

MIEUX COMPRENDRE POUR MIEUX AGIR
ET MIEUX VIVRE SON TRAITEMENT



Centre hospitalier universitaire de Limoges
2, avenue Martin Luther King - 87042 Limoges cedex

Tél. : 05 55 05 55 55

www.chu-limoges.fr

LAG_594 - 02/2014 - GED_GENE-DS-136 A

PEAU ET RADIOThERAPIE

Responsable du service : Pr Pierre Clavère



Radiothérapie





Conseils de votre médecin

La peau, enveloppe du corps, est une barrière cutanée assurant aussi de multiples fonctions, en étroite liaison avec le psychisme de chacun.

Son altération, consécutive à un traitement par radiothérapie, nécessite autant de soins et d'attentions qui contribueront à maintenir l'équilibre d'un psychisme fragilisé par la maladie :



**Soigner sa peau,
c'est soigner son corps pour aller vers le bien-être.**

Par conséquent, prenez soin de votre peau, selon les conseils de votre médecin à qui vous devez confier tout problème.

SOMMAIRE

Votre toilette	5
Quels vêtements porter ?	6
Soins locaux complémentaires.....	7
Soleil ?	9
Que faire devant une manifestation cutanée survenant en territoire traité ?.....	9
Conseils de votre médecin	10



Les patients bénéficiant d'un traitement par radiothérapie sont exposés au risque d'effets secondaires cutanés. En effet, la peau est le premier tissu traversé par les rayonnements lors d'une irradiation externe.

Ces réactions sont susceptibles de se manifester à différents moments :

Au cours de l'irradiation

On parle alors de réactions cutanées aiguës. Plusieurs degrés d'intensité peuvent être rencontrés.

► Le premier degré est presque toujours observé dès la 3^{ème} semaine d'irradiation. Il est caractérisé par une rougeur (érythème), une dépilation, quelquefois par une pigmentation ou une desquamation.

► Le second degré, non obligatoire, peut se manifester lors de la 5^{ème} semaine du traitement et consiste en une ulcération sèche ou suintante, pouvant saigner ou se surinfecter.

► Le troisième degré ne s'observe pas dans des conditions habituelles de traitement et se manifeste par des phénomènes de nécrose.

Après l'irradiation

Les réactions sont dites tardives. Elles sont facultatives, se traduisant le plus souvent par un amincissement de la peau associé ou non à une fibrose des tissus sous-cutanés. Des phénomènes de nécrose, de surinfection sont possibles.

Les réactions cutanées, en particulier celles survenant en cours de radiothérapie, dépendent de nombreux facteurs. Certains sont liés aux modalités de l'irradiation (dose totale et dose par séance, nature du rayonnement, volume irradié,...). La zone irradiée, l'âge, le tabagisme représentent d'autres facteurs intervenant dans la tolérance de la peau à l'irradiation. Enfin des facteurs génétiques interviendraient également.

Ces manifestations dermatologiques peuvent être à l'origine de désagréments voire de véritables douleurs retentissant de manière défavorable sur le vécu d'un traitement par radiothérapie.

Ces quelques conseils pratiques vous aideront à éviter de faire des erreurs au cours de votre traitement afin de conserver un confort cutané optimal.

Que faire devant une manifestation cutanée survenant en territoire traité ?

Retenez !

Au cours de votre traitement

- vous ne devez faire aucune auto-médication pour modifier des soins locaux qui ont été prescrits au début de l'irradiation.
- lors de votre venue dans le service de Radiothérapie, avertissez les manipulateurs qui réalisent votre traitement. Un avis médical sera alors demandé auprès d'un médecin radiothérapeute.

Eventuellement un avis dermatologique pourra s'avérer nécessaire (1 consultation hebdomadaire dans le service de Radiothérapie).

Après votre traitement

- vous ne devez faire aucune auto-médication.
- vous devez consulter un médecin (médecin traitant, radiothérapeute, dermatologue).

