

Limiter les nausées et les vomissements des chimiothérapies anticancéreuses



Pour limiter les nausées et les vomissements causés par les chimiothérapies anticancéreuses, des mesures simples rendent parfois service. Des traitements préventifs sont souvent efficaces.

Des vomissements variables selon les chimiothérapies anticancéreuses

● De nombreux médicaments utilisés dans les chimiothérapies anticancéreuses exposent à des nausées et à des vomissements qui sont plus ou moins fréquents et marqués selon la substance et la dose. Selon les médicaments, les nausées commencent plus ou moins rapidement, jusqu'à quelques jours après la chimiothérapie.

● Lors de chimiothérapies anticancéreuses, l'odorat devient souvent plus sensible. Des odeurs deviennent désagréables et donnent aussi parfois envie de vomir.

● Il arrive que les nausées et vomissements s'ajoutent à d'autres troubles gênant l'alimentation, tels que des mucites (lésions de la muqueuse de la bouche et de l'œsophage) provoquées par un traitement anticancéreux (a).

Goûts et odeurs désagréables

● Pour limiter les nausées et les vomissements, modifier le rythme des prises alimentaires peut rendre service : par exemple, en prenant des repas plus légers mais plus fréquents.

● Les chimiothérapies anticancéreuses donnent parfois un goût et une odeur désagréables aux aliments et provoquent souvent une perte de l'appétit. Certaines personnes préfèrent écarter certains types d'aliments. À chacun de choisir selon son ressenti et de privilégier les aliments estimés neutres voire agréables.

● Des odeurs de parfums, de tabac, de cuisine ou des lieux de soins peuvent être perçues comme désagréables et à l'origine de nausées : ne pas hésiter à en parler à l'entourage et aux soignants. Éviter les parfums et aérer les pièces est parfois utile.

Des traitements préventifs efficaces

● Le traitement préventif de premier choix contre les vomissements causés par des chimiothérapies anticancéreuses associe 2 médicaments : un corticoïde (la *dexaméthasone*, par exemple) et un "sétron" (l'*ondansétron* est le mieux connu). Ce traitement permet d'éviter les vomissements chez 6 à 9 personnes

sur 10. Il est, en général, débuté une demi-heure environ avant le traitement anticancéreux et parfois poursuivi quelques jours après. Il est un peu moins efficace quand les vomissements sont tardifs.

● Selon le délai d'apparition des vomissements et selon la chimiothérapie anticancéreuse, d'autres traitements médicamenteux préventifs sont parfois à envisager.

©Prescrire - décembre 2014

a- Voir la fiche Infos-Patients Prescrire "Éviter une mucite de la bouche lors d'un traitement anticancéreux".

Sources :

- "Nausées et vomissements liés aux anticancéreux cytotoxiques, en bref" Idées-Forces Prescrire mises à jour décembre 2014.
- "Nausées et vomissements aigus et retardés liés aux anticancéreux cytotoxiques : prévention" Idées-Forces Prescrire mises à jour décembre 2014.
- "Chimiothérapie anticancéreuse : perte du plaisir de manger" *Rev Prescrire* 2008 ; **28** (292) : 108-109.