



# COMMENT GÉRER LES EFFETS INDÉSIRABLES DES TRAITEMENTS



Qu'il s'agisse de chimiothérapie, de radiothérapie, de thérapie ciblée ou de chirurgie, chaque type de traitement contre le cancer colorectal peut provoquer des effets indésirables, variables en nature et en intensité selon chaque patient. La plupart de ces effets peuvent être limités, évités ou soulagés grâce à des traitements ou des conseils pratiques. Le suivi de ces soins et de ces recommandations est important pour améliorer le confort et la qualité de vie.

*Ne jamais prendre de médicament sans l'avis de votre médecin ou pharmacien. Parlez à votre médecin ou votre pharmacien de tout effet indésirable et/ou durable ressenti au cours du traitement.*



## QUELS SONT LES EFFETS ET SOLUTIONS SUITE À DES CHIMIOTHÉRAPIES ET DES THÉRAPIES CIBLÉES ?

### NAUSÉES ET VOMISSEMENTS



Les nausées commencent le plus souvent le soir ou le lendemain de la perfusion. Elles durent rarement plus de **72 heures** après le traitement et **ne sont pas systématiquement accompagnées de vomissements**.

- Il est possible de les réduire en adaptant son alimentation.
  - > **En Savoir** + [Fiche repère Alimentation](#)
- Si cela ne suffit pas, il existe des médicaments. Parlez en à votre équipe soignante.
- Adapter les habitudes et le régime alimentaire.

### DIARRHÉES



La diarrhée est un effet fréquent de certains traitements. Une diarrhée prolongée peut entraîner une déshydratation, c'est une complication à éviter.

- En cas de persistance ou de diarrhées sévères, parlez en à votre médecin, il existe des solutions médicamenteuses.
- Pensez à adapter votre alimentation en réduisant les fibres insolubles.

### LÉSIONS DE LA BOUCHE



Il peut s'agir de **mucites** (irritation de l'intérieur de la bouche et de la gorge), d'**ulcérations** (aphtes), ou de **mycoses buccales** (muguet).

- En cas de mycose, en parler à votre équipe soignante, il existe des médicaments.
- Privilégier les aliments qui sont tolérés.
- Boire beaucoup d'eau.
- Procédez à des bains de bouche, il en existe des préventifs et des curatifs, votre équipe soignante pour guidera selon votre cas.

### CHUTE DES CHEVEUX ET DES POILS



Cet effet est **peu fréquent dans les chimiothérapies du cancer colorectal**. La chute des cheveux ou alopécie est **souvent progressive et toujours temporaire**. Si elle survient, elle peut être difficile à vivre et affecter la confiance en soi.

- Anticiper le choix d'une prothèse capillaire avant la perte des cheveux.
- Maquillage pour redessiner les sourcils en cas de perte.
- Conseils d'une socio-esthéticienne ou d'une spécialiste capillaire.
- Programmes d'accompagnement pour aider à se sentir mieux, etc.



## TROUBLES CUTANÉS ET SYNDROME MAIN-PIED



Des rougeurs, plaques, dessèchement, tiraillement, acné, gonflement, sécheresse ou cloques peuvent apparaître au niveau de la paume des mains et de la plante des pieds. Ces derniers symptômes caractérisent le syndrome main-pied.

- ▶ Application régulière de lotions hydratantes.
- ▶ Port de vêtements amples et de chaussures souples.
- ▶ Protection solaire à l'extérieur (même sans apparition de symptômes).
- ▶ Éviter l'exposition des mains et des pieds à la chaleur (soleil, bains chauds).

### SUITE À UNE RADIOTHÉRAPIE :

Il est important de respecter le protocole attribué de chaque équipe médicale mais en général il est important de :

- ▶ Mettre une protection solaire à l'extérieur systématiquement pour éviter toute réaction cutanée.
- ▶ Alerter sans attendre en cas de gonflement du visage, des lèvres et de la langue, d'essoufflement, de fièvre, de réactions cutanées graves, de difficultés à respirer, etc.

