



La diarrhée est un effet indésirable fréquent chez les patients traités pour le cancer. Ce symptôme qui traduit une toxicité digestive se définit par une exonération abondante des selles. Parmi les facteurs responsables de ce trouble intestinal figurent le cancer lui-même et l'action de certains traitements (chimiothérapies, thérapies ciblées).

La diarrhée peut survenir n'importe quand pendant votre traitement. Qu'elle soit provoquée par la maladie ou par le traitement, la diarrhée doit être prise en charge. Elle s'estompe généralement après la prise de traitements antidiarrhéiques classiques.

CONSEILS HYGIÉNO-DIÉTÉTIQUES :

Lorsque l'on est sujet à des épisodes de diarrhée, il est important de boire régulièrement (2 litres par jour minimum) afin d'éviter une déshydratation :

- Eau de riz + citron ou vanille,
- Bouillon de légumes ou de fruits (produit du filtrage d'une préparation cuite dans l'eau pendant au moins 1 heure),
- Tisanes, infusions, décoctions.

Privilégier les aliments pauvres en fibres :

- Riz blanc, tapioca, semoule, vermicelle,
- Légumes et fruits riches en pectines : pommes cuites ou râpées, carottes cuites, bananes mûres,
- Viandes et poissons cuits sans matière grasse,
- Gelée de pommes ou de coings,
- Beurre cru, fromages à pâtes dures (emmental, gruyère, gouda...).

EXEMPLE DE MENU :

Petit déjeuner	Déjeuner	Goûter	Dîner
Thé léger Biscottes normales Gelée de coing	Poisson court-bouillon Riz + beurre + gruyère Flan au lait délactosé Banane bien mûre Biscottes	Tapiocaline au bouillon de fruits ou entremet délactosé	Jambon dégraissé Coquillettes + beurre/gruyère Compote pommes/coings

ALIMENTS À ÉVITER OU À SUPPRIMER :

- Son, céréales complètes, pruneaux, légumes secs, lait et produits laitiers (yaourt, fromage, crème...), boissons gazeuses, jus d'orange, café, fritures, graisses cuites,
- Aliments riches en sel ou en sucre,
- Boissons trop froides,
- Eviter les gros repas, faire plusieurs petits repas pendant la journée.

EN PRATIQUE :

- Il est préconisé de ne pas renoncer à réaliser les activités quotidiennes à cause de la diarrhée et de savoir à l'avance où se situent les toilettes les plus proches de l'endroit où vous vous trouvez, notamment lors des longs trajets.

TRAITEMENT MÉDICAMENTEUX :

- Un traitement antidiarrhéique peut être instauré pour traiter votre diarrhée.

Précisez à votre médecin vos autres traitements en cours afin d'éviter les interactions médicamenteuses.



Bayer HealthCare

Bayer Healthcare SAS
220 avenue de la Recherche
59120 Loos
www.bayerhealthcare.fr

