

L'accompagnement nutritionnel d'un adulte présentant des nausées et des vomissements chimio-induits

Au-delà des solutions médicamenteuses antiémétiques, des conseils hygiéno-diététiques permettent de limiter les nausées et les vomissements chimio-induits ainsi que les déviances olfacto-gustatives. Malgré les difficultés alimentaires, il est important de conserver le plaisir de manger et de savoir choisir les aliments les mieux adaptés aux traitements tout en conservant un apport nutritionnel optimal.

© 2014 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés

Mots clés - cancer ; chimiothérapie ; nausée ; recommandation nutritionnelle ; vomissement

Les nausées et les vomissements chimio-induits (NVCI) sont fréquents et appréhendés par les patients. Ils tendent à les éloigner de l'espace et de l'acte culinaires, altèrent leur qualité de vie et rendent la pathologie d'autant plus flagrante.

Le constat

Dans une enquête portant sur 160 malades depuis 2010, il a été montré que 32 % des patients sous chimiothérapie redoutent le moment du repas, quand ils ne le trouvent pas insupportable (14 %) à cause des nausées et des vomissements [1].

Les enjeux

Le statut nutritionnel (indissociable d'une activité physique adaptée) a un impact à la fois sur la réussite de la prise en charge des patients et sur leur qualité de vie. Mieux comprendre les NVCI, bien s'alimenter durant un traitement contre le cancer, retrouver le plaisir de manger et de partager un repas facilite l'acceptation des effets secondaires de la maladie.

Mieux comprendre les NVCI

♦ **Au-delà de la maladie, les traitements constituent souvent un obstacle au fonctionnement normal du système digestif** [2] et présentent des effets indésirables, conséquence de leur mécanisme d'action [3].

♦ **Il existe différents types de NVCI** : les nausées et les vomissements aigus (dans les 24 premières heures suivant la chimiothérapie) ou retardés (plus de 24 heures après l'administration, typiquement entre le 2^e et le 5^e jour, voire au delà). Ils peuvent même survenir avant le traitement, à la faveur du stress et de l'appréhension. Leur intensité n'est pas liée à la gravité de la maladie.

♦ **Un traitement antiémétique approprié et optimal peut permettre de diminuer nettement l'incidence et la sévérité de ces symptômes** très invalidants, voire d'éviter de compromettre la poursuite du traitement

potentiellement curatif. Cependant, malgré la prise des médicaments antiémétiques (dont le plan de prise doit être scrupuleusement respecté), les nausées et les vomissements peuvent toucher les patients et perturber le comportement alimentaire.

♦ **En dehors du fait qu'ils fatiguent le patient, les NVCI sont également à l'origine d'une déshydratation**, d'un déséquilibre hydro-électrolytique et d'une anorexie [3]. Néanmoins, malgré le manque d'appétit, il est important de ne pas interrompre la prise alimentaire car plus un estomac est lesté, moins il rejette les aliments [2].

♦ **La survenue de nausées et de vomissements est variable** selon le patient (sensibilité accrue notamment chez les sujets jeunes, anxieux, de sexe féminin, aux antécédents de vomissements pendant la grossesse ou souffrant de mal des transports) et les molécules utilisées lors des chimiothérapies (doses, mode d'administration, associations...). Cisplatine, carmustine, cyclophosphamide, dacarbazine, lomustine sont parmi les cytotoxiques les plus émétisants [3].

♦ **Les réflexes nauséux peuvent également être induits** par la prise d'antalgiques, des troubles du goût, des troubles métaboliques ou une asialie. De plus, des aliments absorbés en grande quantité, riches en graisses ou en fibres, et insuffisamment mastiqués augmentent la stase et la fonction de brassage de l'estomac, le rendant plus vomitif. En revanche, plus le bol alimentaire est homogène, plus vite se réalisent la vidange gastrique et le passage dans les intestins. Les aliments lisses et épais doivent donc être préférés afin de lester l'estomac sans augmenter les fonctions de brassage et l'effet émétisant [2,4].

En pratique

« Les NVCI ne sont pas une fatalité. »

Les patients demandent parfois peu de renseignements à leur oncologue, ceci pour diverses raisons. La pharmacie constitue donc logiquement un lieu privilégié pour les

Caroline BATTU
Pharmacien

76 rue Victor-Gelu,
83000 Toulon, France

Adresse e-mail :
caroline.battu@orange.fr
(C. Battu).

Note

¹ Oncologik Nutrition est un référentiel, dont l'utilisation s'effectue sur le fondement des principes déontologiques d'exercice personnel de la médecine. Il a été élaboré par un groupe de travail pluridisciplinaire de professionnels du réseau ONCOLOR conformément aux données acquises de la science au 1^{er} juin 2007.

rassurer et les accompagner dans le cadre d'une prise en charge globale des soins du cancer.

