



Fondation
contre le Cancer

Transformons l'espoir en victoire !

À qui en parler ?

- Vous cherchez de l'aide ou d'autres infos ?
- Vous avez besoin de parler ?
- Vous cherchez des informations sur un type de cancer ou ses possibilités de traitement ?
- Vous voulez savoir comment faire appel à un service de la Fondation contre le Cancer ?

Dans ce cas, appelez Cancerinfo gratuitement et de façon anonyme (du lundi au vendredi, de 9h00 à 18h00).

Des professionnels (médecins, psychologues, infirmiers et assistants sociaux) sont à l'écoute de toute personne confrontée au cancer.

Cancerinfo

Fondation contre le Cancer

☎ 0800 15 801
🌐 www.cancer.be/info



Fondation
contre le Cancer

Chaussée de Louvain 479 • 1030 Bruxelles
T. 02 736 99 99 • info@cancer.be • www.cancer.be
Soutenez-nous : IBAN : BE45 0000 0000 8989 • BIC : BPOTBEB1



Suivez-nous sur
www.facebook.com/fondationcontrolecancer

4.5.2



Fondation
contre le Cancer

La chimiothérapie



E.R.: Dr Didier Vander Steichel - Fondation contre le Cancer - Chaussée de Louvain 479, B-1030 Bruxelles • Fondation d'utilité publique • 0873.268.432 • P&R 22.09 CDN Communication 22.4.126

Table des matières

Qu'est-ce qu'un cancer ?	4
La chimiothérapie	6
Encore quelques conseils	14
La Fondation contre le Cancer Transformons l'espoir en victoire !	19

À qui cette brochure est-elle destinée ?

Cette brochure s'adresse avant tout aux personnes qui sont traitées par chimiothérapie.

Lorsqu'on vous annonce un diagnostic de cancer, de très nombreuses questions et émotions se bousculent. On veut comprendre comment et pourquoi la maladie s'est développée, quels sont les examens et les traitements indispensables, combien de temps ils risquent de durer... On se demande si une guérison est possible, si les traitements permettent de poursuivre une vie normale ou s'il faudra se faire aider... On s'interroge sur le coût de la maladie, sur ce qu'il vaut mieux dire ou ne pas dire à son entourage...

À toutes ces questions et à bien d'autres, des réponses devront être apportées au fur et à mesure qu'elles se posent, au cas par cas, en fonction de l'évolution particulière de chaque patient. Votre médecin jouera à cet égard un rôle essentiel. Lui seul est en mesure de vous informer avec précision sur l'évolution de votre cas, pour autant que vous le lui demandiez.

Cette brochure n'a pas pour objet de tout vous apprendre sur votre traitement. Elle vous donne cependant des informations générales très importantes pour comprendre votre situation. Elle peut également vous aider à poser les bonnes questions à votre médecin ou à l'équipe médicale, si vous souhaitez en savoir plus sur votre situation particulière.

N'oubliez pas non plus vos proches. Eux aussi se posent de nombreuses questions. Ce document peut donc aussi leur être utile.

Qu'est-ce qu'un cancer ?

Un cancer est une prolifération anarchique de cellules anormales qui se multiplient par divisions, échappant aux mécanismes de contrôle de l'organisme. Les cellules cancéreuses s'accumulent et envahissent petit à petit les tissus avoisinants. Certaines d'entre elles peuvent quitter la tumeur d'origine, s'installer dans d'autres parties du corps et être le point de départ de tumeurs secondaires appelées métastases.

Causes

Notre corps est composé de milliards de cellules normales. Par le processus tout à fait naturel de « division cellulaire », elles peuvent se multiplier en se divisant en deux. Pour maintenir notre organisme en bon état, il se produit chaque seconde chez chacun de nous plusieurs millions de divisions cellulaires ; notre organisme se charge de maintenir un équilibre constant entre la production et la destruction de cellules.

