

Précautions à prendre à la maison durant la chimiothérapie



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



Les mesures décrites ici doivent être prises durant les **4 jours** qui suivent **chaque traitement** de chimio.

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 de la chimiothérapie.

La chimiothérapie consiste à détruire les cellules cancéreuses avec des médicaments, qui sont des substances « chimiques ». Toutefois, ces substances sont aussi toxiques pour le corps. C'est pourquoi vous et vos proches devez être prudents.

Les médicaments de chimiothérapie 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, 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.

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 des médicaments de chimiothérapie
- > 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.

Pensez-y! Vous ne devez pas réutiliser le torchon ayant servi au nettoyage de la toilette pour nettoyer d'autres surfaces dans la maison. Ceci pour ne pas propager des infections ou des résidus de médicaments.



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

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 de suite, mettez-les à part dans un sac de plastique bien fermé.
- > Portez des gants (comme des gants de 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.



> La contraception pendant le traitement

Vous savez qu'il est important d'éviter une grossesse tout au long de la chimiothérapie, 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, c'est tout à fait normal de se sentir fatigué. N'hésitez surtout pas à demander de l'aide ménagère à vos proches ou à un groupe d'entraide.

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 :

- s'embrasser
- 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** : 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 les médicaments de chimiothérapie ou ses 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 ?

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à communiquer avec un membre de votre équipe de soins.



RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/votresante



BLOC-NOTES



Questions



Personnes-ressources et contacts

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca

