



## FIN DE VOS TRAITEMENTS DE RADIOTHÉRAPIE | TÊTE

**Vous venez de terminer vos traitements de radiothérapie. Les effets secondaires (rougeur à la région traitée, perte de cheveux partielle ou complète, maux de tête, maux de cœur, 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 ou vous couvrir avec un chapeau lors de toute exposition au soleil.

#### Perte de cheveux

- Il est normal que vous perdiez vos cheveux de façon graduelle. Ils recommenceront à pousser environ deux (2) mois après la fin de vos traitements.
- Traitez vos cheveux avec délicatesse :
  - utilisez une brosse à poils souples;
  - lavez vos cheveux avec un shampooing doux tous les quatre (4) à sept (7) jours;
  - épongez vos cheveux doucement et laissez-les sécher à l'air libre ou utilisez un séchoir à basse température.

**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](http://chus.qc.ca)

Août 2015 – 1-6-71829