

ONCO

HAUTS-DE-FRANCE
DISPOSITIF SPÉCIFIQUE
RÉGIONAL DU CANCER



Guide destiné aux patients et à leur famille

LA RADIOTHÉRAPIE DES TUMEURS DU SEIN

Édition 2026

Mémento

Après Le
traitement

Les effets
secondaires

Informations
complémentaires

La radiothérapie

Pour accéder au guide en
format numérique, flashez ce
QR code :



Contacts et information

Ce livret n'est proposé qu'en complément des informations données par votre médecin. Son contenu n'est pas exhaustif. En aucun cas il ne devra se substituer aux renseignements et conseils fournis par les professionnels de santé. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à les poser lors d'une consultation.

Mon médecin :

Téléphone :

Mon traitement :

-

-

-

1

Qu'est-ce que la radiothérapie ?

PAGE 01

2

Pourquoi avez-vous besoin de radiothérapie ?

PAGE 02

3

La préparation du traitement

PAGE 02

4

Les séances de radiothérapie

PAGE 04

5

Informations complémentaires

PAGE 05

6

Les effets secondaires précoces

PAGE 06

7

Les effets secondaires tardifs

PAGE 08

8

Et après le traitement ?

PAGE 09

9

Mémento

PAGE 10

Qu'est-ce que la radiothérapie ?

La radiothérapie est un traitement qui consiste à utiliser des radiations ionisantes, le plus souvent des rayons X pour détruire les cellules tumorales ou les empêcher de se développer.

La radiothérapie consiste à diriger précisément ces rayonnements sur la zone à traiter, tout en préservant le mieux possible les tissus sains et les organes avoisinants, dits organes à risque. La radiothérapie agit sur toutes les cellules touchées par les rayons. Les effets sont plus importants sur les cellules tumorales.

De nombreuses mesures sont prises pour réduire au maximum le volume de tissu normal qui recevra la radiothérapie et faire en sorte que seule la zone concernée soit irradiée.

Pour un cancer du sein, quatre zones du corps peuvent être traitées par radiothérapie :

- La glande mammaire (après chirurgie conservatrice) ;
- Le lit tumoral, c'est-à-dire la région du sein où se trouvait la tumeur avant l'intervention chirurgicale (après chirurgie conservatrice) ;
- La paroi thoracique (après chirurgie non conservatrice) ;
- Les aires ganglionnaires.

Les volumes de traitement sont définis de manière personnalisée par le médecin oncologue radiothérapeute, en fonction de votre situation, de votre maladie et des objectifs du traitement.

Pourquoi avez-vous besoin de radiothérapie ?

Les médecins peuvent envisager la radiothérapie comme traitement complémentaire à la chirurgie et/ou à la chimiothérapie. La radiothérapie mammaire adjuvante sert à **détruire d'éventuelles cellules cancéreuses microscopiques restantes après la chirurgie**, afin de **réduire le risque de récurrence locale** et d'augmenter les chances de guérison.

La préparation du traitement

1^{ère} étape

La Réunion de Concertation Pluridisciplinaire (RCP)

Le traitement de chaque personne est discuté au cas par cas au cours d'une réunion à laquelle participent les oncologues radiothérapeutes, les chirurgiens, les oncologues, les anatomopathologistes, les médecins nucléaires et les radiologues.

2^{ème} étape

La consultation avec l'oncologue radiothérapeute

Avant de commencer, le radiothérapeute décide de la planification exacte du traitement : dose totale d'irradiation, nombre de séances (= nombre de fractions), fréquence des séances et volume à traiter.

Le radiothérapeute vous transmettra toutes les informations sur le traitement et les effets secondaires possibles.

3^{ème} étape

Le scanner de centrage (30 à 45 min)

Aussi appelé scanner de simulation ou scanner dosimétrique, c'est un examen d'imagerie médicale utilisant des rayons X. Il est généralement réalisé sans injection de produit de contraste (iode), et il n'est pas nécessaire d'être à jeun. Il permet de voir votre anatomie en trois dimensions afin de préparer votre traitement de radiothérapie.

Il est important de savoir que ce scanner n'a pas pour objectif de rechercher une maladie ou de poser un diagnostic. Son rôle est uniquement de préparer votre traitement de manière précise et sûre. Pour cette raison, aucun compte rendu radiologique ne vous sera remis.

Cet examen est indolore, et il permet à l'équipe médicale de déterminer exactement où et comment administrer la radiothérapie, en protégeant au mieux les tissus sains autour de la zone à traiter.

Grâce à ce scanner, votre traitement sera **préparé sur mesure** à partir des données recueillies, ainsi que de tous vos examens antérieurs (IRM, mammographies, échographies, etc.).

Pour réaliser cet examen, vous serez installé(e) dans la **position exacte du traitement**. Concrètement :

- **Le bras du côté traité (ou les deux bras) sera généralement placé au-dessus de la tête** pour permettre l'accès à la zone mammaire et assurer la précision des faisceaux.
- Des **accessoires de positionnement** (appuis, coussins, immobilisateurs) seront utilisés pour vous maintenir confortablement et immobile pendant toute la durée de l'examen.
- De **petits repères cutanés temporaires** ou des **tatouages très fins** pourront être réalisés sur la peau pour guider précisément le

Il est important de **signaler toute gêne ou douleur** afin que l'équipe puisse ajuster les accessoires dans la mesure du possible, tout en respectant les contraintes techniques du traitement.