## QUELLES SONT LES PRISES EN CHARGE MÉDICALES EN CAS D'EFFETS INDÉSIRABLES ?

Chaque prise en charge médicale est dépendante de l'équipe médicale, mais il y a quelques généralités.

### SUITE À UNE CHIRURGIE :

- ▶ **Douleurs** : traitement antalgique.
- ▶ **Fistule anastomotique\*** : mise sous antibiotiques, voire réintervention chirurgicale.
- ▶ **Abcès ou hématome au niveau des plaies** : soins infirmiers locaux, éventuellement traitement antibiotique.
- ▶ **Adhérences post-chirurgicales** pouvant provoquer des occlusions intestinales : prendre conseil auprès du chirurgien ou d'un ostéopathe spécialisé.
- ▶ **Troubles du transit, fréquents après l'opération** : adaptation du régime alimentaire.

### SUITE À UNE RADIOTHÉRAPIE :

- ▶ À l'extérieur, utiliser systématiquement une protection solaire pour éviter toutes réactions cutanées.

\*Fistule anastomotique : deux cavités reliées entre elles et qu'elles déversent leur contenu l'une dans l'autre.

En collaboration avec :



Avec le soutien de :



Pierre Fabre

## EN SAVOIR +

### GÉNÉRALITÉS SUR LE CANCER COLORECTAL

- ▶ Guide « QU'EST-CE QUE LE CANCER COLORECTAL ? UN GUIDE POUR LES PATIENTS »  
ESMO, European Society for Medical Oncology
- ▶ Brochure « BIEN VIVRE PENDANT UN TRAITEMENT DU CANCER »  
ECPC, European Cancer Patient Coalition
- ▶ Guide « UN GUIDE DESTINÉ À L'AIDANT D'UNE PERSONNE SOUFFRANT D'UN CANCER COLORECTAL »  
DICE, Digestive Cancers Europe

### LES TRAITEMENTS ET EFFETS SECONDAIRES

- ▶ « LE TRAITEMENT DES CANCERS DU COLON »  
Mon réseau cancer colorectal
- ▶ « LE TRAITEMENT DES CANCERS DU RECTUM »  
Mon réseau cancer colorectal
- ▶ Fiches « EFFETS SECONDAIRES DES TRAITEMENTS »  
Onco Occitanie

### PRENDRE SOIN DE SON CORPS ET SON APPARENCE

- ▶ Brochure « ÊTRE BIEN DANS MA PEAU – SOINS DE SUPPORT EN ONCOLOGIE, CONSEILS EN SOCIO-ESTHÉTIQUE – LIVRET FEMME »  
AFSOS, Association Francophone des Soins Oncologiques de Support et Pierre Fabre
- ▶ Brochure « ÊTRE BIEN DANS MA PEAU – SOINS DE SUPPORT EN ONCOLOGIE, CONSEILS EN SOCIO-ESTHÉTIQUE – LIVRET HOMME »  
AFSOS, Association Francophone des Soins Oncologiques de Support et Pierre Fabre
- ▶ 7 fiches thématiques pour des conseils pratiques de « GESTION DES EFFETS SECONDAIRES CUTANÉS »  
AFSOS, Association Francophone des Soins Oncologiques de Support et Pierre Fabre

### PRENDRE SOIN DE SOI PAR SON ALIMENTATION

- ▶ Retrouvez la Fiche Repère Cancer Colorectal « COMMENT GÉRER SON ALIMENTATION » de la même collection

#### Sources rédactionnelles :

« Chimiothérapie : effets secondaires » – INCa, Institut National du Cancer // Brochure « Être bien dans ma peau – Soins de support en oncologie, conseils en socio-esthétique » – Pierre Fabre et AFSOS, Association Francophone des Soins Oncologiques de Support // « Traitement du cancer colorectal » – Société canadienne du cancer