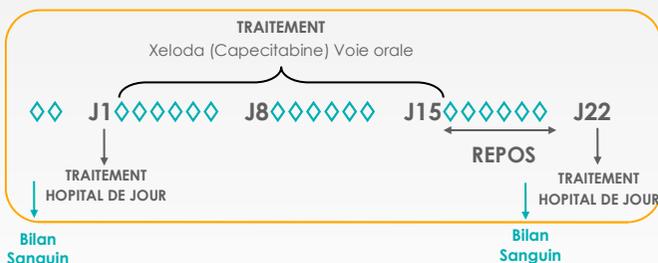


QUAND ET COMMENT AURAI- JE MON TRAITEMENT DE CHIMIOTHÉRAPIE ?



- La première partie de votre cure est administrée en perfusion sur votre chambre implantable (ou PAC*) en milieu hospitalier.
- La seconde partie de votre cure est administrée en comprimés.
- Votre chimiothérapie sera administrée sous forme de cycles (ou cures).

Cycle de 21 jours (+ Xeloda voie orale tous les jours (30 minutes après le repas matin et soir : 12h d'intervalle))



Avant et après les cures, Que dois- je faire?

- Avant le début du traitement, votre oncologue pourra vous prescrire une consultation cardiologique.
- Prémédication avant les cures (corticoïdes, patch Emla (lidocaïne), antiémétiques, ...).
- Corticoïdes, antiémétiques les jours suivant la cure.
- Dans les jours précédant la cure, un bilan sanguin vous sera prescrit.
- Possibilité de report de cure en fonction des résultats biologiques et de votre état clinique.
- Il n'est pas nécessaire de vous présenter à jeun pour votre traitement.

*Abord veineux (PAC)

Un petit boîtier, situé sous la clavicule, appelé communément PAC ou chambre implantable, peut être mis en place par un chirurgien avant de débiter le traitement. En cas d'apparition de rougeur, de douleur ou inflammation à ce niveau, en parler à votre médecin.

RECOMMANDATIONS GENERALES



Lors du traitement, il est fortement conseillé d'utiliser une protection solaire à haut indice UV.



En cas de consultation médicale, de soins dentaires ou d'hospitalisation, pensez à préciser que vous êtes sous chimiothérapie.



Ce traitement ne peut être pris lors d'une grossesse ou de



Lavez-vous les mains régulièrement, surtout avant chaque repas pour limiter les risques d'infections.



Beuvez beaucoup d'eau (au moins 1,5L par jour)



Afin de ne pas contaminer vos toilettes, urinez en position assise.

Utilisez une méthode de contraception efficace lors de votre traitement. En cas de doute, parlez-en à votre médecin.



Le traitement peut entraîner des troubles sexuels. Parlez-en à votre médecin ou à l'équipe soignante.



Les vaccinations peuvent être possibles dans certains cas, parlez-en à votre médecin.



La consommation d'alcool et de tabac est fortement déconseillée.



Conservez vos activités tout en vous ménageant (pauses, siestes).



Ce traitement peut interagir avec d'autres produits, plantes ou tisanes. Evitez l'automédication.



Il est déconseillé de manger ou boire du pamplemousse lors du traitement.



Il est conseillé de faire de l'activité physique.



Ne jetez pas vos médicaments à la poubelle. Il sera récupéré par un prestataire.



Ne pas laisser vos médicaments à la portée des enfants.

Pensez à noter les effets que vous ressentez pour en parler à votre médecin (effets ressentis, dates, moments..)

.....

Réseau Régional de Cancérologie ONCO Hauts-de-France Septembre 2016



Xelox Capecitabine + Oxaliplatine

Version 2016

Cette fiche a été délivrée par :

.....

Cette fiche est issue des travaux des professionnels de l'ex Nord-Pas-de-Calais.

Ce document ne peut se substituer à un avis médical. En cas de doute, demandez conseils à votre équipe soignante.



Neuropathie périphérique et paresthésie

Se manifeste par des fourmillements ou engourdissement des doigts et des orteils, spasmes au niveau de la bouche

COMMENT PREVENIR ?

- Protégez-vous du froid, lavez-vous les mains à l'eau chaude
- Evitez de porter des chaussures trop serrées
- Effectuez des massages avec une crème hydratante au niveau des mains et des pieds
- Buvez et mangez à température ambiante ou chaud
- Préservez une bonne hygiène buccale, utilisez une brosse à dent souple

QUE FAIRE ?

- En cas d'apparition des signes évoqués, vous devez le signaler à votre médecin



Neutropénie / Risque d'infection

Les signes d'infection sont liés à la diminution du nombre de globules blancs dans le sang (neutropénie). Ils se manifestent par de la fièvre, des frissons, une toux, des maux de gorge, des brûlures urinaires, etc.

COMMENT PREVENIR ?

- Ayez une bonne hygiène corporelle
- Limitez le contact avec des personnes malades ou contagieuses
- Lavez-vous fréquemment les mains, Désinfectez soigneusement toute plaie éventuelle

QUE FAIRE ?

- Contrôlez votre température et prévenez votre médecin traitant si votre température dépasse 38°C



Sécheresse cutanée

Sécheresse de la peau se manifestant par des démangeaisons, des crevasses, la peau qui pèle, etc.

