

Effets de la radiothérapie sur la peau

Quel est l'effet des traitements sur la peau?

La radiothérapie est un traitement ciblé qui touche uniquement la zone irradiée, pouvant provoquer une réaction inflammatoire de la peau lorsque celle-ci se trouve dans le volume irradié. Les symptômes sont temporaires et peuvent être atténués avec les soins appropriés.

Les atteintes de la peau peuvent prendre des formes différentes selon le traitement et la zone ciblée, correspondant à une radio-épithélite:

- inflammation douloureuse et desquamation de la peau (aspect de coup de soleil)
- dessèchement, rougeurs sous forme de plaques ou de boutons, irritation pouvant provoquer des démangeaisons
- irritation et sécheresse des yeux, des narines, de l'intérieur de la bouche et des lèvres ou, pour les femmes, de la muqueuse vaginale
- sensibilité au soleil.

La radio-épithélite apparaît généralement 2-3 semaines après le début du traitement, un pic de réaction cutanée peut survenir 7-10 jours après la fin des séances de radiothérapie. La réaction disparaît ensuite progressivement, avec une disparition de l'inflammation 2 à 3 semaines après la fin du traitement.

D'autres traitements, tels que l'hormonothérapie et les thérapies ciblées, peuvent aussi entraîner des modifications de la peau. En présence de telles manifestations, il s'agit donc d'en identifier la cause, afin de trouver les moyens les plus adaptés pour y faire face.

Chaque situation est particulière. Les effets secondaires ne surviennent pas en toute situation et ils varient selon le traitement et selon les personnes. Avant le début du traitement, l'équipe soignante vous informe des effets potentiels. N'hésitez pas à lui faire part de vos questions et préoccupations.

Que faut-il faire?

Prévention de la sécheresse et du frottement de la peau

Corps

- Savonnez-vous le corps à la main, afin de favoriser un soin doux et délicat
- Séchez votre peau par tamponnement avec une serviette de bain plutôt que par frottement vigoureux
- Préférez les savons doux (pH neutre), hydratants et de préférence sans parfum
- Privilégiez les douches rapides plutôt que les longs bains chauds ou les bains de siège
- Préférez un rasoir électrique
- Évitez des parfums, d'eau de Cologne et après-rasage contenant de l'alcool sur la zone traitée. Le déodorant sans alcool est autorisé tant que la peau de l'aisselle reste intègre
- Appliquez régulièrement une crème hydratante conseillée par votre médecin ou infirmier-ère
- Enlevez des traces de crème avant de venir se faire traiter
- Limitez les tenues ajustées et privilégiez des vêtements amples, de couleur claire, couvrant bras et jambes et si possible en fibres naturelles, comme le coton, le lin et la soie
- Préférez un soutien-gorge adapté (sans armatures et de la bonne taille)

- Évitez des accessoires pouvant provoquer un frottement/cisaillement cutané (comme colliers ou lanières des sacs)
- Évitez l'exposition solaire de la zone irradiée (vêtement recouvrant la zone irradiée, écharpe, chapeau, etc.)

Cheveux

En cas de radiothérapie du cuir chevelu:

- Renoncez à vous laver les cheveux tous les jours
- Lavez vos cheveux à l'eau tiède, avec une noisette de shampoing doux (pH neutre)
- Évitez de frotter vigoureusement vos cheveux pour les sécher
- Utilisez votre sèche-cheveux à la température minimale ou laissez sécher votre chevelure à l'air

Yeux

- Des rinçages oculaires à base de sérum physiologique peuvent vous être prescrits par votre médecin, de même que l'application de collyre vitaminé
- Utilisez des lunettes de soleil comme moyen de confort et de protection

Narines

- Des rinçages nasaux à base de sérum physiologique et des crèmes pour soigner les muqueuses peuvent vous être prescrits par votre médecin afin de diminuer la formation de croûtes et le risque de saignement superficiel

Intérieur de la bouche

- Réalisez des soins de bouche à base de bicarbonate de sodium plusieurs fois par jour.
- Profitez de l'effet des bonbons sans sucre. Ils vont activer la production de salive et donc humidifier la bouche. Les glaces à l'eau et les sorbets ont, en plus, un effet rafraîchissant.
- Évitez le tabac, l'alcool et la menthe qui ont un effet asséchant
- Appliquez un baume hydratant sur vos lèvres
- Si vous le souhaitez, vous pouvez utiliser un spray de «salive artificielle» que le médecin vous aura conseillé

Vagin

- Parlez de vos symptômes à votre médecin. Il peut vous conseiller et vous prescrire une crème ou des gélules traitant l'irritation
- Utilisez un gel lubrifiant (à base d'eau) lors des rapports sexuels

Précautions à observer face au soleil

- Évitez de vous exposer au soleil de manière directe durant la période de traitement
- Portez une casquette ou un chapeau pour vous protéger du soleil
- Ayez recours à un écran solaire avec un indice de protection élevé, après la fin des traitements de radiothérapie
- Utilisez un baume protecteur pour les lèvres avec indice de protection
- N'utilisez pas de crèmes auto-bronzantes

Signes d'alerte

Contactez les soignants si:

- Une douleur n'est plus contrôlée par vos médicaments, empêche vos activités quotidiennes ou impacte votre humeur
- Des démangeaisons deviennent fréquentes et ne sont pas soulagées par la crème hydratante
- Une partie de la zone traitée commence à peler ou fait une plaie superficielle.

Contacts

L'équipe infirmière du Service de radio-oncologie

Tél. +41 79 556 33 79 (lu-ve)

Tél. 141 79 556 47 35 (lu-ve)

Votre médecin radio-oncologue via le secrétariat de radio-oncologie

Tél. +41 21 314 46 00