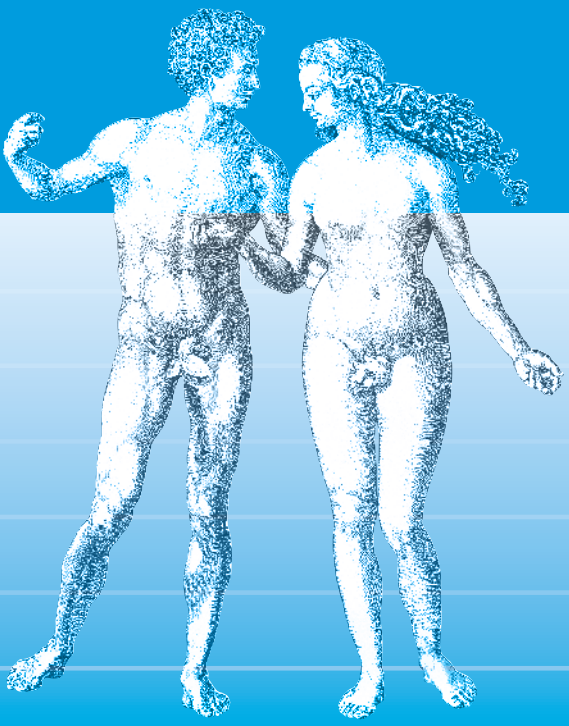
ligue contre le cancer

Le cancer de l'estomac

Un guide de la Ligue contre le cancer



Lire en ligne

Les ligues contre le cancer en Suisse : proximité, soutien individuel, confidentialité et professionnalisme

Vous et vos proches pouvez vous appuyer sur les activités de conseil et soutien proposées gratuitement près de chez vous. Près de 100 professionnels, répartis sur plus de 60 sites en Suisse, offrent un suivi individuel et confidentiel pendant et après la maladie.
En parallèle, les ligues cantonales développent des actions de prévention auprès de la population. Objectif : diminuer le risque personnel de développer la maladie.

Impressum

Éditrice
Ligue suisse contre le cancer
Effingerstrasse 40
case postale
3001 Berne
tél. 031 389 91 00
www.liguecancer.ch

Direction du projet et rédaction du texte original allemand (4e édition)
Tino Heeg, responsable Rédaction Information cancer, Ligue suisse contre le cancer, Berne

Conseils scientifiques
Prof. Dr med. Markus Borner, médecin spécialiste en oncologie médicale et en médecine interne générale, groupe Lindenhof, Berne
Prof. Dr med. Dr phil. Andreas Wicki, directeur adjoint de la clinique d'oncologie médicale et d'hématologie, Université et Hôpital universitaire de Zurich

Collaboratrice de la Ligue suisse contre le cancer, Berne
Nicole Steck, collaboratrice scientifique Innovation et développement

Traduction
Evelyne Carrel, Arzier-Le Muids
Cristina Martínez, Ligue suisse contre le cancer, Berne

Révision
Jacques-Olivier Pidoux, Ligue suisse contre le cancer, Berne

Couverture
Adam et Ève, d'après Albrecht Dürer

Illustrations
P. 6 : iStock, graphicgeoff
P. 7 : Willi R. Hess, dessinateur scientifique, Berne
P. 9 : Frank Geisler, dessinateur scientifique, Berlin

Photos
Pp.: 4, 16, 32, 38 : Shutterstock

Conception graphique
Daniel Förster, Belgern

Impression
Hartmanndruck & Medien GmbH, Hilzingen

Cette brochure est également disponible en allemand et en italien.

© 2022, 2017, 2007, Ligue suisse contre le cancer, Berne, 3e édition actualisée

LSC | 2.2023 | 800 F | 021062012111

Table des matières

5 Chère lectrice, cher lecteur,

6 L'estomac

9 Qu'est-ce que le cancer de l'estomac ?

12 Quels examens sont réalisés pour poser le diagnostic ?

18 Comment le traitement est-il planifié ?

20 Comment le cancer de l'estomac est-il traité ?

27 Quel traitement à quel stade ?

29 Que faire en cas d'effets indésirables ?

31 Que faire en cas de douleurs ?

33 Que faire en cas de difficultés alimentaires ?

36 Que se passe-t-il après les traitements ?

39 Où trouver de l'aide au quotidien ?

40 Où trouver conseils et informations ?

Chère lectrice, cher lecteur,

Cette brochure apporte des réponses aux questions suivantes :

- Qu'est-ce que le cancer de l'estomac ?
- Quels symptômes peuvent indiquer que vous avez un cancer de l'estomac ?
- Quels examens sont nécessaires pour poser le diagnostic ?
- Comment le cancer de l'estomac est-il traité ?