Mais il arrive, notamment lors de ces divisions cellulaires, que des dégâts et anomalies (mutations) se produisent dans le matériel génétique (l'ADN des gènes) de nos cellules. En théorie, les cellules sont capables de réparer la plupart de leurs mutations, mais si ce processus de réparation ne s'enclenche pas ou échoue, une cellule peut survivre avec ces modifications. Elle risque alors d'en développer d'autres par la suite. Si trop de mutations s'accumulent dans une cellule, elle peut progressivement devenir cancéreuse. Un cancer n'est donc pas le résultat d'une cause ou d'un événement unique, mais bien d'une accumulation de mutations dans le matériel génétique d'une cellule. La carcinogenèse (le processus par lequel une cellule normale se transforme en cellule cancéreuse) est généralement un processus lent, qui s'étend sur plusieurs années, voire des décennies, avant les premiers symptômes.

Des facteurs de risque inévitables

Il s'agit principalement des divisions cellulaires, du vieillissement et de l'hérédité.

Puisque chaque division cellulaire peut donner lieu à des mutations, plus nous vieillissons, plus nos cellules se sont divisées un grand nombre de fois et plus elles risquent d'accumuler les dégâts. Par conséquent, une personne âgée court un risque plus élevé de cancer. De plus, elle peut également avoir été exposée pendant plus longtemps aux facteurs de risque liés au mode de vie.

L'hérédité peut également augmenter fortement le risque de cancer. Ce risque héréditaire ne concerne qu'un nombre limité de personnes qui ont eu la « malchance » de naître avec une ou plusieurs mutations déjà présentes dans leurs cellules.

Des facteurs de risque évitables

Il a été établi que le tabac, l'obésité, l'alcool et une activité physique insuffisante augmentent le risque de nombreux types de cancer. Les rayons ultraviolets (soleil et bancs solaires), les rayonnements ionisants (par exemple les rayons X), la pollution (par diverses substances chimiques) et certaines infections chroniques par des virus ou des bactéries sont également responsables de différents cancers.

Mener une vie saine réduit le risque de cancer, mais ne le supprime pas, du fait des facteurs de risque que nous ne pouvons éviter. C'est pourquoi en plus du diagnostic précoce en cas de symptômes, le dépistage a également un rôle important pour dépister rapidement les cancers, même sans symptômes.

Plus d'informations sur le cancer sur notre site
www.cancer.be.

La chimiothérapie

Dans cette brochure, vous trouverez des informations générales sur la chimiothérapie. Vos médecins et infirmiers seront à même de vous expliquer le traitement que vous recevrez.

Posez toutes les questions qui vous viennent en tête, pour être certain de tout comprendre correctement. Cette brochure peut vous aider à préparer votre entretien avec votre médecin.

Voici quelques exemples de questions à lui poser :

- Quel est le but du traitement ?
- Comment mon cancer est-il censé réagir au traitement ?
- Quels médicaments vais-je recevoir ?
- Combien de temps durera le traitement complet ?
- Quels sont les effets secondaires du traitement ?
- Que puis-je faire pour les atténuer ?
- Y a-t-il des effets secondaires que je dois signaler immédiatement ?
- Puis-je prendre d'autres médicaments pendant ma chimiothérapie ?

De quoi s'agit-il ?

La chimiothérapie est un traitement contre le cancer qui utilise des médicaments qui tuent les cellules cancéreuses et/ou limitent leur croissance.

Comment fonctionne-t-elle ?

Les médicaments de chimiothérapie endommagent le matériel génétique des cellules à division rapide, ce qui complique leur croissance, voire peut les tuer. Comme les cellules cancéreuses sont justement à division rapide, la chimiothérapie les attaque facilement.

