

EFFETS SECONDAIRES DE LA CHIMIOThERAPIE

Delphine BURIGNAT
Infirmière en pratique avancée
Hôpital de jour
Centre Georges François Leclerc

CHIMIOTHÉRAPIE

- * La chimiothérapie est un traitement systémique
- * Trois grandes indications :
 - * Soit néo-adjuvant pour réduire la tumeur avant la chirurgie
 - * Soit en adjuvant, il n'y a plus de trace de maladie mais on veut prévenir le risque de rechute
 - * Soit en situation palliative pour réduire les métastases, réduire l'évolution tumorale et prolonger la vie des patients dans des conditions de qualités de vie les meilleures possible.

Les effets secondaires de la chimiothérapie

- * Toxicité médullaire
- * Toxicité gastro-intestinale
- * Toxicité sur la peau et les phanères
- * Neurotoxicités
- * Toxicités retardées
- * La fatigue

Toxicité médullaire

- * **La neutropénie :**

- * survient souvent dans les 10 jours qui suivent la première injection de chimiothérapie
- * risque de neutropénie fébrile si on est en dessous des 500 polynucléaire neutrophile et pendant plus de 48h

Neutropénie

Conduite à tenir soignante

- * Informer et éduquer le patient
- * Mise en place de mesure préventive
- * Evaluer l'observance des traitements adjuvants (s'il y en a car les GCSF ne sont pas systématique) et des mesures préventives
- * Consulter le médecin traitant si hyperthermie

Neutropénie

Conduite à tenir à domicile

* Hygiène de vie

- * Soins doux et réguliers de la bouche, et vérifiez l'absence de plaies ou d'autres signes d'infection dans votre bouche
- * Lavage fréquent des mains, en particulier dans les lieux publics après contact avec des surfaces fréquemment touchées et potentiellement colonisées par des germes
- * Bien nettoyer et couvrir toute blessure.

* Alimentation

- * Fruits et légumes : lavés, pelés ou cuits.
- * Viande bien cuite.
- * Éviter les probiotiques

* Contacts avec les animaux

- * Confier à l'entourage l'entretien de la litière ou de la cage de l'animal domestique.

* Contacts humains

- * Éviter les contacts avec les personnes malades (grippe, rhume, gastro-entérite, varicelle, etc.) ; il vaut mieux leur téléphoner plutôt que de les rencontrer.

* Environnement

- * Éviter le jardinage, sinon porter un masque et des gants.
- * Prudence avec les plantes, les fleurs coupées et les déchets qui peuvent être une source de bâtonnets Gram négatif ou de moisissures.
- * Éviter les aérosols d'eau (spa, climatiseur, humidificateurs, etc.)

* Vaccination

- * Éviter les vaccins « vivants » (varicelle ou rougeole, par exemple) tant que l'immunité ne s'est pas rétablie.
- * Les vaccins non vivants peuvent être administrés sans danger, mais risquent d'entraîner une faible immunité.
- * La vaccination des membres de l'entourage du patient est recommandée.

Toxicité médullaire

- * **La thrombopénie**

- * la chute des plaquettes qui survient aussi au 10ème jour post-chimio

Toxicité médullaire

- * **L'anémie** est très fréquente, elle n'est pas liée uniquement à la toxicité par effet antiprolifératif. Il y a potentiellement également
 - * un syndrome inflammatoire
 - * autres causes : carence en fer, carences en vitamines B9 ou B12.
- * Pour traiter l'anémie en premier c'est le traitement de la cause.

Toxicité gastro-intestinale

- * **Nausées/Vomissements**

- * **Aigues** : dans l'heure qui suit le début du traitement le patient va être nauséux, il a un goût de métal dans la bouche, il va vomir l'heure qui suit si on ne fait rien
- * **Retardées** : après la fin de la chimiothérapie qui peut durer 3 jours, 5 jours, 7 jours
- * **Anticipées** : c'est le réflexe de Pavlov

- * On n'est malheureusement pas tous égaux devant le risque de nausées/vomissements induit par la chimiothérapie, les personnes les plus à risque :

- * Les femmes, notamment si elles ont eu des nausées pendant les grossesses
- * Les sujets jeunes
- * Les personnes qui ont déjà des maux des transports
- * L'anxiété va également majorer le risque émétique

- * A l'inverse, on constate certains facteurs protecteur comme les patients OH chronique

