

Neutropénie – Ce que vous devez savoir

Qu'est-ce que la neutropénie?

- Votre sang comporte trois principaux types de cellules : les globules blancs, les globules rouges et les plaquettes.
- Les neutrophiles sont des globules blancs qui aident l'organisme à combattre les infections.
- On parle de neutropénie lorsque le nombre de neutrophiles dans le sang est faible. Lorsque le nombre de neutrophiles est faible, votre organisme peut contracter des infections très facilement et vous pouvez devenir très malade. Votre organisme peut avoir plus de difficultés à combattre les infections et il pourrait vous falloir plus de temps pour récupérer.

Quelles sont les causes de la neutropénie?

- Le cancer et le traitement contre le cancer comme la chimiothérapie peuvent causer la neutropénie.
- Votre équipe de soins de santé vous dira si vous êtes exposé à la neutropénie.

Comment savoir si je suis atteint de neutropénie?

- Un test sanguin appelé formule sanguine complète (FSC) affiche le nombre de neutrophiles dans votre sang.
- Si le nombre de neutrophiles dans votre sang est trop faible, vous êtes atteint de neutropénie.
- Vous subirez de nombreux tests sanguins au cours de votre traitement contre le cancer si vous êtes exposé à la neutropénie.
- Votre équipe de soins de santé vous préviendra si votre test sanguin montre que vous êtes atteint de neutropénie.

Si vous êtes atteint de neutropénie, vous devez surveiller les signes d'infection.

Pour une personne atteinte de neutropénie, une infection est une urgence médicale. Même si vous ne vous sentez pas malade, vous devez obtenir de l'aide immédiatement.

Voici les signes d'infection à surveiller. Prenez votre température pour savoir si vous avez de la fièvre et parlez à votre équipe de soins de santé ou rendez-vous immédiatement au service d'urgence si vous constatez l'un des signes suivants :

- Sensation de malaise
- Sensation de chaleur (comme lorsque vous avez de la fièvre)
- Frissons ou tremblements
- Transpiration anormale
- Sensation de brûlure lorsque vous urinez, ou besoin d'uriner fréquent
- Rougeur, chaleur, enflure et écoulement de fluide d'une plaie ou sur votre peau
- Nouvelle toux
- Toux accompagnée de fluide jaune ou vert épais et collant
- Maux de gorge ou plaies buccales accompagnés de fièvre
- Diarrhée (selles liquides) accompagnée de fièvre
- Écoulement de fluide ou démangeaisons vaginaux inhabituels



Si vous vous sentez mal, prenez toujours votre température. Ce qu'il faut savoir à propos de la fièvre :

- **Prenez toujours** votre température pour savoir si vous avez de la fièvre avant de prendre des médicaments pour la fièvre ou la douleur (comme l'acétaminophène (Tylenol) ou l'ibuprofène (Advil)).
- La fièvre peut être un signe d'infection pouvant nécessiter un traitement immédiat. Si vous prenez ces médicaments avant de vérifier si vous avez de la fièvre, ils pourraient faire baisser votre température et vous pourriez ne pas savoir si vous avez une infection.

Comment vérifier si vous avez de la fièvre

- Gardez un thermomètre numérique (électronique) chez vous et prenez votre température si vous vous sentez chaud ou mal (p. ex., frissons, maux de tête, douleur légère). Il est préférable de prendre votre température par la bouche à l'aide d'un thermomètre plutôt que sur le front ou dans l'oreille.
- Ne mangez et ne buvez rien de chaud ou froid juste avant de prendre votre température.
- Vous avez de la fièvre si votre température prise dans la bouche est de :
38,3 °C (100,9 °F) ou supérieure à tout moment
OU
de 38 °C (100,4 °F) ou supérieure pendant au moins une heure
- Prenez votre température chaque jour lorsque vous êtes atteint de neutropénie ou dès que vous vous sentez mal.

Si vous avez de la fièvre : Essayez de communiquer avec votre équipe de soins de santé. Si vous n'êtes pas en mesure de joindre l'équipe pour obtenir des conseils, vous DEVEZ immédiatement obtenir une aide médicale d'urgence.

Qu'est-ce que la fièvre neutropénique?

- Si vous êtes atteint de neutropénie et avez de la fièvre, il s'agit d'une fièvre neutropénique. C'est un signe d'infection. Cela est très grave et doit être traité avec des antibiotiques (médicaments pour une infection) immédiatement.

Quels sont les traitements contre la fièvre neutropénique?

- Si vous avez une fièvre neutropénique, votre équipe de soins de santé vous donnera une dose d'antibiotiques immédiatement dans une salle d'urgence ou une clinique de soins d'urgence.
- Votre équipe de soins de santé effectuera également des tests pour essayer de trouver de quel type d'infection vous souffrez. Elle pourra effectuer :
 - des analyses urinaires
 - des analyses sanguines
 - un examen aux rayons X de la poitrine
 - un examen physique (de l'organisme)

Ces examens aideront l'équipe de soins de santé à vous donner les antibiotiques qui permettront de traiter au mieux l'infection.