Par contre, les traitements ne feront pas la différence avec les cellules saines à division rapide, qui seront également endommagées. Par exemple, la moelle osseuse regorge de cellules à division rapide qui contribuent notamment au bon fonctionnement du système immunitaire. La chimiothérapie peut dès lors provoquer un manque temporaire de globules blancs. Les follicules pileux sont aussi composés de cellules à division rapide, ce qui explique que la perte de cheveux est un effet secondaire fréquent de la chimiothérapie. Néanmoins, contrairement aux cellules cancéreuses, les cellules normales à division rapide se rétablissent très vite. Les effets secondaires ne durent que le temps du traitement.

Quand est-elle utilisée ?

Il existe des recommandations nationales et internationales sur la manière la plus adéquate de traiter chaque type de cancer. Aussi, la chimiothérapie est recommandée pour certains d'entre eux, mais pas pour d'autres. Ces recommandations ont été élaborées sur base des résultats obtenus par les différents traitements, dans des études scientifiques.

Votre médecin prendra ces recommandations comme base de votre traitement, mais il pourra encore l'adapter à votre situation personnelle. Il se peut donc que vous receviez soit la chimiothérapie seule, soit la chimiothérapie associée à un autre traitement, soit encore un traitement spécifique pour votre type de cancer et pas de chimiothérapie. Mais le plus souvent, la chimiothérapie est associée à d'autres traitements.

La chimiothérapie peut être administrée dans différentes situations :

- **Chimiothérapie néoadjuvante** : dans ce cas, la chimiothérapie est administrée avant une opération chirurgicale ou des séances de radiothérapie. L'objectif est de réduire le volume de la tumeur pour qu'elle soit plus facile à traiter.

- **Chimiothérapie adjuvante** : la chimiothérapie est administrée après l'opération ou la radiothérapie. Le but est d'éliminer les cellules cancéreuses (potentiellement) restantes.
- **Chimio-radiothérapie** : cette chimiothérapie est administrée en même temps que la radiothérapie.

Comment est-elle administrée ?

La chimiothérapie peut être administrée de différentes manières. En général, les produits de chimiothérapie sont injectés par perfusion intraveineuse dans le système sanguin. Ils peuvent aussi être pris par le patient par voie orale, sous forme de gélules ou de comprimés. Les médicaments peuvent dans certains cas être injectés dans un muscle, sous la peau, dans le liquide céphalorachidien (liquide entourant le cerveau et la moelle épinière), dans une cavité du corps ou directement dans la tumeur. Les médicaments de chimiothérapie peuvent aussi être directement apposés sur la peau sous la forme d'une pommade (dans le cas d'un cancer de la peau non-mélanome). Parfois, deux ou plusieurs voies d'accès peuvent être combinées pour administrer la chimiothérapie.

Vous ne pouvez pas choisir entre ces différents modes d'administration car ceux-ci sont spécifiques à un médicament et une situation donnée. Vous pouvez discuter avec votre médecin du traitement et de son mode d'administration.

Si vous avez besoin d'une chimiothérapie fréquente ou constante via le système sanguin, un Port-a-cath® est alors implanté. Il s'agit d'un petit boîtier, de quelques centimètres, placé sous la peau (généralement au niveau du thorax) et relié à un petit tuyau, appelé cathéter, glissé dans une veine. Le Port-a-cath® se place intégralement sous la peau, si bien que vous pouvez nager ou vous baigner sans problème. Le cathéter est relié au système sanguin via une large veine du cou. Pour administrer les produits de chimiothérapie, l'infirmier va piquer dans la

peau qui recouvre le Port-a-cath® pour les injecter dans le réservoir. Ces produits vont alors parcourir le petit tube relié à la veine du cou pour se disperser dans le corps via le système sanguin.

