

Toux



Réseau de
cancérologie
Rossy

Rossy
Cancer
Network

Fiche d'information sur la gestion des symptômes

? Parlons de la toux...

- La toux est un réflexe naturel. C'est la façon dont votre corps dégage vos voies respiratoires et protège vos poumons.
- La toux peut survenir pour de nombreuses raisons. Certaines peuvent être simples, comme un rhume, des allergies ou le tabagisme. Cela n'est pas inquiétant. Mais une toux peut aussi être plus grave. Elle peut être liée au cancer, à ses traitements ou à une infection.
- Certaines toux peuvent être traitées. Dans d'autres cas, l'objectif est de gérer la toux pour vous aider à vous sentir mieux et à reprendre vos activités quotidiennes.
- Si vous êtes essoufflé, veuillez consulter *la fiche d'information sur la gestion de l'essoufflement*.
- Informez votre équipe soignante** si vous avez une nouvelle toux, une toux persistante, si vous crachez du mucus jaune verdâtre ou si votre toux s'aggrave.
- Si vous crachez du sang et/ou ressentez une nouvelle douleur dans la poitrine, **rendez-vous immédiatement aux urgences ou contactez votre équipe soignante**.
- Si pendant un traitement de chimiothérapie ce type de douleur est accompagné de fièvre (température supérieure à 38°C), **rendez-vous immédiatement aux urgences**.

** Si vous suivez un traitement d'IMMUNOTHÉRAPIE et que vous présentez ces symptômes, consultez votre équipe soignante dès que possible. Les retards de consultation peuvent entraîner une augmentation des effets secondaires et de la toxicité.*

Ce que vous pouvez faire

- Demandez à votre équipe soignante s'il existe des traitements ou des médicaments qui pourraient soulager votre toux.
- Demandez à votre équipe soignante si la physiothérapie pourrait améliorer votre toux. Un physiothérapeute peut vous montrer la meilleure façon de dégager vos voies respiratoires.
- Prenez une douche chaude et humide pour dégager le mucus.
- Essayez les pastilles contre la toux (ex : Halls, Cepacol, etc.) et/ou une boisson chaude avec du miel.
- Essayez des techniques de relaxation, comme la respiration profonde.
- Utilisez un humidificateur dans les pièces sèches.
- Buvez beaucoup de liquide, cela fluidifie le mucus dans la gorge.
- Évitez de fumer et de respirer la fumée secondaire.
- Évitez tout ce qui pourrait vous déclencher une réaction allergique.
- Évitez les aérosols qui irritent la gorge, comme la laque pour cheveux, les déodorants, les parfums et les produits de nettoyage.
- Pratiquez une activité physique modérée, comme le yoga. Cela peut aider à dégager vos voies respiratoires (mais évitez les exercices intenses).

Source : Effets physiques, émotionnels et sociaux du cancer | Managing Physical Side Effects ©2021
Informations complètes pour les personnes atteintes d'un cancer, leurs familles et leurs soignants, fournies par l'American Society of Clinical Oncology (ASCO)

Les renseignements donnés ici ne font pas office de conseils médicaux et ne doivent pas être utilisés en lieu et place de la consultation d'un médecin, d'une infirmière ou d'un autre professionnel de la santé. Si vous avez des questions concernant votre état de santé, veuillez consulter un professionnel de la santé.

Autres ressources

Comment gérer les symptômes du cancer du poumon - toux

[https://www.lungcancercanada.ca/fr-CA/Lung-Cancer/Screening-\(1\)/Managing-symptoms.aspx](https://www.lungcancercanada.ca/fr-CA/Lung-Cancer/Screening-(1)/Managing-symptoms.aspx)

Soins de soutien pour le cancer du poumon - toux

<https://cancer.ca/fr/cancer-information/cancer-types/lung/supportive-care>

Ressources générales

<https://www.mcgill.ca/rcr-rcn/fr/patients>

Qui peut aider?



Infirmière pivot onco (IPO)

Si vous en avez une, veuillez parler avec votre IPO.

Si vous êtes traité à la:

- Clinique d'oncologie, appelez :**
Lignes de gestion de symptômes
514-340-8222 poste 25529
Lun - Ven. 8h00-16h00
- Clinique de radio-oncologie, appelez :**
514-340-8222 poste 24124