

Radiothérapie

Technique de l'inspiration bloquée



Avril 2025

Centre d'Oncologie et de Radiothérapie
11 Av du Pr A. Minkowski-37170 CHAMBRAY LES TOURS



Inspiration bloquée

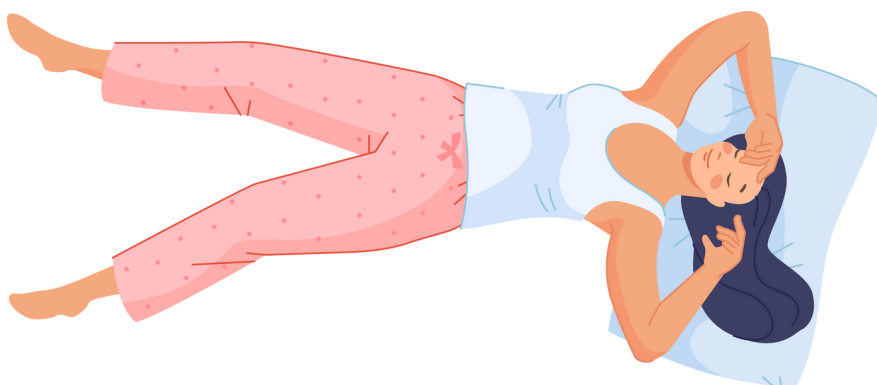
Pour certains patients, recevoir un traitement de radiothérapie en inspiration bloquée, permet d'éloigner le cœur de la poitrine. Ceci permettant de réduire l'exposition aux rayons et donc une meilleure protection du cœur.

Après le scanner, suivant les images le radiothérapeute jugera si cette technique est la plus optimale pour vous. Il vous sera demandé d'effectuer 8 à 10 apnées d'environ 20 secondes à la suite.

Avant le scanner

Dans l'attente du scanner et du traitement, il est conseillé de vous entraîner chez vous.

- Allongez-vous sur le sol ou une surface dure avec un petit coussin sous la tête.



- Placez les bras en arrière au dessus de la tête.

- Respirez lentement par le nez sans cambrer votre dos. Gardez votre bouche fermée, c'est le thorax qui doit se gonfler et non le ventre.

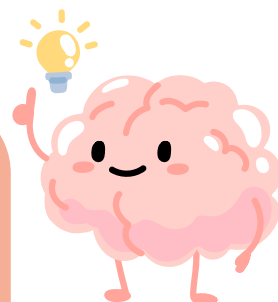
Après quelques respirations normales, prenez une inspiration profonde et bloquez durant maximum 20 secondes. Reprenez une respiration normale et recommencez 8 à 10 fois.

Entrenez-vous tous les jours.



Téléchargez l'application gratuite Respirelax.
Elle vous aidera à gérer votre respiration.

Vous pourrez faire ce petit exercice avant le début de chaque entraînement.



Le jour du scanner

Lors du scanner de repérage, vous serez accompagné(e) par le médico technicien qui vous guidera. Il s'assurera que vous êtes à l'aise avec cette technique et aussi décontracté(e) que possible pour éviter les tensions musculaires.

2 scanners seront réalisés :

- Un scanner en respiration libre.
- Un scanner en inspiration bloquée.

Les consignes de respiration vous seront **données par le médico technicien** et vous pourrez **suivre l'évolution** de votre inspiration **sur un petit écran**.

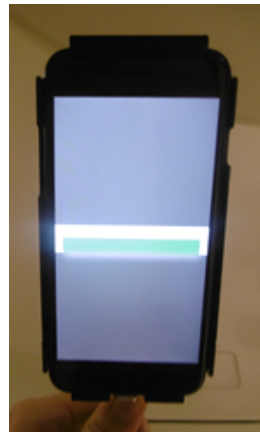


Durant le traitement

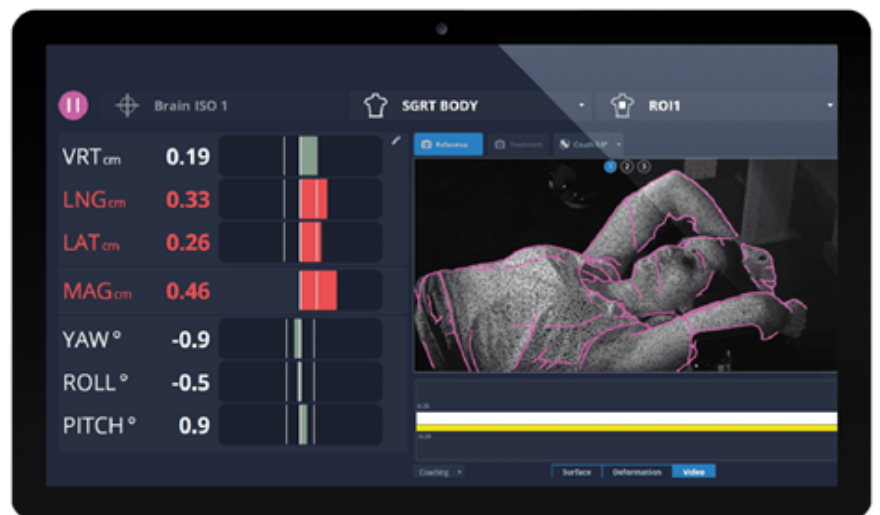
Lorsque votre traitement sera prêt, vous serez contacté(e) par téléphone pour vous communiquer la date de votre première séance. Durant cette séance, nous vérifierons tous les paramètres nécessaires au bon déroulement de votre traitement.



Lors du traitement, nous allons surveiller la surface de votre peau en temps réel à l'aide de caméras 3D. Votre position est ainsi vérifiée avec précision. Le médico technicien vous guidera par l'intermédiaire d'un interphone et vous retrouverez le petit écran pour vous aider à gérer votre respiration durant le traitement.



Et si je ne tiens pas mon apnée ?



Si vous lâchez votre apnée ou que vous bougez durant le traitement, le médico technicien sera alerté et il pourra venir vous repositionner si besoin.

