains traitements fragilisent les ongles. Cela peut se manifester par une modification de leur couleur, ils peuvent aussi devenir cassants, striés et ondulés.

Pour certaines chimiothérapies, il vous sera proposé de porter des moufles réfrigérées le temps de la perfusion.

Conseils et précautions

- Coupez vos ongles courts afin d'éviter qu'ils ne se fissurent ou se soulèvent ;
- Dans certains cas il vous sera conseillé de protéger les ongles à l'aide d'un vernis au silicium.

Le système pileux

La chute des cheveux ou alopecie (parfois aussi des sourcils, des cils et des poils) apparait potentiellement sous chimiothérapie.

Ce qu'il faut savoir

- Tous les produits de chimiothérapie n'entraînent pas une chute des cheveux. Votre médecin ou votre infirmière vous informeront si votre traitement est susceptible de provoquer cet effet ou non ;
- Le délai et l'importance de cette chute dépend du type de médicament ou de l'association des médicaments employés, des doses, du nombre de cycles et de la qualité de vos cheveux ;
- La perte des cheveux est temporaire et les cheveux recommencent à pousser environ 6 à 8 semaines après la fin du traitement. Il se peut que vous remarquiez un changement dans la couleur et la texture de vos cheveux par la suite.

Conseils et précautions

Pour minimiser le risque de chute des cheveux :

- Coupez vos cheveux courts avant le début de votre traitement ;
- Utilisez un shampoing doux (par exemple un shampoing pour bébés) et une crème démêlante ;
- Utilisez un peigne à larges dents ou une brosse souple ;
- Évitez les colorations, surtout à base d'ammoniaque, les permanentes, les bigoudis, les bigoudis chauffants, les nattes... ;

- Si possible laissez sécher vos cheveux à l'air libre. Si vous utilisez un sèche-cheveux, mettez-le sur froid ;
- Enfin, selon le type de pathologie et votre protocole de chimiothérapie, votre médecin pourra vous proposer le port d'un casque réfrigérant lors de la perfusion de votre traitement. Le casque, par l'application de froid, évite en partie ou ralentit la chute des cheveux. Le casque est mis en place 15 minutes avant le début de la perfusion sur les cheveux mouillés. Il doit être gardé environ 30 minutes après la perfusion des produits.

Le port d'un casque n'est pas toujours bien toléré chez les personnes sujettes aux migraines ou souffrant d'une arthrose cervicale.

En cas de chute des cheveux :

- Si vous souhaitez acheter une prothèse capillaire (perruque), nous vous conseillons de la choisir au début de votre traitement. Ainsi vous pourrez choisir un modèle proche de votre coupe et de votre couleur naturelle ;
- Une perruque est remboursée par la Sécurité Sociale, entre 250 et 350 euros selon la classification (Données avril 2019). Elle peut être renouvelée une fois par an. Certaines mutuelles remboursent le complément.

La fatigue

La fatigue est un effet secondaire fréquent.

Elle peut être due à un ou à plusieurs facteurs, parmi lesquels :

- La maladie elle-même ;
- Les traitements ;
- La douleur ;
- Une anémie ;
- Des troubles nutritionnels ;
- Des troubles du sommeil ;
- Des troubles de l'humeur ;
- Une infection ...

Conseils et précautions

- Respectez des temps de repos dans la journée, allongez-vous si vous en ressentez le besoin ;
- Identifiez les activités qui vous fatiguent et éliminez les activités inutiles ;
- Parlez de votre fatigue à l'équipe médicale et paramédicale pour qu'elle puisse vous aider ;
- Mangez équilibré et hydratez-vous bien ;
- Donnez-vous du temps pour des activités qui vous font plaisir ;
- Pratiquez un exercice régulier : marche, bicyclette, exercices de gymnastique... Ces activités peuvent stimuler votre appétit et diminuer le stress et la fatigue.

Réaction allergique

Une réaction allergique plus ou moins immédiate peut survenir avec certains anti-cancéreux.

Un traitement préventif vous sera prescrit.