L'utilisation du Port-a-cath® présente des avantages par rapport à une perfusion dans le bras :

- la chimiothérapie est injectée dans une veine plus importante. Le risque d'irritation au niveau de la paroi veineuse, de phlébite et d'extravasation de la chimiothérapie avec risque de complication au niveau de la peau et des tissus sous-cutanés est ainsi réduit ;
- le Port-a-cath® permet également de réaliser une partie de la chimiothérapie en ambulatoire, au domicile (ce qui est, par exemple, fréquemment le cas pour les chimiothérapies administrées dans les cancers digestifs où une infusion continue de chimiothérapie est réalisée pendant 2 jours) ;
- le Port-a-cath® est sous la peau, tandis qu'une perfusion dans le bras se fait sur la peau. Cela réduit le risque d'infection locale.

Il existe des alternatives au Port-a-cath®. Dans certains cas, pour des traitements de courte durée par exemple, un **PICC Line** peut être préféré. Il s'agit d'un cathéter dont une des extrémités arrive au niveau d'une grosse veine du cou/thorax comme le Port-a-cath® mais son autre extrémité n'est pas relié à un boîtier sous la peau mais sort au niveau d'une veine périphérique du bras.

Quel est le lieu du traitement ?

Le lieu du traitement dépend des produits prescrits et de leurs modes d'administration propres. La chimiothérapie intraveineuse est la plupart du temps administrée pendant une hospitalisation de jour. Mais dans certains cas, elle peut être réalisée à domicile ou lors d'une hospitalisation conventionnelle (avec nuitées).

Combien de temps dure le traitement ?

La chimiothérapie s'administre par cycles. Un cycle comprend l'administration d'un ou de plusieurs produits, suivi d'une période de repos. Cette période aide votre corps à se rétablir des effets de la chimiothérapie (lire ci-dessous). Le nombre de cycles reçus ainsi que sa durée dépend du type de cancer, des médicaments utilisés, de la manière dont vous réagissez aux médicaments et de leur effet sur les tumeurs.

En général, l'ensemble du traitement par chimiothérapie dure trois à six mois. Pour les cancers avec métastases, la durée et le nombre de cycles sont souvent plus importants, s'étalant parfois sur de nombreux mois ou années.

Quels sont les effets secondaires ?

Les médicaments de chimiothérapie endommagent les cellules à division rapide, comme les cellules cancéreuses. Malheureusement, certaines cellules normales sont aussi à division rapide : celles du sang, des muqueuses de la bouche et du tube digestif, des ongles, de la paroi intérieure du vagin et des follicules pileux, etc. Les effets secondaires généraux et principaux de la chimiothérapie sont dès lors souvent associés à l'endommagement de ces cellules.

Il existe également des effets secondaires plus spécifiques dépendant du type de molécule de chimiothérapie utilisée. Certaines chimiothérapies peuvent abimer plus sélectivement les nerfs, le foie, les reins ou d'autres organes. Votre médecin vous renseignera en fonction du type de traitement prescrit.

Les effets secondaires et leur gravité dépendent d'une personne à l'autre et d'un médicament à l'autre. La présence et la gravité des effets secondaires ne sont pas liées à l'efficacité du traitement. Signalez les effets secondaires que vous rencontrez à votre équipe soignante dès que possible, car dans de nombreux cas, une solution est possible : vous ne devez pas souffrir inutilement !

Les effets secondaires suivants peuvent survenir fréquemment :

- fatigue ;
- perte de cheveux ;
- infections ;
- constipation ;
- diarrhée ;
- nausées et vomissements ;
- perte d'appétit ;
- problèmes au niveau de la bouche, la langue et la gorge, tels qu'ulcères et douleurs à la déglutition ;
- atteintes de certains nerfs et muscles, se traduisant par une insensibilité, des fourmillements et des douleurs ;
- altération de la peau et des ongles (peau sèche par exemple) ;
- modification du poids ;
- confusion et problèmes de mémoire ;
- stérilité ;
- troubles de la vue ;
- troubles de l'ouïe.

De plus, vous pouvez souffrir de troubles de l'humeur, d'anxiété, de colère et de tristesse. Même si ce ne sont pas des effets secondaires directs de la chimiothérapie, ils doivent aussi être suivis et traités. Chacun a sa façon de réagir aux traitements et à leurs effets.

