

A retenir !

Par le biais de cette brochure, nous espérons vous faire comprendre combien il est important que vous **contrôliez votre température matin et soir** et avertir votre médecin dès que celle-ci atteint **38°C**.

C'est la seule façon de dépister l'apparition d'une neutropénie fébrile et une manière de prendre soin de vous, car une prise en charge médicale précoce de cette complication permet d'en éviter les conséquences parfois très graves.

Si quelques questions subsistent, sachez que le Dr Forget et les membres de l'équipe infirmière sont prêts à y répondre.



Comment nous joindre ?

Dans le service d'oncologie, de 8h30 à 16h30, en téléphonant au **061/238.367 (secrétariat)** ou **061/238.462 (infirmières)**.

En cas de problème en dehors des heures d'ouvertures, contactez le service d'urgence en mentionnant que vous êtes suivi par le Dr Forget.

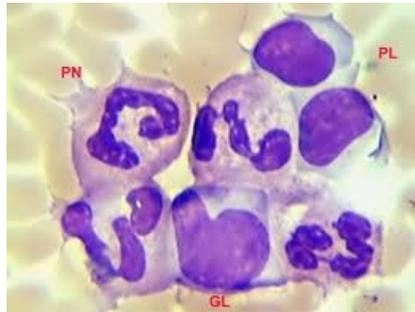
Ce service fera le nécessaire pour répondre à votre appel.

N° de téléphone des urgences : **061/238.650**.



La NEUTROPENIE
(information destinée aux patients et
à leur famille)

La neutropénie - définition



Les globules blancs neutrophiles présents dans le sang servent à se défendre contre les infections.

La neutropénie est une diminution du nombre de globules blancs neutrophiles dans le sang.

Elle est appelée **NEUTROPENIE FEBRILE** lorsque ce phénomène s'accompagne de **FIEVRE**.

C'est une complication fréquente de la chimiothérapie et elle peut être très grave.

Vous êtes particulièrement fragile, **une semaine à dix jours** après la chimiothérapie : les globules blancs peuvent être au plus bas, sans que vous en ressentiez des signes.

A l'aide de ce fascicule, l'équipe du service d'oncologie souhaite vous sensibiliser aux risques de la neutropénie. Vous trouverez ici des **conseils** qui pourront vous aider à **éviter les complications** qui, si elles ne sont pas prévenues, pourraient mettre votre vie en danger.

Il est excessivement important que vous suiviez ces conseils, et que votre famille les connaissent aussi.

S'il le souhaite, votre médecin traitant peut également consulter cette brochure.

La neutropénie - conseils à suivre

Les contacts avec l'entourage

Évitez tout contact proche avec **des personnes malades** que ce soit à leur domicile ou à l'hôpital.

N'oubliez pas de rappeler régulièrement à votre entourage que vous êtes particulièrement **« fragile » aux infections** quand vous êtes en chimiothérapie. Ils comprendront qu'ils doivent éviter de vous rendre visite quand ils ne se sentent pas bien.

La neutropénie - conseils à suivre

L'hygiène alimentaire



Si vous avez un régime particulier à suivre, il faut bien entendu le respecter.

Veillez à **conserver tous vos aliments au frais** (température inférieure à 6°C) et dans des récipients **propres**. Manipulez-les en vous lavant les mains avant et après.

En cas de neutropénie, **les aliments déconseillés** sont de deux ordres :

ceux qui sont fabriqués de manière « artisanale » ou « faits maison », c'est-à-dire qui ne sont pas préparés, emballés et stockés dans des conditions optimales que l'on retrouve dans l'industrie, comme par exemple :

Des fromages, fromages blancs ou yaourts
Des glaces « maison »
Mousse au chocolat, crème pâtissière



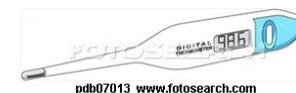
ceux qui présentent naturellement des risques même minimes de contamination bactérienne :

Les viandes crues (Américain) ou saignantes
Les charcuteries, abats ...
Les fruits de mer et crustacés
Les poissons crus
Les salades, légumes verts et fruits frais insuffisamment lavés



La neutropénie - surveillance de la température

N'oubliez pas de prendre votre **TEMPERATURE** corporelle **TOUS LES JOURS** le matin (vers 10H) et en fin d'après-midi (entre 16 et 17H) en utilisant un thermomètre digital à placer sous la langue ou en-dessous du bras selon les indications figurant sur le mode d'emploi.



C'est entre le **7ème et le 10ème** jour après la chimiothérapie que les globules blancs risquent d'être au plus bas. Soyez particulièrement vigilant durant cette période critique. Pour votre information, sachez que si vous prenez du paracétamol (Dafalgan® par exemple) la fièvre pourrait ne pas être détectée.

Si votre température atteint **38°C**, vous devez **IMMEDIATEMENT** prévenir votre médecin traitant qui pourrait vous faire une **prise de sang** pour contrôler le taux de neutrophiles et déjà vous prescrire préventivement des **antibiotiques** pour éviter une éventuelle infection.

S'il l'estime nécessaire, votre médecin traitant pourrait se mettre en rapport avec le Dr Forget ou décider de vous orienter vers le service **des urgences**.



En-dehors des heures de disponibilité de votre médecin traitant, vous pouvez, de votre propre initiative, vous rendre au **service des urgences** le plus proche de votre domicile.

Après 48H d'un traitement, si la fièvre est toujours présente, vous devez sans tarder, **reprendre contact** avec votre médecin traitant.

La neutropénie - surveillance des signes d'infection

Vous devez signaler à votre médecin traitant ou au Dr Forget à l'occasion d'une consultation, tous signes d'infection ou tous symptômes persistants comme par exemple :

- de la fièvre bien sûr
- une rougeur au niveau de la peau, par exemple au niveau du port-a-cath, ou sur le trajet du cathéter du port-a-cath, ou à tout autre endroit
- une douleur, quelle qu'en soit la localisation
- une toux persistante
- un écoulement inhabituel
- une diarrhée
- une fatigue anormale
- des difficultés respiratoires
- etc ...



La neutropénie - conseils à suivre

Une bonne hygiène de vie sur tous les plans est nécessaire, surtout lorsque votre taux de globules blancs neutrophiles est trop bas.



L'hygiène corporelle

Un toilette quotidienne est indispensable, en prenant particulièrement soin des **creux axillaires et inguinaux** et en réalisant une **toilette intime** correcte.

Lavez-vous régulièrement et soigneusement **les mains** en cours de journée, mais surtout avant de manger et après être allé aux toilettes.



Changez vos sous-vêtements quotidiennement après chaque toilette, et vos vêtements très régulièrement.

L'hygiène de la

bouche

Évitez de vous blesser les gencives. Prenez soin de votre bouche en vous brossant régulièrement les dents avec une **brosse douce**. Nettoyez quotidiennement votre **prothèse dentaire**.

