

ANÉMIE NEUTROPÉNIE

MON
CARNET
DE SUIVI



SUPP●●●●●ORTERS

AMGEN[®]
Oncologie

**MON
CARNET
DE SUIVI**





INTRODUCTION

Ce document est une aide au suivi du traitement de votre cancer, et plus particulièrement au suivi de l'anémie ou de la neutropénie qui peuvent être induites par votre traitement chimiothérapeutique.

Ce guide ne remplace pas le dialogue avec les professionnels de santé mais il peut le faciliter.

Vous pouvez le remplir avec eux et le présenter à chaque rendez-vous.

N'hésitez pas à poser toutes vos questions aux professionnels de santé qui vous suivent.

MA FICHE PERSONNELLE



Nom :

Prénom :

Sexe : Féminin Masculin

Date de naissance : / /

Adresse :

.....

Code postal :

Ville :

Téléphone :

Portable :

N° de sécurité sociale :

Groupe sanguin :

Poids : kg

Taille : cm

Surface Corporelle (SC) : m²

Allergies médicamenteuses :

.....

Allergies alimentaires :

.....

Coordonnées des personnes à prévenir en cas d'urgence :

.....

SOMMAIRE



Et si on parlait de l'anémie? _____	06
Les traitements de l'anémie _____	08
Et si on parlait de la neutropénie? _____	10
La conduite à tenir en cas de neutropénie _____	12
Mon calendrier _____	14
Mes contacts _____	15
Glossaire _____	16
Lexique _____	17
Références _____	18

À LA FIN DE CE LIVRET, DÉCOUVREZ
**Comment lire
votre bilan biologique?**



ET SI ON PARLAIT DE L'ANÉMIE ? (1,2,3,4,5,6,7,8)

Qu'est ce que l'anémie ?

L'anémie est une **diminution du taux d'hémoglobine**. L'hémoglobine est une protéine contenue dans les globules rouges et responsable du transport de l'oxygène dans l'organisme vers les organes et tissus grâce à la circulation sanguine.

Elle peut être traitée et améliorée. C'est pourquoi votre médecin peut vous proposer régulièrement une **analyse de sang** pour rechercher une éventuelle anémie.

Anémie chez l'homme
Taux d'Hb < 13 g/dl



Anémie chez la femme
Taux d'Hb < 12 g/dl



Les causes

Votre **chimiothérapie** figure parmi l'un des nombreux facteurs qui peuvent être responsables de l'anémie ou de son aggravation.

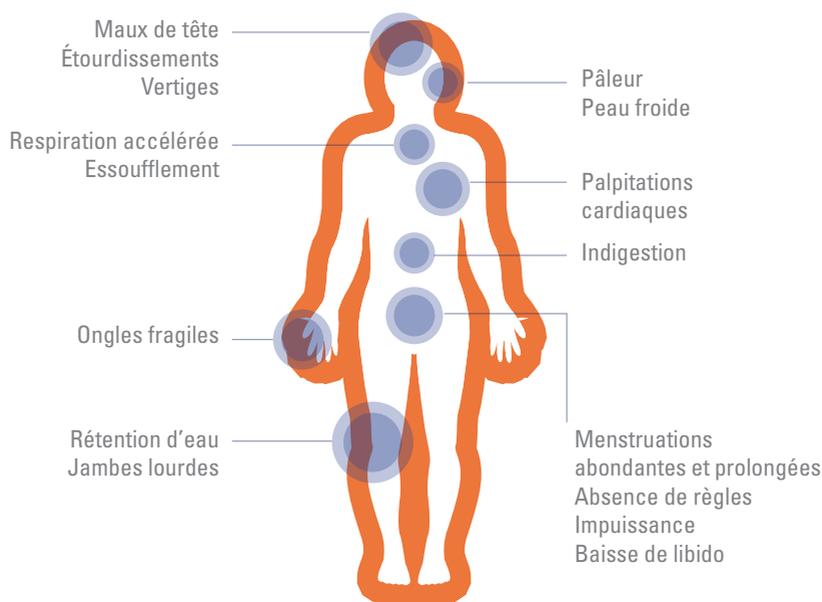
En effet, les médicaments de chimiothérapie ont souvent des **effets secondaires sur le sang et la moelle osseuse**. Ils peuvent entraîner une baisse des globules rouges expliquant votre fatigue.