Besoin de parler ou d'avoir des conseils ? N'hésitez pas à contacter la Fondation contre le Cancer par téléphone via le service gratuit Cancerinfo : 0800 15 801.

Signaux d'alarme

Il est parfois difficile de faire la différence entre un effet secondaire et une infection ou un autre problème urgent. C'est pourquoi nous vous proposons ci-dessous une liste de signaux d'alarme auxquels vous devez rester attentif. Si vous rencontrez un (ou plusieurs) de ces signaux, signalez-le à votre équipe soignante immédiatement :

- douleur durant l'administration de la chimiothérapie par perfusion. Normalement, elle ne peut pas vous faire mal. Si c'est le cas, informez-en immédiatement l'infirmière ;
- fièvre supérieure à 38°C et/ou frissons ;
- sensation de brûlure et/ou douleur en urinant ;
- essoufflement ;
- ecchymoses (bleus) sans s'être cogné ;
- vomissements ou diarrhées persistants (plus de 24 heures).

Qu'en est-il de la chimiothérapie et de l'alimentation ?

Certains traitements contre le cancer peuvent compliquer l'alimentation du patient. Les principaux effets secondaires pouvant survenir sont les suivants : altération du goût, bouche sèche, douleurs dans la bouche, épaissement de la salive, vomissements, nausées, diarrhées, constipation, perte d'appétit, perte ou prise de poids, etc. Dans ces cas-là, n'hésitez pas à demander des conseils ou l'aide du diététicien de l'hôpital.

Voici encore quelques conseils :

- pensez à fractionner votre alimentation, prenez plusieurs petits repas échelonnés sur toute la journée ;
- il est important de boire suffisamment, mais évitez de le faire durant les repas, car vous pourriez vous sentir

rassasié trop rapidement (alors que vous n'avez pas mangé suffisamment). Buvez par exemple une heure avant ou après le repas ;

- si les odeurs des aliments vous dérangent, prenez plutôt vos repas tièdes ou froids : les repas chauds dégagent plus d'odeurs ;
- goûtez de nouveaux aliments : il est fort possible que vous appréciiez des choses que vous n'aimiez pas auparavant.

Accompagnement du patient

Le traitement complet exige beaucoup des patients, tant au niveau physique qu'émotionnel. Des soins infirmiers et médicaux optimaux ainsi qu'une attention et un accompagnement particuliers sont très importants.

Il est possible, pendant le séjour à l'hôpital, de recevoir l'assistance d'un psychologue, d'un assistant social ou d'un conseiller spirituel. Le médecin de famille peut conseiller les patients sur les possibilités d'encadrement et d'accompagnement en dehors des hôpitaux.



Encore quelques conseils

Lutter contre la fatigue

La fatigue est un effet secondaire très fréquent du cancer et/ou de ses traitements. Elle peut être ressentie longtemps après la fin des traitements.

Votre médecin et/ou l'équipe médicale, peuvent vous aider à en réduire les effets.

Pratiquer une activité physique adaptée, pendant et après les traitements, permet de retrouver un certain tonus.

Cela peut faciliter les petits efforts quotidiens.

Plus d'informations sur l'activité physique pendant et après un cancer sur www.cancer.be ou par téléphone au Cancerinfo : 0800 15 801.



Soulager la douleur

Le médecin et/ou le personnel soignant peuvent vous aider à soulager les douleurs. Suivez toujours strictement leurs recommandations, notamment concernant les doses prescrites d'antidouleurs.

Pour que manger reste un plaisir

Si la maladie ou les traitements perturbent votre alimentation, vous pouvez demander conseil à un diététicien spécialisé en oncologie (oncodiététicien).

Ne suivez pas de votre propre initiative un prétendu régime « anticancer ». Leur efficacité est loin d'être démontrée, et cela risque fort d'affaiblir davantage votre corps. Soyez également prudent avant de prendre des compléments alimentaires. Certains d'entre eux peuvent perturber l'efficacité du traitement.