Vous pourrez respirer librement tout au long de votre séance.

Dans certains cas, il est possible de proposer une irradiation en **inspiration bloquée** afin de réduire l'irradiation cardiaque.

Enfin, un **délai de plusieurs jours est nécessaire entre le scanner de centrage et la première séance**, afin que le plan de traitement soit élaboré avec le soutien des physiciens médicaux et validé par l'équipe.

Les séances de radiothérapie

Chaque séance de radiothérapie est appelée « fraction ». La fréquence et le nombre de fractions dépendent du type de tumeur que vous présentez. Ainsi, votre traitement peut être quotidien ou seulement de quelques jours par semaine, pour une durée également variable.

Le radiothérapeute décidera de votre traitement en fonction de différents facteurs, dépendants de votre tumeur et de votre condition physique, en se basant sur des recommandations nationales et internationales et sur celles de la réunion de concertation pluridisciplinaire.

En pratique, dans un traitement dit « classique »

- ▶ Chaque séance de radiothérapie dure environ 15 minutes
- ▶ Les séances sont réalisées tous les jours de la semaine (du lundi au vendredi, parfois le samedi)

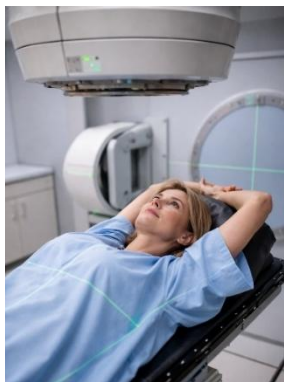


Image générée par intelligence artificielle

Durant toutes les séances de radiothérapie, vous serez en contact permanent avec les manipulateurs par un interphone et une caméra. Vous pourrez communiquer avec le personnel soignant pendant toute la séance de traitement.

Pendant le traitement, vous serez reçu en consultation chaque semaine par le radiothérapeute pour évaluer la tolérance du traitement.

La radiothérapie, en pratique, comporte les étapes suivantes :

- Repérage des zones à traiter (scanner)
- Séances de radiothérapie, d'une durée de 15 minutes environ : le nombre total et le rythme des séances seront décidés par le radiothérapeute

Informations complémentaires

- ▶ La radiothérapie est **indolore**.
- ▶ Le traitement est réalisé en **ambulatoire**. Vous ne serez hospitalisé(e) que si vos symptômes ne sont pas compatibles avec un déplacement quotidien.
- ▶ **Transport** : vous pouvez demander une prescription médicale de transport pour vos déplacements si votre état de santé le justifie (taxi, VSL, ambulance).
- ▶ Si votre employeur vous accorde des aménagements d'horaires et si vous n'êtes pas fatigué(e), il est possible de continuer à travailler pendant la période de radiothérapie. Cependant, n'oubliez pas que vous devrez vous déplacer tous les jours.
- ▶ Vous pouvez maintenir les activités de votre vie quotidienne que vous aviez avant de débiter la radiothérapie.
- ▶ Il n'est pas nécessaire de suivre une régime alimentaire particulier.
- ▶ Une activité physique est recommandée. N'hésitez pas à en discuter avec votre radiothérapeute ou prendre contact avec les Espaces Ressources Cancers.
- ▶ L'intoxication tabagique augmente fortement le risque de développer des effets indésirables aigus comme tardifs. **Le sevrage est vivement encouragé**. Votre radiothérapeute peut vous proposer une aide au sevrage.
- ▶ Si vous êtes anxieux(se), signalez-le à l'équipe soignante. Un médecin pourra vous prescrire un traitement adapté. Des consultations auprès de psychologues peuvent vous être également proposées.
- ▶ **Vous ne serez pas radioactif**. Il n'y a aucune précaution à prendre vis-à-vis des personnes de votre entourage.
- ▶ Merci de vous assurer que vos coordonnées sont à jour afin que nous puissions vous contacter facilement en cas de besoin.

Les effets secondaires précoces

Les effets secondaires sont généralement modérés et tout est mis en place pour les réduire à leur minimum.

Les effets secondaires dits « précoces » sont ceux qui apparaissent **pendant la radiothérapie ou peu de temps après la fin du traitement.**

Voici une liste des effets secondaires précoces **les plus fréquents.**



RÉACTION DE LA PEAU : Inflammation, démangeaisons

Après quelques séances, la peau peut devenir rouge, irritée et plus foncée (aspect d'un coup de soleil) dans la région traitée.

Il n'y a pas de traitement à mettre pour prévenir l'apparition de cette inflammation mais voici quelques conseils pour réduire son risque d'apparition :

- Avant la séance, ne pas utiliser de produits tels que : crèmes, huile, alcool, eau de toilette, talc.
- Laver simplement la peau à l'eau et au savon, bien sécher
- Laisser le plus possible la zone traitée à l'air libre tout en la protégeant du soleil. Vous devrez continuer cette protection quelques années après la fin de la radiothérapie car la peau située dans la zone de traitement restera plus sensible.