- Votre équipe de soins de santé décidera de la façon la plus sûre de suivre votre traitement aux antibiotiques.
 - Vous pourriez devoir rester à l'hôpital pour suivre votre traitement aux antibiotiques.
 - Votre séjour à l'hôpital pourrait être de courte durée (de quelques heures à quelques jours) pour s'assurer que vous commencez à récupérer.
 - On pourrait vous autoriser à retourner chez vous après la première dose d'antibiotiques et si au moins quatre heures se sont écoulées.
- Si l'on vous dit que vous pouvez retourner chez vous en toute sécurité, on vous donnera une ordonnance vous indiquant les antibiotiques à prendre. Vous devrez aller chercher vos antibiotiques dans une pharmacie avant de rentrer chez vous.

Comment traiter une fièvre neutropénique une fois à domicile?

Votre équipe de soins de santé vous expliquera comment et quand prendre vos antibiotiques. Il est très important que vous suiviez ces instructions.

Si vous suivez un traitement contre la fièvre neutropénique à domicile, vous devez :

- Prendre votre température à l'aide d'un thermomètre numérique. Utiliser un thermomètre oral (prendre la température par la bouche) plutôt qu'un thermomètre frontal ou auriculaire.
- Pouvoir compter sur un membre de la famille ou un soignant pour vous aider à tout moment.
- Avoir accès à un téléphone et à des moyens de transport à tout moment.
- Être en mesure de prendre vos antibiotiques selon les consignes de votre équipe de soins de santé.
- Être capable de vous rendre à l'hôpital pour des examens réguliers.
- Aller à l'hôpital si vous commencez à vous sentir mal, si votre fièvre s'aggrave ou si vous présentez des signes d'infection.

Votre équipe de soins de santé vous dira quand arrêter de prendre vos antibiotiques. N'arrêtez pas de prendre vos antibiotiques tant que votre équipe de soins ne vous l'a pas dit.

Afin de vous éviter d'avoir à nouveau une fièvre neutropénique, votre traitement contre le cancer pourrait être modifié ou repoussé de quelques jours (en général une semaine). Vous pouvez suivre le même traitement à plus faible dose ou devoir en suivre un autre. Vous pouvez prendre des médicaments pour vous aider à conserver des niveaux élevés de neutrophiles et diminuer les risques de contracter une autre infection.

Si je présente un risque d'être atteint de neutropénie, que puis-je faire pour éviter les infections?

Si vous devez prendre des médicaments (comme des antibiotiques) avant de suivre votre traitement contre le cancer, prenez-les selon les consignes de votre équipe de soins de santé.

Vous pourriez avoir à prendre des médicaments après chaque séance de traitement contre le cancer pour augmenter le nombre de neutrophiles. Votre équipe de soins de santé vous dira quel type de médicament prendre.

Vous pouvez prendre de nombreuses autres mesures pour éviter de contracter des infections :

Lavez-vous les mains et le corps, et éloignez-vous des germes :

- Lavez-vous les mains souvent à l'eau et au savon, avant de manger et après être allé aux toilettes. Ne portez pas les mains à la bouche.
- Nettoyez rapidement les égratignures ou coupures sur votre peau à l'eau et au savon ou avec une solution saline.
- Évitez les lieux tels que les centres commerciaux très fréquentés ou les cinémas lorsque votre taux de neutrophiles est faible.
- Ne touchez pas d'excréments d'animaux, de litières de chats, d'aquariums ni de cages d'oiseaux. (Si vous devez ramasser derrière un animal, portez des gants).
- Ne travaillez pas dans le jardin et ne touchez pas la terre sans gants.

Soins buccaux :

- Votre bouche doit rester propre et hydratée. Demandez à votre équipe de soins de santé des renseignements sur les bonnes habitudes d'hygiène buccale.
- Consulter votre équipe de soins de santé avant d'aller chez le dentiste ou d'avoir d'autres soins pour la bouche.

Manger et boire :

- Mangez sain. Lavez tous les fruits et légumes. Évitez la viande crue, le poisson cru et les fromages à pâte molle. Cuisez votre nourriture à une température sécuritaire. Suivez les règles générales en matière de salubrité alimentaire.
- Buvez 6 à 8 tasses de liquides (jus ou eau) par jour, sauf si votre équipe de soins de santé vous a donné d'autres instructions.
- Ne partagez pas vos verres ni vos couverts.

Vaccins :

- Communiquez avec votre équipe de soins de santé avant de vous faire vacciner.
- Les vaccins inactivés (comme le vaccin contre la grippe) sont sécuritaires et peuvent vous permettre de rester en santé. Communiquez avec votre équipe de soins de santé pour connaître le meilleur moment pour recevoir des vaccins inactivés.
- Vous ne devez pas recevoir de vaccins vivants (comme les vaccins contre la varicelle, antipoliomyélitique ou contre la rougeole). Évitez les personnes qui ont reçu un vaccin vivant récemment.

Éviter les coupures ou déchirures dans la zone anale (postérieur) :

- Ne forcez pas quand vous allez aux toilettes. Vous pouvez demander à votre équipe de soins de santé de vous donner des médicaments pour vous aider à aller à la selle.
- N'utilisez pas les suppositoires ni les lavements (médicament administré par voie rectale pour vous aider à aller à la selle) lorsque votre taux de neutrophiles est faible.

Vous voulez obtenir ces renseignements dans un format accessible?

1-877-280-8538, ATS 1-800-855-0511, info@ontariohealth.ca

CQ-CCO5019