

# Les diarrhées liées aux chimiothérapies et immunothérapies

## Définitions et explications

Les diarrhées peuvent être un effet secondaire des traitements par chimiothérapie ou immunothérapie, à fortiori lorsque ces deux traitements sont associés. Elles sont liées à une altération de la muqueuse digestive due à ces traitements, surtout au niveau de l'intestin grêle. Les diarrhées peuvent être un effet indésirable grave lorsqu'elles entraînent une déshydratation importante. Lors des traitements par chimiothérapie, les diarrhées apparaissent volontiers quelques jours après la perfusion, alors qu'elles surviennent plus tardivement lors des traitements par immunothérapie, le plus souvent plusieurs semaines après le début des traitements.

## Conseils thérapeutiques

Pour améliorer les diarrhées, nous vous proposons deux grands types de mesures :

1. Les médicaments anti-diarrhéiques : nous disposons de plusieurs familles de médicaments, que nous pouvons associer pour plus d'efficacité. Respectez bien votre prescription médicale et les horaires de prise.

Il n'y a pas de traitement préventif car les médicaments anti-diarrhéiques pourraient entraîner une constipation s'ils sont administrés en l'absence de diarrhée.

2. L'adaptation de votre alimentation : comment s'alimenter en cas de diarrhée ?

Le mieux est de fractionner les prises alimentaires en allégeant les repas et en ajoutant deux à trois collations par jour, pour manger moins mais plus souvent .

Le régime anti diarrhéique privilégie des aliments pauvres en fibres et bien absorbés par le tube digestif tels que le riz, les pâtes, le pain blanc et les pommes de terre.

# Les diarrhées liées aux chimiothérapies et immunothérapies(2)

## Conseils thérapeutiques (suite)

Les aliments riches en fibres notamment les fruits et légumes crus sont à éviter, sauf les bananes qui sont à privilégier. Les légumes et les fruits bien cuits, notamment les carottes peuvent être consommés.

On conseille également d'éviter le pain complet, les légumineuses, les choux, et les aliments épicés.

Une hydratation suffisante est primordiale à raison d'au moins 1,5 à 2 litres par jour, voire plus en fonction de l'importance des diarrhées. Les boissons conseillées sont de l'eau plate associée à des boissons salées et sucrées comme les colas (dégazéifiés et consommés à température ambiante) ou les bouillons de légumes. Le café, les boissons alcoolisées et gazeuses sont à éviter.

## Quand nous contacter?

N'hésitez pas à nous appeler en cas d'apparition de diarrhées, si ces mesures sont insuffisantes, surtout si vous ne parvenez plus à boire suffisamment ou à vous alimenter.

pour contacter le service, composez le 04 78 86 44 01.

### Références :

1. Etienne-Mastroianni B, Fontaine-Delaruelle C, Gijaj Levra M, Couraud S, et le comité de rédaction des référentiels Auvergne RhôneAlpes en oncologie thoracique. Référentiel sur les Soins de Support et Nutrition : actualisation 2021. ARISTOT ; 2021. Accessible sur <http://referentiels-aristot.com/>
2. © Les traitements des cancers du poumon, collection Guides patients Cancer info, INCa, novembre 2017. E-cancer.fr
3. <https://www.rocne.fr/fr/patients/info-patients-cancer/effets-secondaires-traitement-cancer/diarrhee-cancer.html>