Ces modifications disparaissent en quelques semaines après la fin du traitement.



GENE / DOULEUR MAMMAIRE

Une gêne ou une douleur du sein peut survenir pendant ou après la radiothérapie en raison de l'inflammation temporaire des tissus traités, et elle est le plus souvent transitoire.



FATIGUE

Une fatigue peut apparaître progressivement au cours du traitement. Ce symptôme est davantage ressenti lorsque le traitement par radiothérapie arrive à sa fin et lorsque vous avez reçu au préalable plusieurs thérapies (chirurgie, chimiothérapie...).

Pour faire face à cette fatigue, vous devez vous ménager des périodes de repos, tout en sachant que maintenir une activité physique est recommandé.

Cette sensation peut persister quelques semaines après la fin du traitement, sans que cela ne soit inhabituel.



OESOPHAGITE

Lors d'une radiothérapie étendue aux aires ganglionnaires, l'œsophage peut se trouver à proximité de la zone traitée, ce qui peut entraîner une inflammation passagère responsable de douleurs ou d'une gêne à la déglutition, appelée œsophagite.

Signalez-les à votre médecin qui adaptera votre traitement.

Il est possible que votre radiothérapeute vous propose des traitements dédiés durant la radiothérapie ou dans les suites, il ne faut pas hésiter à lui signaler tout changement même en dehors des consultations.

Les effets secondaires tardifs

Quelques effets secondaires peuvent survenir **plusieurs mois ou années après** la radiothérapie.

Certains effets tardifs peuvent apparaître après le traitement, comme des **changements esthétiques du sein** (apparition de petits vaisseaux violacés sur la zone traitée (télangiectasies), peau plus claire ou plus foncée dans la zone irradiée, modification du volume mammaire, rétraction mammaire), une fibrose mammaire (sein plus dur au toucher, notamment dans la zone opératoire) ou un **gonflement du bras** (lymphœdème), ainsi que des **troubles de la glande thyroïde**.

Le sein ou la paroi mammaire peuvent également **rester sensibles**, parfois douloureux, pendant des mois, voire des années. Des solutions existent : parlez-en à votre radiothérapeute.

Pour le cœur et les poumons, nous veillons à **ne pas dépasser les limites de sécurité** pendant la radiothérapie, ce qui permet de réduire fortement le risque de complications.

Et après le traitement ?

Reprenez votre rythme de vie !

A la fin du traitement, il est fréquent de ressentir une baisse du moral, même si l'on attendait la fin des séances avec impatience.

Pendant la radiothérapie, vous étiez très impliqué(e) et actif(ve) dans votre prise en charge ; une fois le traitement terminé, ce rôle s'atténue et laisse place à l'attente des rendez-vous et examens de suivi. Se projeter dans des activités, faire de l'exercice et reprendre des projets personnels peuvent aider à traverser cette période. Une aide psychologique peut aussi vous être proposée par votre médecin.

En cas de doute concernant la reprise de votre activité professionnelle, n'hésitez pas à vous rapprocher de votre médecin du travail.

En période d'arrêt de travail, vous avez toujours la possibilité de le solliciter directement sans frais pour une visite de pré-reprise.

Contactez votre service de médecine du travail pour obtenir un rendez-vous.

En absence de rattachement à un service de santé au travail et/ou si besoin d'une expertise, vous pouvez solliciter une consultation pluridisciplinaire auprès du CRPPE¹ de Lille ou d'Amiens.



¹ Centre Régional de Pathologies Professionnelles et Environnementales (CRPPE)

Lille : Pr Sophie FANTONI-QUINTON : crppe@chu-lille.fr

Amiens : Dr Sylvain CHAMOT : crppe@chu-amiens.fr

Mémento

Date de consultation	Date de début de radiothérapie	Date de fin de radiothérapie	Chimiothérapie associée	Date de prochaine IRM

Notes particulières :

¹ Centre Régional de Pathologies Professionnelles et Environnementales (CRPPE)

Lille : Pr Sophie FANTONI-QUINTON : crppe@chu-lille.fr

Amiens : Dr Sylvain CHAMOT : crppe@chu-amiens.fr

Liens utiles

- ▶ **L'Institut National du Cancer (INCa)**

<https://www.e-cancer.fr/>

- ▶ **La Ligue contre le cancer**

<https://www.ligue-cancer.net/>

- ▶ **Le Dispositif Spécifique Régional du Cancer (DSR-C) ONCO Hauts-de-France**

<https://www.onco-hdf.fr/>

- ▶ **Société Française de Radiothérapie Oncologique (SFRO)**

<https://www.sfro.fr/>

- ▶ **Espaces Ressources Cancers**

<https://erc-hauts-de-france.ars.sante.fr/>

DSR-C ONCO Hauts-de-France

1A rue Jean Walter

59000 LILLE

info@onco-hdf.fr

www.onco-hdf.fr