La fatigue **varie en fonction du type de traitement** que vous suivez et de la façon dont vous le vivez. **Chacun réagit différemment.**

Les symptômes

L'anémie est complexe et les signes révélateurs sont multiples. Ils incluent habituellement **la fatigue** mais aussi une **pâleur du teint, une perte d'énergie, de la somnolence et des maux de tête**.

Il est important pour vous d'apprendre à **reconnaitre les symptômes** pour adapter votre mode de vie.



Les symptômes de l'anémie, comme la fatigue, peuvent altérer votre vie sociale, professionnelle, scolaire ou sportive.

N'hésitez pas à **signaler à votre médecin l'apparition de ces symptômes** afin qu'ils puissent être rapidement pris en charge par l'équipe soignante. En effet, **des traitements adaptés** existent et peuvent être envisagés pour corriger les symptômes et améliorer votre qualité de vie.

LES TRAITEMENTS DE L'ANÉMIE ? ^(1,9,10)

Plusieurs traitements existent pour prendre en charge votre anémie. Votre médecin choisira le traitement qui sera le plus adapté en fonction de la cause de votre anémie et de sa sévérité.



Du fer et des vitamines

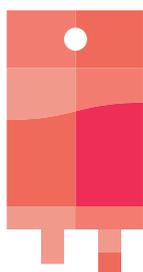
Certains éléments comme le **fer** et la **vitamine B12** sont nécessaires à la production de globules rouges⁽⁸⁾. Afin d'augmenter vos apports en fer et vitamine B12, votre médecin peut vous prescrire un régime riche en fer ou une supplémentation médicamenteuse.



Des médicaments pour stimuler la production de globules rouges

L'**érythropoïétine** (ou EPO) est une hormone produite naturellement par le rein qui permet d'**augmenter la production de globules rouges**.

Afin de **reproduire l'effet de l'EPO**, votre médecin peut vous prescrire des **médicaments stimulant la production de globules rouges**, appelés **agents stimulant l'érythropoïèse (ASE)**.



Les transfusions sanguines

Les **transfusions de globules rouges** sont particulièrement indiquées dans les cas d'**anémie sévère**.

Contrairement aux agents de stimulation de l'érythropoïèse, elles n'agissent pas sur la production de globules rouges et permettent une remontée rapide du taux d'hémoglobine.

Dans tous les cas, n'hésitez pas à en parler avec l'ensemble des équipes soignantes.

ET SI ON PARLAIT DE NEUTROPÉNIE ? ^(10,11)

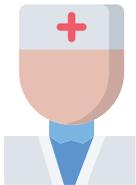
Qu'est-ce que la neutropénie ?



La neutropénie est une diminution anormale du nombre de polynucléaires neutrophiles, le type de globules blancs le plus représenté dans votre sang.

La neutropénie se manifeste généralement par des **fièvres**, des **frissons** et des **maux de gorge**.

Si vous ressentez un ou plusieurs de ces symptômes, n'hésitez à en parler à l'équipe soignante.



Les traitements possibles

Certains protocoles de chimiothérapie sont réputés agressifs envers les globules blancs. Votre médecin a la possibilité de vous prescrire un facteur de croissance spécifique, appelé G-CSF (Granulocyte-Colony Stimulating Factor) pour prévenir le risque de neutropénie.



Les causes et les conséquences de la neutropénie

La neutropénie peut être provoquée par divers facteurs comme l'âge ou une infection mais, dans le cadre de votre traitement anti-cancéreux, elle peut aussi être **liée à la chimiothérapie**.

La baisse des polynucléaires neutrophiles survient **généralement la 2^e semaine du cycle de chimiothérapie mais cela peut varier selon l'individu et le protocole utilisé**.