Quelque chose n'est pas clair ? Vous avez besoin de soutien pour vous ou vos proches ?

N'hésitez pas : adressez-vous à l'équipe médicale, à la ligue contre le cancer de votre canton ou à la Ligne InfoCancer au 0800 11 88 11.

Vous trouverez les adresses et les numéros de téléphone des ligues cantonales et régionales contre le cancer dans les dernières pages de cette brochure.

Nos vœux les plus chaleureux vous accompagnent.

Votre Ligue contre le cancer

Grâce à vos dons, nos brochures sont gratuites.

Faites un don avec TWINT :

Scannez le code QR avec l'app TWINT.

Saisir le montant et confirmer le don.

L'estomac

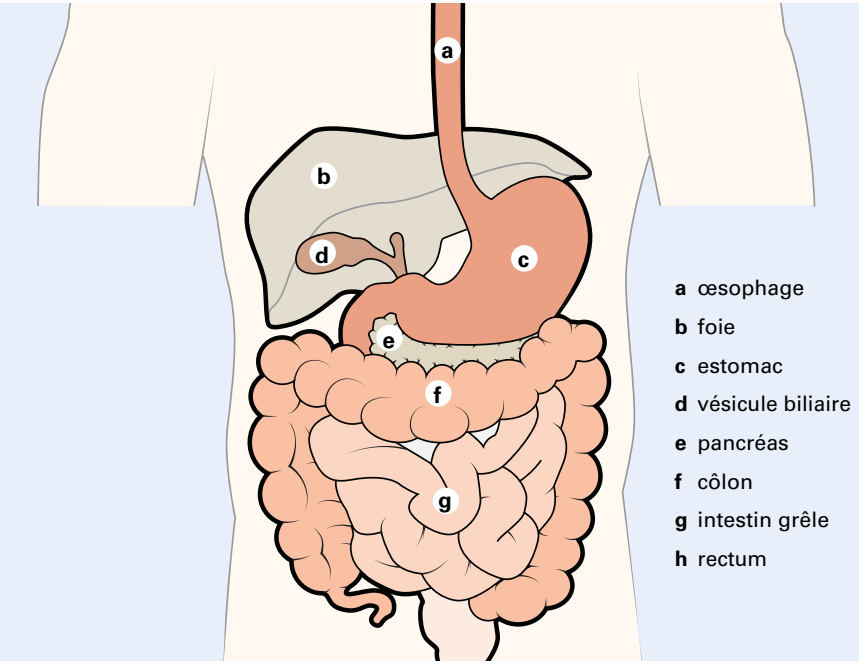
L'estomac est situé dans la partie supérieure de l'abdomen, à gauche, entre l'œsophage et le duodénum.

Quel est le rôle de l'estomac ?

L'estomac aide à digérer la nourriture. Pour cela, il mélange un liquide acide – le suc gastrique – aux aliments et les transforme en une sorte de bouillie, le bol alimentaire.

Après quelques heures, l'estomac pousse le bol alimentaire jusque dans l'intestin, qui en extrait les substances nutritives et le liquide.

L'estomac et les organes voisins

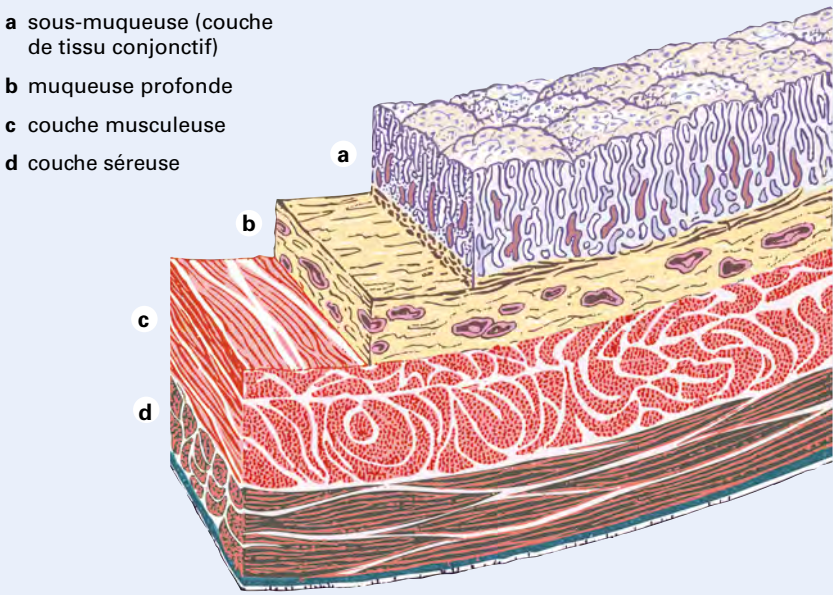


Comment la paroi de l'estomac est-elle constituée ?