Si vous voyez apparaître au début ou au cours de la perfusion :

- Une difficulté respiratoire ;
- Une sensation de malaise ;
- Des frissons ;
- Une douleur ;
- Une gêne cutanée

Prévenez immédiatement le personnel infirmier.

La douleur

La maladie et les traitements peuvent être à l'origine de douleurs de différents types : brûlure, tension, pesanteur ...

Si vous en souffrez, informez votre médecin. Des traitements pourront vous être prescrits.

- Respectez rigoureusement la prescription en prenant les médicaments aux horaires indiqués sans attendre que vos douleurs réapparaissent ;
- Si vous conduisez, assurez-vous qu'il n'existe pas de contre-indication avec le traitement prescrit.

Le système urinaire

Certains traitements peuvent altérer le fonctionnement des reins ou avoir une toxicité sur les voies urinaires.

Ce qu'il faut savoir

Certaines chimiothérapies entraînent une coloration des urines pendant quelques heures suivant leur perfusion. Ne vous inquiétez pas, ceci est sans conséquence.

Une altération du fonctionnement des reins peut se traduire par :

- Une diminution du volume des urines ;
- Une prise de poids rapide ;
- Un gonflement des membres inférieurs et/ou supérieurs ;

Si ces symptômes apparaissent, veuillez en informer votre médecin.

Conseils et précautions

- Prenez l'habitude de boire au moins 1,5 litre par jour (eau, thé, tisanes ...)
- Une prise de sang permettant de surveiller la fonction rénale vous sera prescrite avant chaque traitement.

Le système oculaire

Parfois des larmoiements ou au contraire une sécheresse des yeux peuvent apparaître. Si ces symptômes apparaissent, veuillez en informer votre médecin.

L'appareil auditif

Certains traitements peuvent provoquer les symptômes suivants :

- Bourdonnements d'oreille ;
- Baisse de l'acuité auditive ;
- Vertiges.

S'ils apparaissent, veuillez en informer votre médecin.

Le système cardiaque

Ce qu'il faut savoir

Si vous ressentez un ou plusieurs des symptômes suivants, contactez immédiatement votre médecin :

- Une douleur à la poitrine avec ou sans irradiation au bras gauche ;
- Le cœur qui bat vite (une tachycardie) ou de façon irrégulière ;
- Un essoufflement ou une difficulté à respirer ;
- Une tension artérielle trop basse ou au contraire trop élevée ;
- Des œdèmes ;
- Une douleur dans un membre (inférieur ou supérieur).

Le système nerveux

Ce qu'il faut savoir

Les symptômes suivants peuvent apparaître secondairement à certaines chimiothérapies :

- Des fourmillements, des picotements des mains ou des pieds ;
- Une diminution ou une augmentation de la sensibilité des mains et/ou des pieds ;
- Des sensations de brûlures.

Le froid peut accentuer certains de ces symptômes.

Dans la majorité des cas, ces symptômes sont temporaires et régressent en quelques semaines ou mois après l'arrêt du traitement.

Conseils et précautions

- Il convient de signaler rapidement ces symptômes à votre médecin
- Si vous avez des antécédents cardiaques, parlez-en à votre onco-hématologue avant de débiter votre traitement.

Conseils et précautions

- Évitez de toucher des objets très chauds, très froids ;
- Portez des gants de protection pour saisir des objets froids ou pour effectuer divers travaux pouvant fragiliser vos mains ;
- Portez des chaussures confortables ;
- Ne conduisez pas si vous avez une perte importante de sensibilité dans les mains ou les pieds ;
- Essayez de maintenir une activité physique régulière ;
- Parlez-en à votre médecin, une adaptation de votre traitement peut être nécessaire.

9. LA FERTILITÉ ET LA SEXUALITÉ

Si vous vous sentez fatigué suite à votre traitement, si vous avez des nausées ou des vomissements, si vous êtes anxieux, déprimé, si vous ressentez des douleurs, cela peut avoir des répercussions sur votre qualité de vie, et par conséquent sur votre vie intime et sexuelle.

