

Conseils généraux

Activité physique : elle est possible et souhaitable en fonction de vos possibilités. L'activité sportive, possible, est à discuter avec votre médecin traitant

Alimentation : sauf contre-indication ou régime particulier, elle doit être variée et équilibrée. Évitez les aliments trop chauds, trop froids ou irritants qui peuvent favoriser aphtes et mucite

Tabac : il peut favoriser la survenue des aphtes. Si vous souhaitez engager un sevrage tabagique parlez-en votre médecin

Alcool : les boissons alcoolisées ne sont la plupart du temps pas interdites pendant l'intercure où elles doivent être consommées avec modération. Évitez les pendant la cure en particulier pendant les jours où vous êtes chez vous avec votre infuseur

Exposition solaire : à éviter avec la plupart des protocoles en particulier ceux comportant du 5FU. Il n'y a pas de protection particulière à envisager dans les conditions habituelles d'exposition. En cas d'ensoleillement important: protection par le port de chapeaux et de vêtements « couvrants » et utilisation de crèmes protectrices d'indice solaire 50

Conduite automobile : l'acuité visuelle et la concentration peuvent être altérées par la chimiothérapie et les médicaments qui l'accompagnent (anxiolytiques, anti-émétiques...) Évitez de conduire pendant la cure. Pendant l'intercure, d'autres médicaments, en particuliers certains antalgiques peuvent représenter une contre-indication à la conduite. Parlez-en à votre médecin

Fièvre : prenez votre température devant toute sensation de fièvre ou de froid inexplicé ou en cas de frissons et informez-en votre médecin le jour même

Chambre implantable : Surveillez régulièrement la peau en regard de la chambre et informez l'équipe médicale en cas de rougeur et/ou de gonflement, de même qu'en cas de douleur.

Vaccinations : la plupart des vaccinations et rappels sont autorisés, voire recommandés pendant votre chimiothérapie. Cependant certaines sont formellement contre-indiquées. Questionnez votre médecin traitant

Grossesse : une contraception efficace doit impérativement être utilisée pendant toute la durée de votre chimiothérapie. Prévenez rapidement votre médecin en cas de survenue d'une grossesse

Interactions médicamenteuses : informez votre médecin traitant de votre protocole de chimiothérapie (par cette fiche et votre carnet de liaison éventuel) et inversement, informez l'équipe médicale de tout nouveau traitement mis en place par votre médecin traitant. Ne prenez pas, sans avis médical préalable, de médicaments disponibles librement et sans ordonnance

Site internet : ffcd.fr



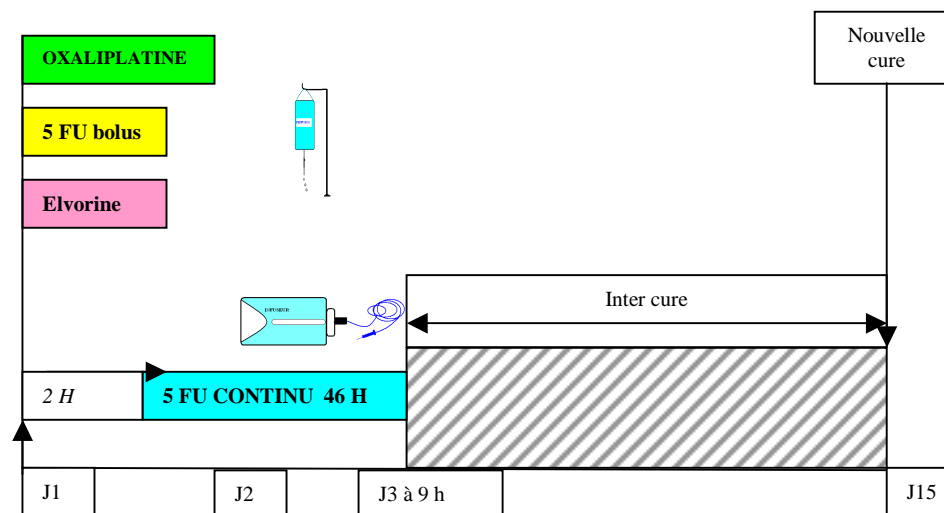
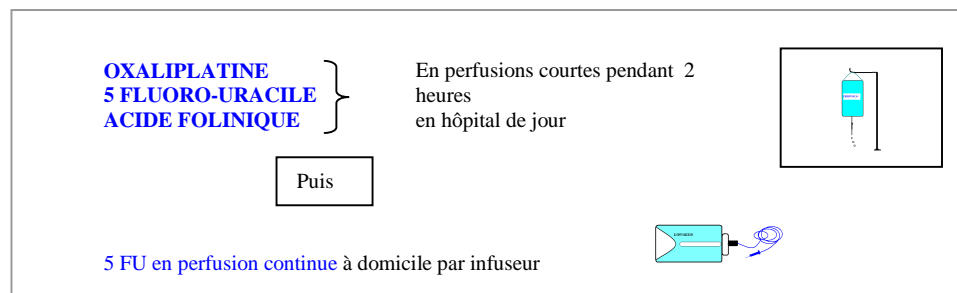
VOTRE CHIMIOTHÉRAPIE