Nausées et Vomissements

Conduite à tenir soignante

- * Informer et éduquer le patient
- * Caractériser le type de Nausées/vomissements
- * Mise en place de mesure préventive
- * Evaluer l'observance du traitement adjuvant et des mesures préventives
- * Orientation auprès d'une diététicienne pour des conseils personnalisés
- * Si persistance des vomissements malgré une bonne observance des traitements adjuvants et des mesures préventives -> transmettre au médecin

Nausées et Vomissements

Conduite à tenir à domicile

- * A faire
 - * Privilégier les aliments froids ou tièdes qui sont moins odorants que les aliments chauds.
 - * Privilégier plusieurs petits repas, plutôt que trois repas traditionnels plus longs à digérer.
 - * Privilégier les boissons gazeuses fraîches, à base de cola notamment, aide parfois à diminuer les nausées.
 - * Manger légèrement afin de faciliter la digestion.

- * A éviter
 - * Les aliments lourds difficiles à digérer comme les aliments frits, gras ou épicés.
 - * Boire pendant les repas. Il faut boire plutôt avant ou après.
 - * Le tabac

- * Lorsque des vomissements surviennent, il est conseillé de se rincer la bouche avec de l'eau froide et d'attendre 1 à 2 heures avant de manger. Les vomissements ne persistent en général pas plus de 48 heures après le traitement.

Anorexie et perte de poids

- * Prendre plusieurs petits repas par jour (6 à 8 fois par jour de petites quantités) plutôt que 3 repas copieux
- * Privilégier les herbes et aromates qui donnent plus de goûts aux plats et stimulent l'appétit
- * Enrichir son alimentation
- * Pratiquer une activité physique adaptée, cela peut aider à avoir plus d'appétit
- * Se faire plaisir en mangeant ce que vous aimez
- * Privilégier les repas à plusieurs
- * Orientation auprès d'une diététicienne pour évaluer l'apport journalier
- * Discuter avec le médecin de la nécessité de mettre en place des compléments nutritionnels

Toxicité gastro-intestinale

- * **Diarrhée** : augmentation du nombre de selles liquides par jour

Diarrhée

Conduite à tenir soignante

- * Informer et éduquer le patient
- * Mise en place de mesure préventive
- * Evaluer l'observance du traitement adjuvant et des mesures préventives
- * Lorsque le patient a plus de 5 à 6 selles diarrhéiques par jour accompagné ou non de vomissements -> transmettre au médecin car fort risque de DESHYDRATATION

Diarrhée

Conduite à tenir à domicile

- * Privilégier une alimentation pauvre en fibres : riz, pâtes, pommes vapeur, bananes bien mûres, gelée de coing, fromage à pâte cuite, biscottes, carottes.
- * S'hydrater +++ , boire 2L d'eau/jour mais en petite quantité (eau, thé, tisane, eau de riz, bouillon de légumes, ou boisson gazeuse notamment à base de cola)
- * Eviter les fruits et légumes cuits ou crus, le café, les laitages.

Toxicité gastro-intestinale

* **Mucite**

- * Le premier traitement c'est les soins bucco-dentaires avec les bains de bouche au bicarbonate,
- * on déconseille très fortement extril, eludril se sont des soins dentaires, des soins antiseptiques qui sont assez corrosif et qui ne sont pas adapté pour la protection buccale des patients.
- * On peut ensuite utiliser des antalgiques en application locale, voir des corticoïdes, voir des morphinique soit dans le bicarbonate soit même par voie orale si la zone est trop douloureuse et bien sûr si c'est très important ça entraine l'arrêt du traitement par chimiothérapie au moins jusqu'à cicatrisation de la mucite.



Mucite

Conduite à tenir soignante

- * Informer et éduquer le patient
- * Mise en place de mesure préventive
- * Evaluer l'observance du traitement adjuvant et des mesures préventives
- * Mucite importante : c'est plus de trois lésions, trois jours d'affilés -> transmettre au médecin

Mucite

Conduite à tenir à domicile

- * A faire, après chaque repas,
 - * réaliser des bains de bouche au bicarbonate de sodium prescrits par le médecin.
 - * Se brosser régulièrement les dents avec une brosse à dents souple.
 - * Sucrer des glaçons, de la glace pilée, des glaces à l'eau et des sorbets, des bonbons à la menthe.
 - * Boire beaucoup (eaux minérales, thé, tisanes, boissons à base de cola) en utilisant une paille afin de limiter le contact avec la bouche
 - * Privilégier les aliments moelleux ou mixés.
 - * S'hydrater les lèvres en appliquant un lubrifiant gras (lanoline, vaseline, beurre de cacao).
- * A éviter
 - * Les aliments qui favorisent l'apparition d'aphtes, comme les noix, le gruyère ou l'ananas.
 - * Les bains de bouche à base d'alcool, d'eau oxygénée, d'iode : ils dessèchent la muqueuse de la bouche et risquent de provoquer des sensations de brûlure et d'aggraver les lésions.
 - * Les dentifrices mentholées
 - * Le tabac et l'alcool, surtout dans les semaines qui suivent le traitement.
 - * Les aliments trop épicés ou acides (jus de citron, vinaigrette, moutarde), secs, croquants ou durs.