Après cette baisse et pendant 3 semaines en moyenne, votre nombre de globules blancs est anormalement bas, ce qui rend plus sensible au risque infectieux, d'où l'importance de contacter votre médecin si vous avez une fièvre qui dure plus de 24h.

Votre taux de globules blancs doit être vérifié avant chaque cycle. En effet, en dessous d'un certain seuil, la séance de chimiothérapie peut être décalée, annulée ou les doses de votre traitement diminuées.

LA CONDUITE À TENIR EN CAS DE NEUTROPÉNIE ^(1,10)

Après l'administration de la chimiothérapie et notamment la 2^e semaine, il est important de prendre quelques précautions pour éviter le risque d'infection.

À éviter ou limiter



- Le contact avec des personnes atteintes d'une maladie contagieuse (rhume, grippe, varicelle, herpès...)
- Les transports en commun, la piscine et les bains de foule.



- Les crustacés, le lait cru, les fromages au lait cru, les oeufs durs, la charcuterie à la coupe, les pâtisseries à la crème du commerce, la consommation de légumes ou de fruits crus. Seuls les fruits et légumes crus qui s'épluchent et qui sont préparés au dernier moment sont recommandés.



- Les travaux qui soulèvent la poussière.
- Les sources d'infection (animaux domestiques et leurs excréments, manipulation de fleurs coupées).
- Les petites blessures de la peau : lors du jardinage, en se coupant les ongles, en se rasant (se raser de préférence avec un rasoir électrique). Si cela arrive, désinfectez bien.

SIGNALEZ À VOTRE MÉDECIN SI VOUS AVEZ L'UN DES SIGNES D'INFECTION SUIVANTS :

De la fièvre supérieure à 38°C depuis 24 heures ou une fièvre supérieure à 38,5°C, des frissons, une rougeur, un écoulement ou une douleur au niveau du cathéter, ou encore au bras ou à la jambe, des sueurs nocturnes, des douleurs ou brûlures urinaires, de la toux, un essoufflement, une douleur à la poitrine, des ulcères douloureux dans la bouche, de la diarrhée persistante.

À faire



- Respectez les règles d'hygiène habituelles :
 - lavage des mains plusieurs fois par jour après être allé aux toilettes et avant le repas,
 - douche quotidienne, avec changement quotidien du linge de toilette,
 - hygiène dentaire : brossage des dents après chaque repas avec une brosse à dents souple et un dentifrice fluoré.

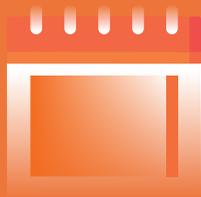


- Faites cuire suffisamment les viandes et les poissons.



- Portez des gants pour le ménage ou le jardinage.
- Couvrez-vous bien pour sortir.
- Prenez votre température par voie orale ou auriculaire, et non par voie rectale.

En cas de fièvre, consultez rapidement votre médecin.



MON CALENDRIER

Vous pouvez compléter cette rubrique pour préparer vos rendez-vous de chimiothérapie

Dates de mes cures de chimiothérapies

Date	Commentaires
_ _ _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ _ _

MES CONTACTS



Coordonnées de mon équipe soignante

Nom	Coordonnées
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



LE GLOSSAIRE

Anémie : Diminution du nombre de globules rouges dans le sang qui entraîne une diminution du taux d'hémoglobine et donc de l'apport d'oxygène dans toutes les parties du corps.

ASE : Agent Stimulant de l'Érythropoïèse (EPO).

Chimiothérapie : Substance chimique destinée à éliminer les cellules cancéreuses.

Coagulation sanguine : Processus complexe aboutissant à la formation de caillots sanguins.

Cycle ou cure de chimiothérapie : Période durant laquelle le malade reçoit une ou plusieurs chimiothérapies. Cette période s'étend du premier jour de la chimiothérapie à la veille du cycle suivant.

Érythropoïétine (EPO) : Hormone régissant la production des globules rouges par la moelle.