Voici quelques défis à relever afin d'améliorer le quotidien souvent compliqué et douloureux des patients :

- expliquer ou réexpliquer l'éventuelle survenue des nausées et des vomissements, ainsi que les possibles modifications de l'appétit et de la perception olfactive-gustative des aliments ;
- optimiser l'observance du protocole antiémétique (respect de l'heure des prises) ;
- repérer les difficultés alimentaires, une perte de poids, voire une dénutrition ;
- proposer des réponses alimentaires adaptées aux effets secondaires décrits afin de mieux les gérer ;
- les aider à s'adapter concrètement dans leur cuisine, face à leur assiette et à la perception de leurs sens.

Il est aussi important d'être le relai de l'hôpital et de collaborer avec le médecin traitant sans hésiter à encourager les patients à se rapprocher des réseaux d'oncologie, des associations, des diététiciennes...

L'accompagnement nutritionnel

L'accompagnement nutritionnel fait partie intégrante de la prise en charge des patients atteints de cancer.

Recueillir des informations

« La simple vue d'un aliment me donne la nausée. »

Dialoguer avec les patients, les inciter à signaler tout effet secondaire et à noter dans un carnet tous les désagrèments rencontrés (afin de pouvoir en parler rapidement au médecin) constitue une première étape en vue d'atténuer ou de retarder les NVCI (encadré 1).

La démarche peut être suggérée lors de la délivrance d'une prescription médicale ou quand la question est abordée par le patient lui-même.

Encadré 1. Savoir repérer les principales difficultés alimentaires

◆ **Les nausées et les vomissements :** *Avez-vous eu des nausées ? Des vomissements ? À quelle fréquence ? Avec quelle intensité ?*

◆ **Les repas, les collations et l'environnement :** *Quel est votre ressenti par rapport à la nourriture ? Aux odeurs ? Des aliments vous dégoûtent-ils ? Si oui, lesquels ? Les odeurs vous écœurent-elles ? Si oui, lesquelles ? Combien de repas prenez-vous par jour ? De collations ? Préparez-vous vos repas vous-même ? Vous mettez-vous à table ? En famille ?*

◆ **Les répercussions sur les activités quotidiennes :** *Comment les nausées et les vomissements se répercutent-ils au quotidien ? Vous empêchent-ils de concocter des repas ? De les partager en famille ? Avec vos amis ? De pratiquer un loisir habituel ?*

Expliquer l'altération du goût et de l'odorat

« Les odeurs sont difficiles à supporter et m'écœurent. »

◆ **Suite à une chimiothérapie, une modification du goût des aliments** peut être ressentie par les patients [1]. Les saveurs salées et sucrées peuvent être perçues, temporairement, de manière différente et favoriser l'apparition des nausées.

◆ **La sensibilité de l'odorat** peut également être affectée par les traitements [3]. Certaines odeurs deviennent désagréables, accentuent les nausées et les vomissements, et font redouter les repas [1].

Réapprendre à s'alimenter

« Les aliments que j'aimais auparavant me dégoûtent. »

◆ **Une écoute attentive et empathique des patients** renforce la relation de confiance. Il ne faut pas se contenter de distribuer une documentation sans fournir des explications. Il est important de clarifier et de résumer certains conseils, de s'assurer qu'ils ont bien été compris, d'encourager verbalement et de persuader les patients des bénéfices nutritionnels à attendre d'une alimentation variée, équilibrée et spécifiquement adaptée aux troubles ressentis.

◆ **L'alimentation doit inclure des aliments aisément accessibles et adaptés aux envies**, des plats faciles à préparer grâce à des modes de cuissons et des astuces culinaires, le tout en apportant une teneur optimale en nutriments. Il est important de donner envie aux patients de retourner dans leur cuisine, de cuisiner sans odeur et rapidement de petites quantités, d'utiliser des herbes aromatiques qui éveilleront la curiosité et l'appétit.

Une alimentation variée et équilibrée

Des conseils réalistes et réalisables doivent être facilement intégrables au quotidien pour augmenter les chances de mise en pratique et de réappropriation des gestes culinaires. Il est aussi possible de déléguer la préparation des repas à une personne de l'entourage ou à une auxiliaire de vie.

Des conseils préventifs

Lors d'un traitement médical contre le cancer, il est essentiel de bien s'alimenter pour récupérer. Les repas doivent être éloignés des séances de traitement. Enfin, une alimentation nocturne est parfois mieux tolérée, d'où l'intérêt de conserver des biscuits à proximité du lit¹ [1,2,4].

◆ **Une journée avant une cure de chimiothérapie [3] :**

- fractionner les prises alimentaires (repas légers sans aliments frits, gras ou épicés, difficiles à digérer, et boissons ingérées fréquemment en petites quantités) ;
- éviter la consommation d'aliments nouveaux, habituellement appréciés ou trop diversifiés afin de limiter le risque d'aversion ultérieure.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/2475517>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/2475517>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)