Toxicités sur la peau et les phanères

- * **L'alopecie** va dépendre des produits de chimiothérapie que l'on utilise. Elle est dans la plupart des cas réversible après l'arrêt de la chimiothérapie. La repousse des cheveux, après l'arrêt de la chimiothérapie, commence souvent avec un petit duvet doux et bouclé, il faut du temps pour récupérer une chevelure à l'identique.
- * => casque PAXMAN
- * Il peut y avoir une toxicité cutanée, érythème, sensibilité hyper cutanée, photosensibilisation de certains produits de chimiothérapie, et puis les modifications des ongles (l'ongle peut se dédoubler, s'effriter). Donc c'est important de faire une prévention unguéale avec des vernis durcissant (rôle de la socio-esthéticienne).



Onychomédèse



Trachyonichie



Paronychie



Onycholyse

Syndrome main pied

Modifications cutanées minimales ou dermatites sans douleur



Modifications cutanées (ampoules, cloques, desquamation, saignement, œdèmes) ou dermatites avec douleur sans gêne fonctionnelle



Modifications cutanées ou dermatites ulcératives avec douleur entraînant une gêne fonctionnelle



Syndrome main pied

Conduite à tenir soignante

- * Informer et éduquer le patient
- * Regarder les paumes de mains/plantes de pieds et proposer au patient de faire des soins de manucure/pédicure en cas d'hyperkeratose
- * Mise en place de mesure préventive
- * Evaluer l'observance du traitement adjuvant et des mesures préventives
- * Lorsque le patient présente un syndrome main pied de grade 2 -> transmettre au médecin

Syndrome main pied

Conduite à tenir à domicile

* A faire

- * Appliquer régulièrement et généreusement un agent hydratant sur la peau (après la toilette avec un pain surgras). Si présence d'hyperkeratose appliquer une crème émolliente à base d'urée.
- * Porter des vêtements amples et des chaussures souples (avec semelles protectrices pour soulager les points de pression).

* A éviter

- * L'exposition des mains et des pieds à la chaleur (soleil, bains chauds).
- * Les activités qui entraînent un frottement de la peau ou une pression sur les mains entraînant des microtraumatismes palmoplantaires répétés.
- * Les pansements adhésifs ou les bandages serrés.
- * La marche prolongée et la course à pied en cas de syndrome main-pied.

Neurotoxicité

- * **Les neuropathies périphériques** c'est surtout les ALCALOIDES, les PLATINES (cisplatine et oxaliplatine), et les TAXANES. Ça demande une surveillance par l'interrogatoire des patients au fur et à mesure des cycles :
 - * Sensation de fourmillement dans les doigts ? dans les pieds ?
 - * Sensation de marché sur du carton ?
 - * Sensation douloureuse ?
- * Ça peut devenir très invalidant, ça peut gêner pour l'habillage, les mouvements fins et si c'est le cas ça demande d'arrêter définitivement le traitement puisque souvent c'est une toxicité qui va rester de façon permanente, elle est cumulative.
- * Il y aussi un risque de surdité avec une **ototoxicité** notamment avec le CISPLATINE. Donc si le patient commence à se plaindre d'acouphène, il va falloir alerter, voir suspendre ou arrêter définitivement le traitement.

Neuropathie périphérique

Conduite à tenir soignante

- * Informer et éduquer le patient
- * Mise en place de mesure préventive
- * Evaluer l'observance des mesures préventives
- * Lorsqu'il y a une diminution de la motricité fine -> prévenir médecin

Neuropathie périphérique

Conduite à tenir à domicile

- * Eviter l'exposition des mains et des pieds au froid
- * Ne pas boire l'eau du réfrigérateur
- * Eviter la climatisation l'été

Toxicités retardées

- * **Sur les fonctions gonadiques.** L'homme et la femme n'ont pas le même profil de toxicité.
- * Chez l'homme c'est les spermatozoïdes qui sont sensible et sont renouvellement permanent, donc ça entraine une oligo voire azoospermie définitive => médico-légal de proposer la conservation au CECOS de sperme pour tous les hommes en âge de procréer et si le patient refuse il faut bien être clair et bien le noter dans le dossier.
- * Les ovocytes sont relativement conservés puisqu'ils sont présents au moment de la puberté par contre la fonction hormonale est très fragile et on voit des aménorrhées précoces chez les jeunes femmes en cours de chimiothérapie. Donc on peut également proposer une conservation d'ovocyte voire d'embryon chez les femmes qui ont un désir de grossesse après leur traitement.