Des mois ou des années après le traitement, la peau irradiée reste fragilisée et peut être le siège d'effets secondaires très retardés. Cependant, une maladie dermatologique sans relation avec la radiothérapie peut survenir.

Soleil ?



Les expositions solaires de la zone irradiée sont **INTERDITES** toute l'année qui suit la radiothérapie, ceci afin de vous éviter l'apparition de réactions cutanées douloureuses à ce niveau.

Ultérieurement, la prudence est de rigueur en évitant l'exposition solaire entre 12 heures et 16 heures et en passant par l'application répétée de crème écran total de bonne qualité sur la zone irradiée.

La meilleure protection est assurée par le port de vêtements très couvrants, de préférence de couleur claire.

Si vous avez bénéficié d'une irradiation au niveau de la tête ou du cou, une crème écran total est indispensable à votre protection.

Votre toilette

L'hygiène passe par une toilette obligatoire et quotidienne de la zone traitée.

Il faut éviter

- ▶ les savons de Marseille
- ▶ les savonnettes parfumées
- ▶ les laits de toilette
- ▶ l'eau pure sans produit nettoyant.



Il faut utiliser

- ▶ des nettoyants doux sans savon (pain dermatologique, gel moussant ou autre nettoyant liquide) et faire la toilette avec un gant ou seulement les mains.
- ▶ la température de l'eau ne doit pas dépasser 34° pour éviter un effet de déshydratation qui majore les démangeaisons.
- ▶ le séchage sera réalisé avec un linge doux, sans friction mais en tamponnant, de manière méticuleuse.

Le shampooing

En cas d'irradiation au niveau de la tête, du cuir chevelu, il faut maintenir la réalisation du shampooing 1 à 2 fois par semaine, en utilisant un produit doux.

Le rasage

Les hommes peuvent conserver leur méthode habituelle de rasage : électrique ou mécanique.

Il ne faut pas utiliser

- d'eau de toilette ou de parfum
- d'après-rasage ou de déodorant alcoolisé
- de talc
- de produits à base d'alcool, de phénol ou d'éther sous forme de crème ou de lotion en friction.

Des conseils vous seront donnés pour l'achat de vos produits de toilette et autres cosmétiques.

Quels vêtements porter ?

La peau irradiée est hypersensible, parfois sèche et beaucoup de textiles aggravent les démangeaisons.

Il faut éviter

- ▶ les lainages
- ▶ certains synthétiques rugueux en contact direct avec la peau irradiée.

Il faut préférer

- ▶ les cotons.

L'entretien des vêtements

- ▶ se fait par un lavage en machine avec de la lessive
- ▶ impose un rinçage efficace
- ▶ doit éviter les assouplisseurs de linge souvent source d'irritation supplémentaire.

Le port des vêtements

- ▶ doit être souple
- ▶ doit éviter toute contrainte mécanique au niveau de la zone traitée (pas de col ni de ceinture trop serrés, pas de coutures agressives au niveau des emmanchures, des plis de l'aîne, du sillon inter-fessier).



Soins locaux complémentaires

La radiothérapie peut rendre la « barrière cutanée » défectueuse et favorise l'inconfort, les démangeaisons et les surinfections microbiennes.

Il est important d'appliquer un produit qui hydrate la peau irradiée car le plus souvent, elle devient sèche (ceci ne concerne ni les irradiations de la région pelvienne ni celles des tumeurs cutanées). Une prescription de soins locaux vous sera remise par votre thérapeute.

Vous devrez appliquer une crème matin et soir sur la région traitée dès le premier jour de l'irradiation. Un massage léger permettra l'absorption complète du produit par la peau. Toutefois, éviter l'application de crème immédiatement avant et après l'irradiation.

En aucun cas, vous ne devez modifier ces soins locaux sans en parler avec votre médecin ou un manipulateur au cours de votre traitement.