Facteur de croissance granulocytaire (G-CSF) : Protéine permettant d'augmenter le nombre de globules blancs.

Hémoglobine (Hb) : Protéine présente dans les globules rouges et dont la principale fonction est le transport de l'oxygène dans l'organisme humain.

Hématocrite (Ht) : Paramètre biologique évaluant le volume de globules rouges par rapport au volume sanguin total.

Hématie : Globule rouge.

Hormone : Molécule permettant de transmettre des messages chimiques par le sang.

Inter-cure : Période qui sépare la fin d'une cure de chimiothérapie du début de la cure suivante.

Martial : Relatif au fer.

Neutropénie : Baisse importante de certains types de globules blancs, appelés polynucléaires neutrophiles.

Numération-Formule Sanguine (NFS) ou hémogramme : Examen hématologique complet qui sert à mesurer la quantité de globules rouges, d'hémoglobines, de globules blancs et de plaquettes dans le sang.

PolyNucléaires Neutrophiles (PNN) : Type de globule blanc.

Réticulocytes : Globules rouges «jeunes».

Soins de support : Ensemble des soins qui prennent en charge les conséquences d'un cancer et de ses traitements.

Thrombocytes ou plaquettes : Éléments du sang permettant d'interrompre le saignement d'une plaie.

Transfusion sanguine : Opération consistant à injecter, par perfusion intraveineuse, du sang ou des dérivés sanguins.

Volume Globulaire Moyen (VGM) : Paramètre biologique évaluant la taille moyenne des globules rouges.

LE LEXIQUE

EPO : Érythropoïétine.

fL : Femtolitre = 10^{-15} .

G : Giga = 10^9 (le milliard est l'unité souvent utilisée pour parler des cellules).

G-CSF : Facteur de croissance granulocytaire (Granulocyte-Colony- Stimulating Factor).

Hb : Hémoglobine.

Ht : Hématocrite.

NFS : Numération-Formule Sanguine.

PNN : PolyNucléaires Neutrophiles.

VGM : Volume Globulaire Moyen.

LES RÉFÉRENCES

1. INCa. Fatigue et cancer. Guide d'information et de dialogue à l'usage des personnes malades et de leurs proches. *Collection Guides SOR Savoir*. Avril 2005.
2. Dictionnaire médical. 4^{ème} édition. *Éditions Masson*. 2004. pp 327;420.
3. OMS. Concentrations en hémoglobine permettant de diagnostiquer l'anémie et d'en évaluer la sévérité. 2011.
4. Pautas E *et al.* Anémie du sujet âgé. *EMC-Médecine 1* 2004;526-33.
5. Groopman JE et Itri L. Chemotherapy-Induced Anemia in Adults: Incidence and Treatment. *J Natl Cancer Inst* 1999;91:1616-34.
6. Ludwig H et Strasser K. Symptomatology of Anemia. *Semin Oncol* 2001;28(S8):7-14.
7. Institut National du Cancer. Causes de la fatigue. Disponible sur : <http://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Qualite-de-vie/Fatigue/Causes-de-la-fatigue> [Accédé le 13/04/2017].
8. Institut National du Cancer. Effets secondaires. Disponible sur : <http://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Les-cancers/Cancer-du-sein/Chimiotherapie/Effets-secondaires> [Accédé le 13/04/2017].
9. Spaëth D. Anémie en cancérologie. Mise au point. *Éditions John Libbey Eurotext*. 2001. pp 17;19.
10. INCa. Comprendre la chimiothérapie. Collection Guides d'information. *Cancer info*. Octobre 2008.
11. Crawford J *et al.* Reduction by granulocyte colony-stimulating factor of fever and neutropenia induced by chemotherapy in patients with small-cell lung cancer. *N Engl J Med* 1991;325(3):164-70.
12. Infos Pratiques, Vidal. <https://www.vidal.fr/infos-pratiques/id10442.htm> (consulté le 07/07/17).

Document d'information pour les patients.