La fatigue

- * Elle est soit lié :
 - * À la maladie
 - * Et/ou au traitement

La fatigue

Index de Karnofsky			ECOG ou Zubrod (OMS)	
Description des capacités	%	Critères	Echelle	Définition
Activité normale, sans prise en charge particulière	100	Etat général normal, sans plaintes ni signes de maladie	0	Asymptomatique
	90	Activité normale - Signes et symptômes mineurs de la maladie	1	Symptomatique mais ambulatoire
	80	Activité normale avec difficultés - Symptômes de la maladie		
Incapable de travailler - Séjour à la maison et soins personnels possibles	70	Capable de se prendre en charge - Incapable de travailler normalement	2	Symptomatique, alité < 50 % du temps
	60	Besoin d'assistance modérée avec soins médicaux fréquents		
	50	Besoin d'assistance permanente avec soins médicaux fréquents	3	Symptomatique, alité > 50 % du temps
Incapable de se prendre en charge avec soins institutionnels souhaitables	40	Invalide - Besoins de soins spécifiques et d'assistance		
	30	Invalide - Hospitalisé - Pas de risque de décès imminent	4	Grabataire
	20	Fort invalidé - Hospitalisé - Traitement intensif		
Etat terminal	10	Moribond	5	Décès
	0	Décès		

Fatigue

Conduite à tenir soignante

- * Informer et éduquer le patient
- * Comparer ses activités habituelle quotidienne avant traitement et après traitement
- * Evaluer la nécessité de mettre des aides à domicile en place
- * Prise en charge interprofessionnelle : kinésithérapeutes, ergothérapeutes, diététiciens, APA, pharmaciens, etc.
- * ATTENTION de ne pas oublier que l'aidant lui aussi est souvent FATIGUE

Fatigue

Conduite à tenir à domicile

- * Adapter son quotidien :
 - * Aménager des temps de repos dans la journée
 - * Equilibrer les temps de repos et d'activité.
- * Avoir une bonne hygiène de vie (manger sainement et boire suffisamment)
- * Pratiquer une activité physique adapté à la capacité du patient contribue à soulager la fatigue
- * D'autres mesures peuvent aider les personnes qui souffrent de fatigue :
 - * établir des priorités en terme d'activités (par nécessité ou par plaisir) ;
 - * accepter de se faire aider pour les tâches quotidiennes (ménage, cuisine, courses, etc.) : orientation auprès de l'assistante sociale les aides financières.
- * ATTENTION A LA DEPRESSION et AU RISQUE DE SUICIDE

Rester actif malgré la fatigue : pourquoi c'est essentiel ?

- * La pratique d'une activité physique, même modeste permet d'enrayer le cercle vicieux de la fatigue.
- * Contrairement aux idées reçues, le repos en excès accentue la sensation d'épuisement.
- * Lorsque les muscles sont peu ou pas sollicités, ils s'atrophient et le moindre effort à fournir devient insurmontable.
- * Lorsqu'on est moins actif, l'appétit s'amenuise : on mange moins, l'organisme se fatigue encore plus.
- * De plus il est déprimant de ne rien faire -> perte de l'estime de soi

Activité physique adapté

- * Permet au patient de :
 - * Se sentir en meilleure forme (les études montrent une diminution du niveau de fatigue de l'ordre de 30 % pendant ou après traitement)
 - * Surmonter ses angoisses
 - * Faire la paix avec son corps
 - * Stimuler son appétit
 - * Recréer de liens (rompre le repli sur soi, et exister dans le regard de l'autre autrement qu'à travers la maladie)
 - * Etre acteur de sa santé (en finir avec ce sentiment de subir, supporter)

TAKE HOME MESSAGE

- * INFORMATION
- * PREVENTION ++++++ DES EFFETS SECONDAIRES NE PAS ATTENDRE QU'ILS SURVIENNENT
- * POSTURE EDUCATIVE