

Le Centre Paul Strauss est membre de la Fédération Nationale des Centres de Lutte contre le Cancer qui regroupe 20 Centres français. Il a pour mission les soins, l'enseignement et la recherche en cancérologie. La pratique médicale repose sur la pluridisciplinarité. Pour établir diagnostic et traitement, les médecins échangent leurs points de vue.



CENTRE PAUL STRAUSS
centre régional de lutte contre le cancer

CONSEILS ALIMENTAIRES & RADIOTHÉRAPIE ABDOMINALE

Établissement certifié par la Haute Autorité de Santé en 2007



Ce document est écrit pour vous et vos proches. Comprendre les explications qui vous sont données et s'en souvenir est parfois difficile. Ce document vient compléter ce que les médecins et les diététiciennes vous ont dit.

CONTACT AU CENTRE PAUL STRAUSS

Les diététiciennes du Centre sont à votre disposition pour répondre à toutes vos questions et vous donner des conseils personnalisés.

N'hésitez pas à les contacter

Tél. 03 88 25 24 25
Fax 03 88 25 24 48
Unité de diététique
dietetique@strasbourg.fnclcc.fr

3 rue de la Porte de l'Hôpital
BP 30042 /67065 Strasbourg cedex

www.centre-paul-strauss.fr
France
...

Conception Les Explorateurs / Réalisation service Communication Centre Paul Strauss / Imprimerie IREG / Avril 2010



CENTRE PAUL STRAUSS
centre régional de lutte contre le cancer

CE LIVRET D'INFORMATION A ÉTÉ CONÇU ET VALIDÉ PAR

Les diététiciennes du Centre Paul Strauss ainsi que par les membres du Comité des patients

CONSEILS ALIMENTAIRES & RADIOTHÉRAPIE ABDOMINALE

Il faut veiller à s'alimenter sainement et régulièrement

afin d'apporter à votre organisme
les éléments vitaux dont il a besoin.

Vous êtes actuellement sous traitement radiothérapique. Ces conseils alimentaires simples, sont destinés à vous aider à surmonter certains effets secondaires qui pourraient apparaître au cours de votre traitement. Il va s'agir d'adapter votre alimentation à vos besoins. Pour vous y aider, nous vous donnons des indications et des conseils qui vous guideront dans la composition de vos menus.



Évitez les
aliments riches
en fibres, les
plats trop épicés
et les mets
glacés.

Faites une
cuisine simple,
sans excès de
matières grasses.

Composez vos menus...

Aliments	Conseillés	À consommer modérément	À éviter
Lait Produits lactés	Fromages cuits (Gruyère, Bonbel, Edam, Tomme, Gouda) Yaourt nature	Fromages frais (Suisse, fromage blanc) Préparations lactées (flans, entremets)	Lait sous forme de boisson Fromages fermentés
Viandes Poissons Œufs	Grillées ou rôties Poisson au court-bouillon Œufs coque, durs, jambon blanc		Viandes en sauce, marinées, faisandées Charcuterie grasse type saucisse à tartiner, de foie Rillettes, boudin...
Féculents	Riz, pâtes, pommes de terre vapeur, en robe des champs, purée, tapioca, crème de riz, semoule, crème d'avoine		Frites Chips Céréales complètes Riz sauvage Blé
Légumes	Carottes cuites, betteraves rouges cuites, pointes d'asperges, courgettes pelées	Endives cuites, haricots verts fins, tomates cuites pelées, cœur d'artichauts peu fibreux Potiron Coulis de tomates	Choux, navets, poivrons, flageolets, légumes secs, vert de poireaux, oignons, ail, bettes, céleris, champignons. Toutes les crudités
Fruits	Bananes mûres Compote coings/ pommes Compote tapioca/ banane	Pêches, poires, abricots (pelés, cuits au sirop)	Tous les autres fruits crus, fruits secs, fruits oléagineux
Pains et dérivés	Pain grillé, biscottes, biscuits à la cuillère, biscuits de Savoie	Pain blanc	Pain complet Céréales de petit déjeuner
Sucres et dérivés	Gelée de coings, pâtes de fruits, gâteaux secs	Chocolat noir	Pâtes feuilletées, levées
Matières grasses		Beurre, huile, margarine crus	Crème au beurre, Chantilly, mayonnaise, Sauce béarnaise, hollandaise, frites
Boissons	Eau plate, tisane, café léger, thé noir léger (bien infusé)	Jus de fruits frais pressés	Alcool
Divers		Herbes aromatiques : cerfeuil, romarin, estragon, basilic	Aliments glacés Épices : poivre, harissa, piment, raifort, curry, pill-pill

Efforcez-vous de
boire au minimum
1,5 l d'eau / jour.

Il existe des
compléments
nutritionnels
sur prescription
médicale.

En cas de diarrhées

- Privilégiez le riz blanc, les carottes cuites, la banane bien mûre, la gelée de coing, les pâtes de fruit, le thé noir et l'eau de riz.
- Buvez le plus possible pour remplacer l'eau et les sels minéraux perdus durant les épisodes de diarrhées : eau, boissons type Vichy et bouillons salés.

En cas de perte d'appétit et/ou de poids

- Fractionnez vos repas en intercalant de petites « collations composées » salées ou sucrées à 10h-16h-20h voire au-delà.
- Enrichissez certaines préparations telles que potages, purées, entremets avec du lait écrémé en poudre, des œufs, des fromages fondus, de la poudre de protéine (disponible en pharmacie).
- Il existe des compléments nutritionnels oraux disponibles en pharmacie sur prescription médicale. Pour connaître le complément le mieux adapté à vos besoins, contactez une diététicienne du Centre Paul Strauss.



Des consultations de diététique ont lieu dans
le département de radiothérapie les **mardi**
après-midi et **jeudi** matin

Contact : 03 88 25 24 25