



Séquelles du cancer à long terme : prévention, détection et traitement

Les séquelles du cancer à long terme peuvent s'avérer très lourdes pour les personnes touchées. Or, plus celles-ci en sauront sur ces symptômes, mieux elles pourront les éviter, les reconnaître et les traiter. Cela constitue un des objectifs du suivi à long terme.

Plus nous vieillissons, plus nous risquons d'être atteints d'un cancer. En parallèle, les progrès de la médecine signifient que nous sommes de plus en plus nombreux à vivre longtemps. Heureusement, grâce à un meilleur dépistage et à de meilleurs traitements, davantage de personnes touchées guérissent ou vivent plus longtemps avec la maladie. Cette évolution profite aussi à ceux qui ont déjà été touchés pendant leur enfance ou leur jeunesse.

Alors que jusqu'à récemment, les scientifiques se concentraient sur l'apparition du cancer et sur les traitements prometteurs, les chercheurs se préoccupent désormais de plus en plus des séquelles à long terme et des thérapies. Les personnes touchées peuvent souffrir de ces séquelles de manière temporaire ou leur vie durant.

Que signifie le terme *Cancer Survivorship* ?

Le terme *Cancer Survivorship* (« survivre au cancer ») vient de l'anglais *Cancer Survivor*, ou survivant du cancer, et désigne les personnes qui, au cours de leur vie, ont été touchées par le cancer. Les personnes en vie plus de cinq ans après leur diagnostic sont souvent décrites comme des « survivants de longue durée ».

Elles peuvent être guéries ou souffrir (chroniquement) d'un cancer. Les séquelles à long terme peuvent survenir dans les deux cas de figure. Ainsi, la qualité de vie des survivants varie grandement. Certains sont délivrés de presque tous leurs maux, alors que d'autres souffrent de la maladie, des thérapies contre celle-ci ou des séquelles à long terme. Dans la plupart des cas, leurs proches sont eux aussi concernés.

Quelles sont les séquelles du cancer à long terme ?

Les séquelles à long terme varient selon les individus. Le risque dépend du cancer en soi et du type de traitement. De plus, le style de vie, les prédispositions ou encore les facteurs environnementaux semblent jouer un rôle. On distingue les séquelles à long terme de

type physique, social et psychologique. L'encadré ci-après indique les effets fréquents du cancer et des thérapies. Des interactions et coexistences sont possibles.

Quand les séquelles à long terme apparaissent-elles ?

Les séquelles peuvent survenir pendant la maladie et le traitement. Elles peuvent aussi apparaître plus tardivement, soit des mois, voire des années après la fin du traitement. Elles ne sont par exemple pas exclues des décennies plus tard, parfois même après 30 ans ou plus. Il est alors probable que l'on ne fasse plus le lien avec le cancer d'alors. De plus, certaines séquelles à long terme ne se distinguent pas toujours des maladies associées et des troubles liés à la vieillesse, même en l'absence de cancer.

Certains survivants ne subissent aucune ou presque aucune limitation et retournent à une vie normale après

Séquelles à long terme sur les plans physique, psychologique et social

- Lésions cardiaques, pulmonaires et rénales
- Troubles de la fertilité et de la sexualité
- Effets secondaires sur la peau, les muqueuses et les dents
- Œdème lymphatique
- Neuropathie
- Troubles de l'ouïe et de la vue
- Troubles du métabolisme et de la fonction thyroïdienne
- Perte osseuse et musculaire
- Nouveau (« second ») cancer
- Fatigue chronique liée au cancer, ou *cancer-related fatigue* (CrF)
- Peur, dépression et douleurs chroniques
- Troubles de la concentration et de la motricité fine
- Image corporelle négative
- Problèmes financiers, professionnels et familiaux

leur traitement. D'autres souffrent tôt ou tard de graves problèmes. Les troubles peuvent être d'ordre temporaire ou permanent; ils peuvent s'améliorer, mais aussi empirer avec le temps.

Combien de survivants du cancer y a-t-il?

En Suisse, on estime qu'environ 320 000 personnes se sont vu diagnostiquer un cancer au cours de leur vie. Les spécialistes pensent que ce chiffre devrait connaître une croissance rapide à l'avenir.

Suivi et suivi à long terme

• Soins aux survivants du cancer en Suisse

En Suisse, la loi définit les soins médicaux des personnes touchées par le cancer et leur suivi intensif après la maladie. Or, ce suivi et la prise en charge des coûts par les assurances maladie sont souvent limités dans le temps. Pour de nombreux cancers, les spécialistes conseillent cependant que les examens de suivi soient effectués la vie durant. Jusqu'à maintenant, ce suivi à long terme dépassant les dispositions légales de même que son financement ne font pas encore l'objet d'une législation claire.

• Suivi individuel et à long terme

Le suivi prévu par la loi a entre autres pour but de détecter précocement toute rechute. Mais le suivi ne s'arrête pas là: prévenir, reconnaître à temps et traiter les séquelles d'un cancer à long terme et de sa thérapie constituent aussi des objectifs importants. Pour cette raison, les experts en *cancer survivorship* sont de plus en plus nombreux à exiger un suivi individuel, global et durable des survivants. Un tel suivi à long terme doit contribuer à ce que chacun, pendant et après un cancer profite de la meilleure qualité de vie possible, le plus longtemps possible. Certains experts ont d'ores et déjà émis des propositions allant dans ce sens.

• J'ai survécu à un cancer. Que puis-je faire?

Les personnes ayant survécu à un cancer n'ont pas toutes besoin du même suivi. Il peut donc s'avérer judicieux de s'informer sur sa maladie et sa thérapie: pendant et après mon cancer, à quels risques pour ma santé dois-je prêter attention? Où trouver des conseils et du soutien? Parlez-en à votre médecin et à l'équipe soignante. Il se peut que d'autres interlocuteurs ou spécialistes puissent répondre à vos besoins en fonction de votre maladie et de votre situation personnelle. Voici quelques exemples de questions.

Questions: interlocuteurs (oncologue, médecin spécialisé, médecin de famille, équipe soignante, psycho-oncologue, Ligue contre le cancer, clinique de réadaptation)

- D'entente avec mon médecin, puis-je choisir une thérapie entraînant moins de séquelles à long terme?
- Qui est responsable du suivi de ma maladie? Qui coordonne les examens nécessaires?
- Comment adopter un meilleur style de vie (par ex. sport et activité physique, alimentation, perte de poids et sevrage tabagique)?
- Comment éviter ou reconnaître à temps une rechute, des séquelles à long terme ou un deuxième cancer?
- Concrètement, quelles peuvent être les séquelles à long terme après ma maladie? Qui sera chargé de les traiter?
- Comment reconnaître à temps et diminuer les risques de maladies secondaires?
- Qui prend en charge les coûts du suivi à long terme?

Pour en savoir plus

- Ligne Info Cancer: 0800 11 88 11, helpline@liguecancer.ch
- www.liguecancer.ch/region
- Médias: media@liguecancer.ch

Cette fiche d'information a été dûment vérifiée par le service d'information sur le cancer (KID), le centre allemand de recherche contre le cancer.

Statut: 15.01.2018 (sources: KID)

Nous remercions le KID d'avoir accepté que ces documents soient adaptés pour la Suisse et y soient utilisés.

Impressum

Ligue suisse contre le cancer, Effingerstrasse 40,
Case postale, 3001 Berne
Tél. 031 389 91 00, fax 031 389 91 60
www.liguecancer.ch

Cette fiche d'information est disponible en français, allemand et italien sur www.boutique.liguecancer.ch.

© 2019, KID et Ligue suisse contre le cancer, Berne