

# Comment traiter la diarrhée chez les personnes atteintes de cancer

Les recommandations de ce guide s'adressent aux personnes atteintes de cancer avant, pendant et après leur traitement.

**La diarrhée peut être le signe d'un problème grave lorsque vous êtes sous immunothérapie.**

Communiquez immédiatement avec votre équipe de soins de santé si vous souffrez de diarrhée parallèlement à votre traitement par immunothérapie.

## Qu'est-ce que la diarrhée?

La diarrhée se caractérise par des selles (excréments) molles, liquides ou non formées, qui peuvent ressembler à de nombreux petits flocons ou morceaux.

La diarrhée peut également :

- survenir plus de trois ou quatre fois par jour;
- déclencher un besoin urgent d'aller aux toilettes;
- commencer pendant ou après votre traitement contre le cancer;
- durer quelques heures seulement, ou beaucoup plus longtemps;
- apparaître et disparaître au cours de votre traitement;
- se traduire par une alternance entre la constipation et la diarrhée, en particulier si vous suivez une chimiothérapie.

Lorsque vous souffrez de diarrhée, vous pouvez également ressentir :

- des ballonnements et des crampes d'estomac (douleur au niveau du ventre);
- une agitation (incapacité à rester calme ou tranquille).



**Santé Ontario**  
Action Cancer Ontario

## Quelles sont les causes de la diarrhée liée au cancer?

Les médicaments et les traitements sont les causes les plus fréquentes de la diarrhée chez les personnes atteintes de cancer.

Voici quelques exemples de médicaments et traitements susceptibles d'entraîner une diarrhée :

- les médicaments chimiothérapeutiques (comme l'irinotécan ou le 5-fluorouracile);
- la chirurgie contre le cancer;
- la radiothérapie du bassin (zone située entre les os de la hanche);
- certains médicaments (comme les laxatifs, les antibiotiques, le métoclopramide, la dompéridone, les antiacides associés au magnésium);
- l'immunothérapie (comme l'ipilimumab ou le nivolumab).

Les plantes médicinales et les produits de santé naturels peuvent déclencher ou aggraver la diarrhée. Il convient d'éviter de prendre certains d'entre eux pendant un traitement contre le cancer. Consultez votre équipe de soins de santé avant de prendre des plantes médicinales et des produits de santé naturels, en particulier le sérénoa rampant, le gingembre, le chardon-Marie, la graine de plantago, le senné et le cascara.

## Dans quels cas dois-je consulter mon équipe de soins de santé?

**Communiquez avec votre équipe de soins de santé** si vous présentez l'un de ces symptômes :

- Vous avez la diarrhée :
  - plus de sept fois par jour en l'espace d'une journée (24 heures);
  - pendant plus de 24 heures après avoir pris des médicaments pour y mettre fin.
- Vous avez du sang dans les selles.
- Vous ressentez une douleur à l'abdomen (ventre) qui n'est pas une crampe imputable à la diarrhée.
- Vous n'arrivez pas à manger ou avez peur de le faire.
- Vous présentez des signes de déshydratation (pouvant être causés par la diarrhée ou des vomissements) :
  - - une soif plus intense que d'habitude;
  - - une bouche et une langue sèches;
  - - une urine jaune foncé ou peu abondante;
  - - un épuisement (sensation de grande fatigue) ou des vertiges;
  - - des vomissements;
  - - un rythme cardiaque rapide.

## Rendez-vous aux services des urgences les plus proches si :

- vous présentez les symptômes énumérés ci-dessus et ne parvenez pas à joindre votre équipe de soins de santé;
- vous êtes pris de fièvre pendant que vous recevez votre traitement contre le cancer.
- La fièvre est une température prise dans la bouche de :

38,3 °C (100,9 °F) ou plus à tout moment;

**ou**

38 °C (100,4 °F) ou plus pendant au moins une heure.

## Que puis-je faire pour traiter la diarrhée?

### Prenez des médicaments pour arrêter ou ralentir la diarrhée

Votre équipe de soins de santé peut vous recommander de prendre un médicament appelé « lopéramide » (Imodium) pour contrôler votre diarrhée. **Pour des raisons de sécurité, consultez toujours votre équipe de soins de santé avant de prendre du lopéramide.**

**Suivez toujours les instructions de votre équipe de soins de santé concernant la prise de médicaments contre la diarrhée.** Il se peut que votre équipe de soins de santé vous donne des instructions différentes de celles indiquées sur la boîte de médicaments contre la diarrhée.

### Buvez une grande quantité de liquide pour éviter la déshydratation

Votre corps perd beaucoup de liquides et d'électrolytes lorsque vous souffrez de diarrhée. Les électrolytes sont les sels et les minéraux dont votre corps a besoin pour fonctionner correctement.

Pour éviter la déshydratation lorsque vous avez la diarrhée :

- **Buvez six à huit tasses de liquide par jour**, sauf si votre équipe de soins de santé vous a demandé d'en boire plus ou moins.
- Ajoutez une nouvelle tasse de liquide pour chaque selle liquide que vous avez.
- Buvez lentement de petites quantités de liquide entre les repas.
- Optez pour des boissons sans caféine et sans alcool.
- Privilégiez des liquides contenant des électrolytes (voir ci-dessous).

### Liquides contenant des électrolytes

Vous pouvez acheter des boissons électrolytiques dans le commerce ou les fabriquer vous-même. Gastrolyte et Pedialyte sont de bonnes boissons électrolytiques.

