

## RECOMMANDATIONS GENERALES

-  Buvez beaucoup d'eau (au moins 1,5 l par jour).
-  Lors de ces traitements, il est déconseillé des'exposer au soleil.
-  Ce traitement peut entraîner des troubles sexuels (en parler avec votre médecin).
-  La consommation d'alcool et/ou de tabac est fortement déconseillée.
-  Il est conseillé de faire de l'activité physique.
-  En cas de consultation médicale, dentaire, et/ou hospitalisation, pensez à préciser que vous êtes sous chimiothérapie.
-  Lavez-vous régulièrement les mains pour limiter le risque d'infections.
-  Les vaccinations peuvent être possibles, parlez-en avec votre médecin.
-  Ce traitement peut interagir avec d'autres médicaments, plantes ou autres thérapeutiques. Évitez l'automédication.
-  Conservez vos activités courantes tout en vous ménageant (pauses, siestes...).

**Contactez immédiatement  
un médecin en cas de signe  
infectieux ou température >  
38 °C**

Cette fiche conseil a été établie par les pharmaciens responsables de la plateforme Pharma Ville Hop.

Contactez les via l'adresse mail [pharmavillehop@chu-bordeaux.fr](mailto:pharmavillehop@chu-bordeaux.fr)



Retrouvez ou partagez  
cette fiche sur la  
plateforme Pharma Ville  
Hop

CHU  
BDX

CENTRE  
HOSPITALIER  
UNIVERSITAIRE  
BORDEAUX

PÔLE PRODUITS DE SANTÉ  
PHARMACIE

## FICHE SOIN DE SUPPORT TROUBLES DIGESTIFS

Informations à l'attention des patients

CHU  
BDX

PHARMA VILLE HOP



# PRINCIPAUX TROUBLES DIGESTIFS POSSIBLES

Les troubles digestifs (nausées, vomissements, diarrhées et constipation) sont des effets indésirables fréquents lors de la prise d'anticancéreux. Cette fiche permet de trouver des conseils pour les minimiser au mieux.

Si les signes digestifs persistent malgré l'application de ces règles hygiéno-diététiques, contactez votre oncologue ou votre médecin traitant qui évaluera la nécessité de mise sous traitement.

## DE QUELS SYMPTOMES DOIS-JE ME MEFIER ? COMMENT LES PREVENIR ?

Cette liste n'est pas exhaustive. Les effets indésirables ne sont pas systématiques et peuvent varier dans leur intensité.  
Les conseils apportés ici peuvent vous aider à prévenir ou limiter l'apparition de ces effets.

### Nausées et vomissements

- Buvez entre les repas
- Fractionnez votre alimentation, mangez lentement et en petite quantité
- En cas de vomissement, se rincer la bouche à l'eau froide et attendre 1 à 2 heures avant de manger
- Un enrichissement de l'alimentation par des compléments alimentaires est possible, parlez-en à votre médecin.

### Diarrhées

- Privilégiez une alimentation pauvre en fibres : féculents, carotte, banane
- Une hydratation orale est importante pour compenser les pertes
- En cas de prise de SMECTA (diosmectine), espacer la prise des autres traitements d'au moins deux heures

### Constipation

- Privilégiez une alimentation riche en fruits et légumes : melon, kiwi, pruneaux ...
- Privilégiez les boissons riches en magnésium : Hépar (eau plate) ou Rosana (eau gazeuse)
- Pratiquez une activité physique régulière et adaptée à votre forme physique



### A EVITER :

- Les aliments frits, gras ou épicés
- Café, boissons glacées, laitage, fruits, légumes crus, céréales

En cas de diarrhées, évitez également :

- Les crudités, les aliments crus
- Les eaux à base de magnésium