VOTRE PROTOCOLE DE CHIMIOTHÉRAPIE SE NOMME « FOLFOX 4 simplifié »

Il se déroule sur 48 heures

Il comporte l'administration de trois drogues de chimiothérapie

Il est associé à des procédures contre les nausées et vomissements



Rythme : Une cure de 48 heures est administrée toutes les deux semaines : **J1 = J15**

Surveillance : examen clinique et prise de sang avant chaque cure

Les effets secondaires (ou *indésirables*) sont propres à chaque molécule. Ils sont également fonction de la dose, du rythme d'administration et des médicaments associés. Il existe par ailleurs une variabilité entre les individus de telle sorte qu'ils sont difficilement prévisibles pour une personne.

Il existe de nombreuses possibilités pour les prévenir ou les traiter : il est important que vous soyez informé des effets secondaires potentiels, de leurs mesures de prévention et de la conduite à tenir en cas de survenue. Cette information vous permet de participer « activement » à votre prise en charge et d'accéder à une meilleure maîtrise de l'évènement. De même, il est essentiel d'informer précisément l'équipe médicale de tout ce qu'il vous arrive. Ainsi, il vous est recommandé de noter soigneusement l'apparition de tout symptôme inhabituel, éventuellement sur votre carnet de liaison.

Les symptômes énumérés ci-dessous sont les plus communément rencontrés. Vous ne les aurez pas forcément voire pas du tout. Cela ne signifie pas que le traitement est inefficace.

A l'inverse, vous pouvez ressentir des signes et symptômes non décrits ici, et qui parfois pourront être imputés au traitement : Dans tous les cas, **signalez tout ce qui est inhabituel au médecin lors de chaque nouvelle cure.**

Votre médecin traitant est une personne clef dans votre parcours de soins. Il pourra vous soutenir, vous accompagner, vous soulager. Il vous connaît bien et réside probablement près de votre domicile, ce qui est très précieux dans certaines situations. Il connaît également notre équipe et aura la possibilité de nous contacter si nécessaire. Il sera régulièrement tenu informé de votre parcours de soins personnalisé et pourra participer à votre propre information.

Cette fiche d'information, rédigée par le comité de rédaction du site Internet de la FFCD est destinée à servir de support aux explications données par votre médecin sur la toxicité des protocoles. Volontairement simple, elle peut contenir des imprécisions ou des omissions.



