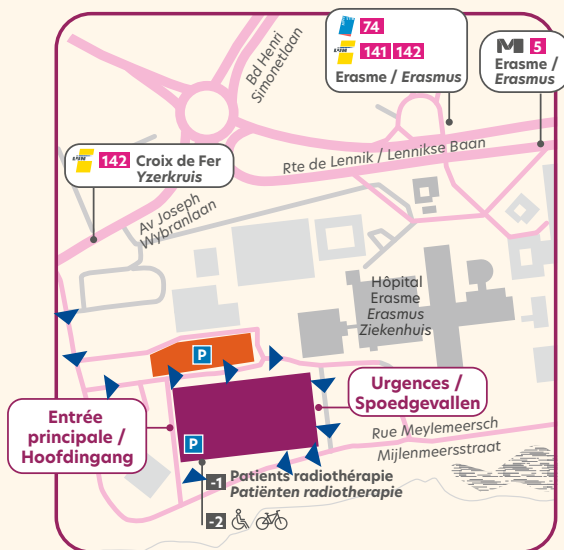


À l'entrée principale de l'hôpital,
suivez la **Route 1800, étage -1.**

Lorsque vous sortez de l'ascenseur, l'entrée se trouve immédiatement sur votre droite.

- Ce parking **gratuit** est accessible au -1, **uniquement durant vos séances de radiothérapie.**
- Pour y accéder, après avoir passé les 2 barrières des urgences, empruntez la rampe descendante qui vous permettra de contourner le bâtiment jusqu'à trouver l'entrée du parking.
- Sonnez en précisant que vous venez pour la radiothérapie.
- Demandez votre **badge d'accès** à l'accueil de la radiothérapie.



This image shows a full page of primary-ruled notebook paper. It features multiple sets of horizontal blue lines. Each set consists of a solid top line, a dashed midline, and a solid bottom line, providing a guide for letter height and placement. The paper is otherwise blank, with no text or markings.

+32 (0)2 541 38 00
accueil.cons.radiotherapie@hubruxelles.be
Du lundi au vendredi : 8h - 17h



HÔPITAL UNIVERSITAIRE
DE BRUXELLES
ACADEMISCH ZIEKENHUIS
BRUSSEL



Institut Jules Bordet
Rue Meylemeersch 90 - 1070 Bruxelles
T +32 (0)2 541 31 11
M communication@hubbruxelles.be
www.bordet.be

Editeur responsable : Service de communication H.U.B
Institut Jules Bordet
Rue Meylemeersch 90 – 1070 Bruxelles
05/2025 - NB-PTS-0585



HÔPITAL UNIVERSITAIRE
DE BRUXELLES
ACADEMISCH ZIEKENHUIS
BRUSSEL



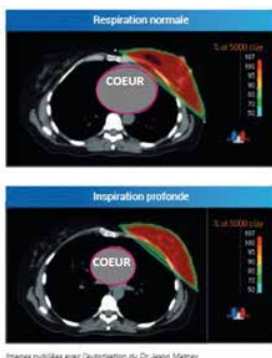
Technique de l'inspiration bloquée

Radiothérapie



Qu'est-ce que la radiothérapie avec l'inspiration bloquée?

- La radiothérapie utilise des rayons ciblés pour détruire les cellules cancéreuses et bloquer leur capacité à se multiplier.
- Le sein gauche et certaines chaînes ganglionnaires (à gauche et à droite) sont très proches du cœur. Afin de les protéger pendant le traitement, nous utilisons la **technique de l'inspiration bloquée**.
- Cette technique consiste à administrer le **traitement pendant** qu'une **apnée respiratoire** est réalisée.
- En effet, **l'inspiration profonde suivie de l'apnée respiratoire** permet d'**éloigner le cœur** de la zone à traiter **afin de réduire l'exposition du cœur et des poumons pour les protéger de la radiation lors du traitement**.



L'inspiration bloquée

- **L'inspiration profonde doit être confortable** pour vous **et reproductible (la même amplitude respiratoire à chaque fois)**.
- Lorsque vous inspirez par le thorax, il est important de **ne pas cambrer le dos, le soulever ou contracter les épaules**.
- Pour le traitement, vous devez être **capable de rester en apnée au moins 20 à 30 secondes**. Pour être d'accord avec la vidéo.
- Il est donc **conseillé de s'entraîner à la maison** avant le jour du **scanner** afin que la **respiration soit optimale pour le traitement**.

Le jour du scanner de simulation

- Un **1^{er} scanner** sera réalisé en **respiration libre**, essayez de garder une **respiration naturelle et détendue**, sans trop d'inspirations profondes.
- Après **l'équipe soignante vous guidera** dans l'exercice de respiration.
 - ... Ils vous demanderont d'inspirer profondément et de **maintenir l'apnée respiratoire au moins 25 secondes**.
 - ... L'exercice sera répété plusieurs fois.
- Un **2^{ème} scanner** sera ensuite **réalisé en inspiration bloquée**, essayez de reproduire la respiration telle qu'elle était pratiquée.
 - ... Pendant l'acquisition des images, un capteur sera placé sur votre poitrine pour contrôler votre respiration.

Le traitement de radiothérapie

- Pour les **informations globales du traitement**, consultez la brochure : «**Traitement quotidien - sein**».
- Une **technologie de pointe** utilisant des caméras infrarouges est **utilisée pour surveiller la surface de votre corps**. Cela permettra :
 - ... **Vérifier votre positionnement** avec une précision infra-millimétrique.
 - ... **Contrôler votre respiration** pendant l'irradiation.
- Après vous avoir positionné et avant de quitter la pièce, **les soignants vous demanderont d'inspirer et de bloquer la respiration**.
- **Pendant le traitement, les soignants vous diront à plusieurs reprises quand inspirer profondément et bloquer votre respiration et quand vous pouvez respirer de nouveau**.

- Si, au cours d'une apnée respiratoire, **vous ne pouvez plus retenir votre respiration bloquée**, les soignants arrêteront immédiatement l'irradiation.
 - ... Ils vous laisseront respirer et recommenceront quand vous serez prête.

Pour s'entraîner à la maison

- Dans l'attente du scanner de simulation et du traitement, il est important de vous entraîner à domicile :
 - ... **Allongez vous sur le dos**, sur le sol ou autre surface dure.
 - ... Si nécessaire, mettez un coussin sous votre tête.
 - ... Placez **les bras au dessus de la tête**.
 - ... **Respirez lentement par le nez, pour bien remplir les poumons**, pendant quelques instants.
 - ... En maintenant votre position, prenez une **inspiration profonde et bloquez** durant **minimum 25 secondes**.
 - ... Reprenez une respiration normale et recommencez.
 - ... **Pratiquez ceci plusieurs fois par jour**.



Vidéo Explicative

- Si vous le souhaitez, une vidéo explicative complémentaire à cette brochure est disponible : *Radiothérapie lors d'un cancer du sein : traitement en inspiration bloquée, entraînez-vous !*

