

Les précautions à prendre pendant vos traitements

Vous recevrez bientôt des traitements de chimiothérapie ou une thérapie ciblée pour traiter un cancer. Voici un rappel des précautions que vous devrez prendre.

Les précautions décrites ici doivent être prises durant les 4 jours qui suivent chaque traitement.

Pourquoi dois-je prendre certaines précautions ?

Les précautions visent à éviter qu'un membre de votre famille, un proche ou encore votre animal domestique entrent en contact avec des résidus des médicaments qui vous ont été administrés.



LA CHIMIOTHÉRAPIE

Elle consiste à détruire les cellules cancéreuses ou à ralentir la vitesse à laquelle elles se développent (elle détruit les cellules à croissance rapide).

LA THÉRAPIE CIBLÉE

Elle cible des éléments spécifiques des cellules cancéreuses pour détruire celles-ci.

Toutefois, ces médicaments peuvent aussi être toxiques pour les autres cellules de votre corps. Vous et vos proches devez donc être prudents.

Les médicaments que vous recevez restent dans votre corps pendant quelques jours. Durant ce temps, tous les liquides et les sécrétions que vous produisez, c'est-à-dire les vomissements, la salive, les urines, les selles, les sécrétions vaginales et le sperme, contiennent des résidus de ces médicaments. C'est de cette façon que votre corps les élimine, petit à petit.



Pour ne pas propager des infections ou des résidus de médicaments, vous ne devez pas réutiliser le torchon ayant servi au nettoyage de la toilette pour nettoyer d'autres surfaces dans la maison.

La personne qui vous aide doit porter des gants jetables pour toucher aux médicaments de chimiothérapie et pour nettoyer le rebord de la cuvette et le plancher.

Quelles sont les précautions à prendre ?

LAVAGE DES MAINS

Le lavage des mains est très important pour éviter de propager des résidus de médicaments. Lavez-vous souvent les mains avec de l'eau et du savon, particulièrement APRÈS :

- Avoir touché à ces médicaments
- Avoir touché à des liquides de votre corps (sang, urine, sperme, etc.)
- Être allé aux toilettes

TOILETTES

- Urinez assis pour éviter les éclaboussures.
- Fermez le couvercle de la cuvette de toilette après chaque utilisation.
- Actionnez la chasse d'eau 2 fois pour bien vous débarrasser de tous les résidus.
- Chaque jour, nettoyez le rebord de la cuvette et le plancher autour avec du savon tout usage. Si vous avez plus d'une toilette chez vous, demandez aux membres de la famille d'en utiliser une différente de la vôtre pendant les traitements.
- Les culottes d'incontinence doivent être jetées dans les poubelles dans un double sac de plastique fermé.



LESSIVE

Vous pouvez continuer à laver vos vêtements et votre literie dans la machine à laver ; toutefois :

- Lavez séparément les vêtements salis par de l'urine, des selles, des vomissements ou par des médicaments. S'ils sont très sales, lavez-les 2 fois. Si vous ne pouvez pas les laver tout de suite, mettez-les à part dans un sac de plastique bien fermé.
- Portez des gants (comme des gants à vaisselle) si vous devez toucher à vos vêtements salis par des liquides du corps ou des médicaments. Ces gants ne doivent servir qu'au lavage de vêtements.

RELATIONS SEXUELLES

- Utilisez un condom pour avoir des relations sexuelles pendant les 4 jours qui suivent un traitement. Le sperme et les sécrétions du vagin peuvent contenir des résidus de médicaments.
- Il est préférable de ne pas échanger votre salive.

LA CONTRACEPTION PENDANT LE TRAITEMENT

Vous savez qu'il est important d'éviter une grossesse tout au long de votre traitement, car elle peut être toxique pour le fœtus. Si vous êtes en couple et en âge de procréer, choisissez une méthode de contraception fiable que vous pourrez utiliser pendant toute la durée des traitements.

Cela vaut aussi pour les conjointes des hommes traités. Notez qu'il est conseillé d'attendre 6 mois après la fin des traitements avant d'essayer de concevoir un enfant. Si le sujet vous préoccupe, discutez-en avec votre médecin.

Après un traitement, il est normal de se sentir fatigué. N'hésitez pas à demander de l'aide ménagère à vos proches ou à un groupe d'entraide. Si la fatigue vous empêche de faire vos activités de la vie quotidienne (manger, vous habiller, etc.) parlez-en à votre équipe de soins.



Les proches doivent-ils aussi prendre des précautions ?

Si vous prenez les précautions décrites dans cette fiche, il sera tout à fait sécuritaire pour vos proches de vivre avec vous ou de vous côtoyer.

Il est tout à fait possible et non risqué de :

- se tenir la main
- dormir dans le même lit
- faire des activités ensemble

Précautions pour les proches

- Si vous faites des tâches ménagères au domicile d'une personne traitée par chimiothérapie ou par thérapie ciblée : votre aide sera précieuse. Seulement, veillez à suivre les indications décrites dans ce document.
- Si vous êtes enceinte ou allaitez : il serait préférable que vous ne soyez pas en contact avec ces médicaments ou leurs résidus. Toutefois, si vous prenez soin d'une personne en traitement, notez bien que vous pouvez le faire sans danger, à condition de suivre à la lettre les indications décrites dans ce document.

À qui m'adresser pour obtenir de l'aide ou poser des questions ?

Communiquez avec votre équipe de soins aux coordonnées indiquées dans votre passeport en oncologie.