Plus d'informations (conseils, recettes, annuaire d'oncodiététiciens, etc.) sur www.cancer.be/alimentation-recettes ou par téléphone au Cancerinfo : 0800 15 801.



Attention aux interactions médicamenteuses !

Certains médicaments (conventionnels ou issus de thérapies complémentaires) peuvent modifier l'efficacité des traitements anticancéreux.

Faites une liste des traitements que vous suivez (médicaments mais aussi vitamines, plantes, régimes, etc.) et discutez-en avec votre médecin et/ou l'équipe soignante lors de vos consultations.

Ces brochures complémentaires sont disponibles sur www.cancer.be/publications ou par téléphone au Cancerinfo 0800 15 801 :

- Thérapies complémentaires et cancers.
- Guide des compléments alimentaires.

Arrêter de fumer

Si vous fumez, pensez à arrêter. Arrêter de fumer a souvent un effet positif sur l'efficacité du traitement chez les patients atteints d'un cancer.



Les tabacologues de Tabacstop vous fournissent gratuitement des informations, des conseils et un accompagnement pour arrêter de fumer. Contactez-les au **0800 111 00** ou via conseil@tabacstop.be.

L'importance d'un bon moral

Pendant la maladie, il est normal d'avoir des hauts et des bas. L'équipe soignante est là pour vous aider à passer ce cap difficile.

Après la fin d'un traitement contre le cancer, il faut reprendre pied dans la vie « normale », parfois retourner au travail, et pourtant vous vous sentez comme rescapé(e) d'une aventure difficile à partager.

Si vous éprouvez des difficultés, parlez-en à un proche, à un membre de l'équipe soignante, à un psychologue ou aux membres d'une association de patients.

La Fondation contre le Cancer propose également un coaching psychologique complémentaire par téléphone. Plus d'informations sur www.cancer.be ou par téléphone au Cancerinfo : **0800 15 801**.



L'importance d'une relation de confiance avec ceux qui vous soignent

N'hésitez jamais à interroger l'équipe soignante (médecins, infirmières et autres) et à répéter vos questions jusqu'à obtenir une réponse compréhensible. Construisez un véritable dialogue avec eux. Cela vous permettra de prendre, de commun accord et en toute confiance, les décisions qui s'imposent.

Le CSO, un partenaire tout au long du traitement

Le « Coordinateur de soins en oncologie » est un/une infirmier/infirmière spécialisé(e) qui sera votre personne de contact privilégiée tout au long des traitements que vous allez suivre.

Il/elle fait partie intégrante de votre équipe soignante, assiste à toutes les réunions vous concernant et coordonne tous vos rendez-vous. Votre CSO est facilement joignable par téléphone ou par mail pour répondre à vos questions.

La Fondation contre le Cancer Transformons l'espoir en victoire !

Au sein de la Fondation contre le Cancer, nous avons pour missions :

- D'**abord** et avant tout de **financer** les meilleures équipes de chercheurs qui travaillent à mieux comprendre les mécanismes d'apparition de la maladie, qui vont ainsi pouvoir **trouver** des méthodes de traitement encore plus performantes, qui améliorent les chances de guérison et la qualité de vie des patients. En effet, pour vaincre le cancer, c'est la recherche scientifique qui transforme petit à petit l'espoir en victoire.
- D'**agir** nous-même quand c'est nécessaire et notamment par le financement de projets psychosociaux qui permettent d'avoir un impact sur la qualité de vie des personnes atteintes d'un cancer ou de leurs proches.
- De **mobiliser** tous les acteurs, car ensemble nous serons plus efficaces et avancerons plus vite.
- D'**informer** en renforçant les connaissances globales sur le cancer, sur les mécanismes d'apparition de la maladie et sur les traitements ; de traduire les résultats de la recherche en informations accessibles et compréhensibles pour le grand public.