Principaux EFFETS SECONDAIRES AIGUS

Diarrhée : elle survient le plus souvent entre le 5^{ème} et le 10^{ème} jour. Elle peut être très sévère et justifie la mise en route précoce du traitement prescrit en respectant scrupuleusement ses modalités. Reportez vous à la fiche d'information spécifique

Nausées-vomissements : un traitement préventif vous a été administré pendant votre cure et prescrit pour les jours suivants. Evitez les aliments gras et lourds, les plats fortement odorants et l'alcool. Prévenez votre médecin en cas de nausées sévères et/ou persistantes ou de vomissement malgré le traitement

Aphtes/mucite : leur survenue est favorisée par la consommation d'aliments irritants (noix etc...) et par un mauvais état buccodentaire (bilan préalable chez le dentiste souhaitable). La réalisation de bains de bouche 4 à 6 fois par jour et l'utilisation d'une brosse à dent souple permettent de les prévenir dans une certaine mesure. Il est important de prévenir votre médecin en cas d'aphtes/mucite sévères, responsables de douleurs et retentissant sur votre capacité à vous alimenter.

Syndrome mains-pieds : caractérisé par une sensation d'engourdissement, de chaleur voire des douleurs de la paume des mains de la plante des pieds, associés à une modification de l'aspect de la peau qui devient rouge et peut peler. Des fissures peuvent apparaître. Une bonne hydratation de la peau permet de les prévenir dans une certaine mesure. Sa survenue peut conduire à réduire la dose du produit de chimiothérapie responsable.

Troubles neurologiques : gêne ou fourmillement dans la gorge pendant la perfusion d'oxaliplatine. Sans gravité. A signaler à l'équipe soignante. Ne buvez pas froid pendant la perfusion, et évitez de consommer des glaces pendant les 48 heures suivantes.

Cellules sanguines : la baisse des globules rouges, des globules blancs et des plaquettes est possible et identifiée par la prise de sang prévue avant chaque nouvelle cure. Surveiller la survenue d'une pâleur, de fièvre ou de saignement des gencives ou du nez et informez en votre médecin traitant

Fièvre : la survenue d'une fièvre à n'importe quel moment de l'inter cure doit vous faire consulter votre médecin traitant pour un examen clinique, une numération formule sanguine et parfois une mise sous antibiotiques. Ne négligez jamais l'apparition d'une fièvre qui peut traduire une infection et une baisse du taux de globules blancs

Allergie : une réaction allergique, exceptionnelle mais parfois grave peut survenir surtout à la première cure. Pour cette raison, un traitement préventif et une surveillance particulière seront mis en œuvre à la cure n°1

Douleur thoracique : la survenue d'une douleur dans la poitrine lors de la perfusion de 5FU, très rare, doit faire arrêter immédiatement la perfusion et nécessite un avis médical en urgence

Rhinite/ Conjonctivite se traduisant respectivement par avec écoulement nasal, clair ou mêlé d'un peu de sang, et une rougeur et une sensation d'irritation des yeux avec larmoiements, elles justifient de soins locaux (gouttes nasales ; collyre).

Perte d'appétit et troubles du goût sont possibles. Une feuille de conseils vous sera remise. L'avis d'une diététicienne est également utile dans une telle situation. Des informations détaillées sont disponibles sur le site de la FFCD http://www.ffcd.fr/pdf/documentation/patients/livret_conseils_alimentaires.pdf

Fatigue : La fatigue est assez fréquente. Elle peut être liée au traitement et à la maladie

Libido : Peut être altérée par la maladie, les traitements et les répercussions psychologiques. Parlez en à l'équipe médicale

Principaux EFFETS SECONDAIRES CUMULATIFS

Troubles neurologiques : Fourmillements, surtout au contact du froid. Douleurs voire difficultés pour les gestes précis de la vie quotidienne. Présents les premiers jours, ces troubles doivent disparaître entre deux cures. Notez précisément l'évolution de ces signes pendant l'inter cure pour la signaler à votre médecin.

Alopécie : chute des cheveux, de la barbe et des poils. Elle est exceptionnelle