

## Quels sont les effets secondaires d'une radiothérapie externe de la sphère O.R.L. ?

Comme tout traitement, la radiothérapie peut entraîner des effets secondaires encore appelés effets indésirables. Ils dépendent de la dose délivrée, des régions traitées et de votre état général.

Il est très important que vous signaliez au médecin et à l'équipe soignante la survenue d'effets secondaires afin de les prendre en charge le plus vite possible.

Une «consultation infirmière», est prévue à la suite de la 1<sup>ère</sup> séance de radiothérapie, vous recevrez alors tous les conseils pour prévenir et traiter les effets secondaires éventuels des rayons sur la peau (radiodermites).

### La fatigue

Elle peut apparaître en cours de radiothérapie, variant d'une personne à l'autre et selon la localisation traitée. Elle peut être plus marquée en cas de chimiothérapie associée, d'intervention chirurgicale récente, de déplacements répétés. Elle s'intègre parfois dans un tableau plus complexe avec contexte de lassitude psychique, de dépression... Votre fatigue ne doit pas être banalisée.

### La peau

Des signes analogues à un coup de soleil peuvent apparaître en cours de traitement : la peau devient rouge et chaude. Vous pourrez sentir des démangeaisons, une impression de brûlure.

Pour limiter l'irritation de la peau sur la zone irradiée :

- ◆ évitez les vêtements serrés et les tissus synthétiques au contact de la zone irradiée afin de limiter les frottements. Proscrivez les cols roulés ;
- ◆ privilégiez le coton ou la soie ;
- ◆ suspendez l'utilisation de l'eau de toilette, de parfum ;
- ◆ nettoyez quotidiennement la peau avec de l'eau tiède, sans utiliser de savon ni de gant de toilette ;
- ◆ si vous en avez l'habitude, continuez d'utiliser une crème de jour, de préférence sans parfum ;

- ◆ séchez la peau en tamponnant ;
- ◆ l'épilation et le rasage sont déconseillés sur la zone irradiée, sinon utilisez un rasoir électrique, n'utilisez pas de lotion après-rasage ;
- ◆ évitez également toute exposition solaire sur la région traitée ;
- ◆ il est également important d'essayer de maintenir une consommation d'eau journalière de 1,5 à 2 litres ;
- ◆ réalisez régulièrement des bains de bouche (prescrits par le médecin) et évitez la consommation de tabac et d'alcool.

Les Infirmières de Radiothérapie sont à votre disposition tout au long de votre traitement, n'hésitez pas à les consulter dès l'apparition de modifications de votre peau.

### Autres recommandations

La radiothérapie peut provoquer une inflammation des muqueuses, notamment au niveau du nez, de la bouche, de la gorge.

L'unité de diététique de Radiothérapie propose chaque semaine des consultations afin de vous fournir des conseils alimentaires adaptés pour minimiser la perte de poids, une sonde gastrique provisoire peut être envisagée pour vous permettre de vous réalimenter.

Des médicaments adaptés peuvent également vous soulager.

Les consultations régulières avec le dentiste, l'orthophoniste, la diététicienne, l'infirmière contribueront aussi à diminuer la survenue des effets secondaires.

Lors de votre dernière séance de radiothérapie, il est conseillé de vous présenter aux infirmières pour faire un bilan de votre état cutané et prévoir si besoin des soins au domicile.

Les effets secondaires peuvent durer quelques semaines après l'arrêt du traitement. Continuez à appliquer les recommandations données pendant 10 jours environ.

Si vous vous interrogez quant à l'évolution de votre état cutané, appelez l'infirmière au 05 31 15 54 20



## *Les effets secondaires*

d'une radiothérapie externe  
de la sphère ORL