



FIN DE VOS TRAITEMENTS DE RADIOTHÉRAPIE | ORL

Vous venez de terminer vos traitements de radiothérapie. Les effets secondaires (rougeur à la région traitée, perte de cheveux ou de poils de la barbe, sécheresse à l'intérieur de la bouche, douleur aux muqueuses, sensation de brûlure en avalant, fatigue) peuvent persister ou même augmenter pendant les deux semaines qui suivent la fin de vos traitements. Ces effets disparaîtront progressivement.

RECOMMANDATIONS À SUIVRE POUR LA FIN DE VOS TRAITEMENTS

Au cours des prochaines semaines, il sera important de suivre les recommandations suivantes afin de minimiser les complications qui pourraient survenir.

Soins de la peau à la région traitée

- Traitez la peau avec délicatesse.
- Appliquez une crème hydratante non parfumée sur la région traitée pendant quelques semaines (jusqu'à ce que la rougeur ou l'inconfort disparaisse) afin de favoriser une récupération optimale de la peau.
- Évitez de soumettre la région traitée aux irritants tels que le soleil et le froid jusqu'à ce que la rougeur sur votre peau disparaisse.
- À l'avenir, vous devrez toujours appliquer une crème solaire avec écran total FPS 45 (protection contre les rayons UVB et UVA) sur la région traitée lors de toute exposition au soleil.

Hygiène buccale

- Maintenez une bonne hygiène buccale.
- Faites des bains de bouche et gargarisez votre bouche au besoin, au cours des deux semaines qui suivent la fin de vos traitements, avec la recette suivante : quatre (4) tasses (1 litre) d'eau tiède, une (1) cuillère à thé (5 ml) de soda (bicarbonate de soude) et une (1) cuillère à thé (5 ml) de sel. Vous pouvez également utiliser du *Biotène*[®], vendu en pharmacie.
- **Lors de votre prochaine visite chez le dentiste, avisez-le que vous avez reçu des traitements de radiothérapie.**

Irritation de la gorge : évitez les aliments trop chauds, trop froids, épicés ou acides.

Rasage et teinture : le rasage et les teintures sont permis à moins que l'état de votre peau nécessite un suivi particulier.

Alimentation : maintenez une alimentation équilibrée, basée sur le Guide alimentaire canadien.

Retour aux activités quotidiennes : reprenez progressivement les activités normales de la vie.

Dans le cas de complications ou d'aggravation des effets secondaires reliées à la radiothérapie



Vous pouvez joindre le Service de radio-oncologie
au 819 346-1110, poste 14602,
du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h.



Si le Service est fermé,
appelez Info-Santé au 811.



Référez-vous à votre médecin de famille
ou présentez-vous à l'urgence du centre
hospitalier le plus proche.

Auteur

Service de radio-oncologie de l'Hôpital Fleurimont

Révision et mise en page

Direction des ressources humaines, des communications
et des affaires juridiques

© CIUSSS de l'Estrie – CHUS

chus.qc.ca

Août 2015 – 1-6-71823