La fertilité

Certains traitements peuvent entraîner une baisse de la fertilité, voire une stérilité. Cela est très variable et dépend principalement du type de traitement, des doses, de votre âge et de votre état de santé général.

POUR LES FEMMES EN AGE DE PROCREER

Ce qu'il faut savoir

- Dans certaines situations, des consultations spécialisées pour préserver les chances de fertilité sont proposées ;
- Les règles peuvent être modifiées en fréquence ou en quantité, voire interrompues ;
- L'interruption des règles ne signifie pas que vous ne pouvez pas tomber enceinte ;
- Les modifications du cycle menstruel peuvent également s'accompagner :
 - de bouffées de chaleur ;
 - d'une sécheresse de la peau et des muqueuses ;
 - d'une sécheresse vaginale ;
 - de démangeaisons de la vulve.
- Les cycles menstruels, s'ils ont été interrompus, peuvent reprendre à distance des traitements.

Conseils et précautions

- Si vous êtes enceinte ou pensez pouvoir l'être avant le début du traitement, il est important d'en informer votre médecin ;
 - Il vous est fortement conseillé d'utiliser une méthode de contraception compatible avec votre traitement et votre maladie, qui vous sera prescrite par votre médecin traitant ou votre gynécologue ;
 - L'utilisation de crèmes, gels, lubrifiants locaux peuvent atténuer une sécheresse vaginale et diminuer la douleur des rapports.
- Parlez-en à votre médecin.

POUR LES HOMMES

Ce qu'il faut savoir

Certains médicaments peuvent diminuer la fertilité.

Conseils et précautions

- Avant certains traitements, il est possible de réaliser un prélèvement de sperme et de le conserver en banque de sperme (CECOS), dans l'éventualité d'un futur projet parental ;
- Maintenez une contraception efficace au cours des traitements.

Vie intime et sexuelle



Les effets du traitement sur la sexualité sont variables d'une personne à l'autre. Certains troubles sont temporaires, d'autres définitifs. Si certains aspects de la vie intime et sexuelle sont perturbés, vivre sa sexualité reste possible. Il se peut que votre image corporelle soit modifiée, que vous ressentiez une

fragilité psychologique suite à l'annonce du diagnostic et des traitements, ainsi qu'une crainte de l'avenir.

Ceci peut avoir des répercussions sur votre vie intime et sexuelle pour vous et/ou votre partenaire.

N'hésitez pas à en discuter ensemble.

Pour toutes ces questions liées à la fertilité et/ou à la sexualité, votre médecin traitant et votre onco-hématologue vous conseilleront plus amplement. D'autres spécialistes (psychologues, sexologues, gynécologues, urologues) peuvent aussi être consultés.

10. LES ASSOCIATIONS

Diverses associations interviennent dans la prise en charge des patients touchés par la maladie cancéreuse :

- Des associations de professionnels
- Des associations de patients

Vous pouvez avoir leurs coordonnées :

- en vous adressant à l'équipe de l'hôpital de jour ou à l'infirmière d'annonce
- en consultant les sites : www.strasbourg-oncologie.fr ou www.ghsv.org

LES COORDONNÉES TÉLÉPHONIQUES

Accueil hôpital de jour :

Tél. : 03 88 45 37 50 / Fax : 03 88 45 47 01

Infirmières hôpital de jour :

Tél. : 03 88 45 83 82

Consultation infirmière de soutien :

Tél. : 03 88 45 83 97

Secrétariat Clinique Saint Luc :

Tél. : 03 88 47 41 23

Services d'hospitalisation :

Unité 1 > Tél. : 03 88 45 81 15

Unité 2 > Tél. : 03 88 45 82 53

Hôpital de semaine > Tél. : 03 88 45 96 31

En cas d'urgence après 18H et le week-end :

Standard clinique Sainte Anne > Tél. : 03 88 45 81 81

Urgences clinique Sainte Anne > Tél. : 03 88 45 83 65

Standard clinique Saint Luc > Tél. : 03 88 47 41 41



Groupe Hospitalier
Saint Vincent

www.ghsv.org



Strasbourg
Oncologie
Libérale

www.strasbourg-oncologie.fr