

## Tendance aux infections et aux hémorragies

### Bon à savoir

Les chimiothérapies et les radiothérapies peuvent entraver provisoirement la formation de certaines cellules sanguines. C'est pour cela que vous aurez des analyses de sang régulières.

Il se peut que le nombre de globules blancs (leucocytes) diminue. Comme ce sont des cellules importantes pour les défenses de l'organisme contre les infections, il se peut que vous ayez une tendance à attraper des infections pendant cette période.

Il se peut que le nombre de plaquettes sanguines (thrombocytes) diminue. Ces cellules sont importantes pour la coagulation. Donc il se peut que vous ayez une tendance aux hémorragies pendant cette période.

Le nombre de globules rouges (érythrocytes) diminue (anémie). Ces cellules sont responsables du transport de l'oxygène dans le sang. L'anémie peut être la cause de fatigue et de difficultés respiratoires (essoufflement) lors d'efforts physiques.



## Tendance aux infections et aux hémorragies

Vous vous sentez...	Où vous constatez...	Ce que vous pouvez faire vous-même...
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pas de signes d'infection (température du corps normale)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Veillez à une hygiène des mains soigneuse pour éviter le risque de transmission de germes de maladies : lavez-vous systématiquement les mains au savon.</li> <li>Lavez les fruits et légumes avant de les manger.</li> <li>Il peut être utile de vous faire vacciner contre la grippe. Mais demandez d'abord l'avis de votre oncologue, ne vous faites pas vacciner de votre propre chef.</li> <li>Il est préférable de prévoir les soins d'hygiène dentaire avant le traitement.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Température/fièvre jusqu'à 38 °C</li> <li>Saignements de nez et des gencives</li> <li>Points rouges sous la peau</li> <li>Vous vous sentez fatigué-e, sans énergie</li> </ul>	<p>Si votre traitement fait baisser fortement le nombre de globules blancs, voici quelques recommandations uniquement pour cette période :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>évitez les foules et le contact avec les personnes atteintes d'une maladie contagieuse,</li> <li>évitez de manger de la viande crue, des oeufs crus, du poisson cru et des fruits de mer.</li> </ul> <p>En cas de baisse du nombre de plaquettes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>En cas de traitement dentaire, informez votre dentiste.</li> <li>Évitez les travaux et les sports qui entraînent des blessures fréquentes.</li> <li>Prévenez les saignements de nez à l'aide d'une pommade de soin pour les muqueuses nasales.</li> <li>N'utilisez pas de fil dentaire s'il a tendance à vous blesser et à vous faire saigner les gencives. Utilisez une brosse à dents à poils souples.</li> <li>En cas d'hémorroïdes, veillez à des selles molles.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Frissons et fièvre à partir de 38 °C</li> <li>Vous vous sentez subitement très malade</li> <li>Douleurs à la miction ou traces de sang dans l'urine</li> <li>Forte toux et forts maux de gorge</li> <li>Hémorragies récurrentes ou impossibles à stopper</li> <li>Fatigue persistante et vertiges</li> <li>Les points rouges sous la peau se multiplient</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contactez immédiatement l'équipe soignante, ne perdez pas de temps. Ne prenez pas de votre propre chef des mesures pour faire baisser la fièvre.</li> </ul>