COMMENT PREVENIR ?

- Utilisez des produits sans savon pour la toilette
- Hydratez votre peau avec des crèmes émollientes

QUE FAIRE ?

- En cas de persistance des signes évoqués plus haut, contactez votre médecin afin de l'informer.



Thrombopénie

Baisse du nombre de plaquettes sanguines.

Se manifeste par des saignements de nez, des gencives, des bleus et/ou des taches rouges sur la peau

COMMENT PREVENIR ?

- Utilisez une brosse à dents souple
- Préférez le rasoir électrique
- Attention aux coupures et aux blessures
- Ne prenez pas d'aspirine

QUE FAIRE ?

- En cas d'apparition des signes évoqués, vous devez contacter votre médecin qui pourra vous prescrire une prise de sang. En cas de saignement, exercez une pression pendant 10 à 15 minutes.



Syndrome main pied

Se manifeste par l'apparition de rougeurs, d'engourdissements ou de fourmillements et un dessèchement de la peau allant jusqu'à l'apparition de crevasses.

COMMENT PREVENIR ?

- Evitez les bains et douches très chauds, les expositions au soleil.
- Evitez de porter des gants, des chaussettes et bijoux trop serrés. Portez des chaussures amples et confortables
- Avant de débiter le traitement, traitez tout épaissement de la paume des mains ou de la plante des pieds par des soins adaptés
- Appliquez une crème hydratante au moins une fois par jour

QUE FAIRE ?

- Dans la mesure du possible, laissez les pieds et mains découverts.
- En cas d'apparition des signes évoqués, vous devez le signaler à votre médecin



Nausées / Vomissements / Perte d'appétit

COMMENT PREVENIR ?

- Mangez lentement dans le calme, ce qui vous fait plaisir et en petites quantités mais fréquemment. Essayez de nouveaux aliments. N'hésitez pas à fractionner vos repas: collation, goûter...
- Evitez les aliments gras, frits, épicés difficiles à digérer, limitez la consommation d'alcool.
- Privilégiez les aliments tièdes, froids ou moins odorants.
- Buvez peu pendant les repas et répartissez vos prises de boisson au cours de la journée.

QUE FAIRE ?

- Si vous vomissez, rincez-vous la bouche et attendez une heure ou deux avant de manger.
- Un médicament anti-vomissements peut vous être prescrit par votre médecin.
- Si les vomissements persistent malgré le traitement, n'hésitez pas à prévenir votre médecin traitant. Continuez à prendre votre traitement.
- Le fait de sucer des bonbons mentholés peut permettre de soulager les nausées
- Evitez la position allongée



Anémie

Baisse du nombre de globule rouge dans le sang (du taux d'hémoglobine).

Se manifeste par une fatigue, un essoufflement, une pâleur, une sensation de vertiges

QUE FAIRE ?

- En cas d'apparition des signes évoqués, vous devez immédiatement le signaler à votre médecin.



Fatigue

COMMENT PREVENIR ?

- Privilégiez les activités qui vous font plaisir.
- Continuer vos activités quotidiennes tout en vous aménageant des pauses dans la journée
- Relaxe vous autant que possible (sieste)

QUE FAIRE ?

- Demandez de l'aide si besoin à votre entourage, à l'assistante sociale, à votre mutuelle, à l'équipe soignante: des aides sont possibles.
- Si vous avez des troubles du sommeil, parlez-en à votre médecin traitant



Mucites / Aphtes

Se manifestent par des aphtes ou des ulcérations sur la bouche ou sur les lèvres

COMMENT PREVENIR ?

- Evitez alcool/tabac, Evitez les aliments trop chauds, épicés ou acides, les fruits secs, le gruyère, la moutarde, Evitez les aliments trop sucrés (miel, confiture ...) ainsi que les fritures
- Préservez une bonne hygiène buccale, utilisez une brosse à dent souple

QUE FAIRE ?

- Des bains de bouche peuvent vous être prescrits
- Le froid soulage les aphtes (glaçons, glaces, boissons rafraichissantes, etc.)



Diarrhée

Se manifeste par une élimination fréquente de selles molles ou liquides, au moins 3 épisodes par jour. Cela peut s'accompagner de douleurs abdominales.

COMMENT PREVENIR ?

- Limitez la consommation de boisson contenant de la caféine ou du guarana
- Evitez les fruits, les légumes crus, les laitages, les aliments gras et épicés
- Privilégiez une alimentation pauvre en fibres : riz blanc, pâtes, pommes de terre, semoule, carotte cuites, gelée de coing, pain blanc, biscottes.

QUE FAIRE ?

- Buvez 2 litres par jour mais en petite quantité : thé, eau, boissons gazeuses
- En cas de persistance des signes évoqués plus haut, contactez votre médecin qui vous prescrira un traitement adapté.

Cette liste n'est pas exhaustive. Les effets indésirables ne sont pas systématiques et peuvent varier dans leur intensité.

Les conseils apportés ici peuvent vous aider à prévenir ou limiter l'apparition de ces effets.

EN CAS DE PERSISTANCE DE L'UN DE CES EFFETS INDESIRABLES CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN OU ÉQUIPE SOIGNANTE.