Les boissons énergétiques (comme Gatorade) contiennent des électrolytes, mais aussi beaucoup de sucre. Diluez-les dans de l'eau (une moitié avec l'eau, l'autre moitié avec le liquide).

**Pour fabriquer une boisson de remplacement des électrolytes « maison », mélangez :**

- six cuillères à café rases de sucre;
- une demi-cuillère à café de sel;
- un litre d'eau du robinet.

## **Changez votre alimentation**

En cas de diarrhée, les changements alimentaires suivants peuvent vous aider :

- Mangez plusieurs repas et collations légers au lieu de deux ou trois gros repas.
- Mangez lentement, prenez de petites bouchées et mâchez bien vos aliments.
- Retirez les peaux, les pelures, les membranes et les pépins des fruits et légumes.
- Limitez les aliments épicés, riches en matières grasses (comme les aliments frits) ou tout autre aliment susceptible de perturber votre estomac.
- Demandez à consulter un diététicien si votre diarrhée persiste malgré les recommandations ci-dessus.

Vous pouvez recommencer à manger normalement si :

- vous ne pensez pas que la nourriture aggrave votre diarrhée;
- vous n'avez pas eu de diarrhée depuis douze à vingt-quatre heures;
- vous n'avez pas besoin de prendre de médicaments pour arrêter la diarrhée.

## **Prenez soin de votre peau**

La peau des fesses peut être douloureuse en cas de diarrhée. Pour éviter les plaies ou les sensations d'inconfort, appliquez les conseils suivants afin de prendre soin de votre peau :

- Nettoyez vos fesses à l'eau tiède et séchez-les en tapotant après avoir uriné ou être allé à la selle.
- Les crèmes et les pommades à base d'oxyde de zinc en vente libre (comme la crème de change et la poudre de stomie) peuvent vous aider à protéger et à soigner votre peau.
- Si vous suivez une radiothérapie au niveau du bassin (la zone entre les os de la hanche) ou des fesses, l'utilisation de crèmes à base d'oxyde de zinc peut s'avérer dangereuse. Parlez-en à votre équipe de soins de santé.

## **Apaisez votre peau avec un bain de siège**

Un bain de siège consiste à tremper la zone périnéale (fesses) dans de l'eau tiède.

### **Comment faire un bain de siège?**

- Remplissez votre baignoire ou votre bain de siège en plastique avec de l'eau tiède (pas chaude).
- Versez dans l'eau une à deux cuillères à café de bicarbonate de soude ou de sel.
- N'ajoutez pas d'huile de bain ni quoi que ce soit d'autre à l'eau.
- Faites tremper vos fesses pendant environ dix à quinze minutes.
- Prenez autant de bains de siège que nécessaire pour rester à l'aise.

### **Principaux points à retenir**

- 1) En cas de diarrhée, cessez de prendre des laxatifs.
- 2) Prenez des médicaments contre la diarrhée conformément aux instructions de votre équipe de soins de santé.
- 3) Surveillez les signes de déshydratation comme la soif, la sécheresse de la bouche et de la langue et une urine jaune foncé.
- 4) En cas de diarrhée, buvez davantage de liquides et essayez les boissons de remplacement des électrolytes.
- 5) Sachez dans quels cas vous devez communiquer avec votre équipe de soins de santé.

## Où trouver plus d'information?

La Société canadienne du cancer est une source d'information fiable. Visitez leur site Web à l'adresse [cancer.ca](https://www.cancer.ca) ou appelez-les au 1 888-939-3333.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur ce symptôme, ou pour vous procurer des guides qui vous aideront à gérer d'autres symptômes, veuillez consulter la page <https://www.cancercareontario.ca/fr/symptom-management>.

Les recommandations contenues dans le présent guide sont fondées sur des données probantes publiées et un consensus d'experts.

Les renseignements contenus dans ce document sont donnés à titre informatif uniquement. Veuillez noter que ce guide ne permet pas de créer une relation entre un fournisseur de soins de santé et un patient, et qu'il ne saurait se substituer à l'avis, au diagnostic ou aux soins d'un professionnel de la santé. Pour toute question ou préoccupation particulière, veuillez consulter votre équipe de soins de santé. Santé Ontario se dégage expressément de toute responsabilité en cas de dommages, de pertes, de blessures ou de responsabilités consécutifs à l'utilisation que vous faites des renseignements contenus dans ce guide. Santé Ontario conserve tous les droits d'auteur, toutes les marques de commerce et tout autre droit lié au matériel contenu dans ce guide, notamment tout le texte et toutes les images. Aucune partie de cette ressource ne peut être utilisée ou reproduite à des fins autres que personnelles, ou distribuée, transmise ou « dédoublée » de quelque manière ou par quelque moyen que ce soit, sans l'autorisation écrite préalable de Santé Ontario.

Si vous avez besoin d'obtenir ces renseignements dans un format accessible, veuillez appeler le 1-877-280-8538 ou le 1-800-855-0511 (ATS), ou écrire à l'adresse [info@ontariohealth.ca](mailto:info@ontariohealth.ca).

Ce document est disponible en anglais en écrivant à [info@ontariohealth.ca](mailto:info@ontariohealth.ca).

*Ce guide a été mis à jour pour la dernière fois en mars 2024.*