La paroi de l'estomac est composée de quatre couches, à savoir, de l'intérieur vers l'extérieur :

- la muqueuse, qui protège l'intérieur de l'estomac de l'acide gastrique ;
- une couche de tissu conjonctif, qui contient des voies nerveuses et des vaisseaux sanguins et lymphatiques ;
- une couche de muscles, qui brasse le bol alimentaire et l'achemine jusque dans l'intestin ;
- une couche externe, composée de tissu conjonctif.

L'estomac et sa paroi : coupe transversale



Où le cancer de l'estomac se forme-t-il ?

Le cancer de l'estomac se forme le plus souvent dans la muqueuse, qui contient de nombreuses glandes. Lorsque le cancer se développe à partir des cellules de ces glandes, les spécialistes parlent d'adénocarcinome.

Quels symptômes peuvent indiquer un cancer de l'estomac ?

Le cancer de l'estomac ne provoque souvent aucun trouble pendant longtemps. Les symptômes ci-après peuvent être le signe d'un cancer de l'estomac lorsqu'ils ne disparaissent pas après un certain temps :

- des brûlures d'estomac ;
- un manque d'appétit ;
- des difficultés à avaler ;
- des vomissements fréquents ;
- une perte de poids involontaire ;
- des selles noires ;
- une anémie due à un manque de fer dans le sang.

Si vous présentez un ou plusieurs de ces symptômes, discutez-en avec votre médecin de famille.

On sait que certains éléments peuvent être à l'origine d'un cancer. Cela ne signifie pas qu'ils entraînent systématiquement un cancer ; ils augmentent simplement le risque d'en développer un.

- le vieillissement ;
- le tabagisme ;
- des cas de cancer de l'estomac dans votre proche parenté ;
- des remontées acides persistantes ; les spécialistes parlent de reflux gastro-œsophagien (GERD) ;
- une radiothérapie dans la région de l'estomac.

Qu'est-ce que le cancer de l'estomac ?

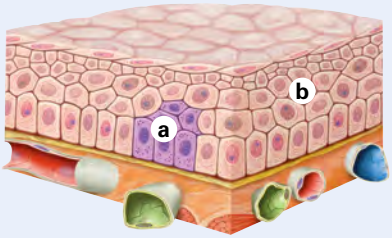
Le cancer de l'estomac est une tumeur maligne qui se forme dans cet organe. On parle de tumeur maligne lorsque des cellules se multiplient de manière incontrôlée dans un organe et forment une masse. Les tumeurs malignes peuvent envahir le tissu sain et l'endommager. Les cellules qui composent ces tumeurs sont appelées cellules cancéreuses.

Les cellules cancéreuses peuvent passer dans les vaisseaux sanguins et lymphatiques et se disséminer dans l'organisme. Lorsque des cellules cancéreuses s'accumulent à un autre endroit du corps, on parle de métastases.

Le cancer de l'estomac forme principalement des métastases dans le péritoine, les ganglions lymphatiques, le foie, les poumons et les os.

Comment se forme le cancer ?

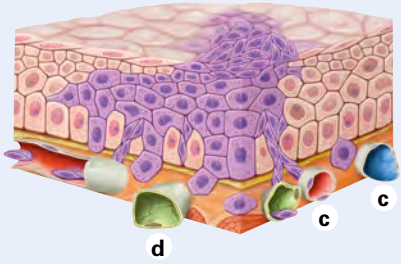
La tumeur commence à infiltrer le tissu sain.



a tumeur maligne

b tissu sain

Elle envahit le tissu voisin. Les cellules cancéreuses pénètrent dans les vaisseaux sanguins (en rouge/bleu) et lymphatiques (en vert) et parviennent ainsi dans d'autres organes, où elles forment des métastases.



c Vaisseaux sanguins

d Vaisseaux lymphatiques

Où le cancer de l'estomac peut-il encore se former ?

Une tumeur maligne peut se former dans n'importe quelle partie de l'estomac :

- Dans les cellules des muscles de la paroi de l'estomac. Les spécialistes parlent de léiomyosarcomes ou de tumeurs stromales gastro-intestinales (GIST). Les GIST font partie des sarcomes des tissus mous. Vous trouverez de plus amples informations sur ces tumeurs dans la brochure de la Ligue contre le cancer « Sarcomes des tissus mous ».
- Dans les vaisseaux lymphatiques de la paroi de l'estomac. Les spécialistes parlent de lymphomes de type MALT. Ces tumeurs se classent parmi les lymphomes à cellules B. Vous trouverez de plus amples informations sur le sujet dans la brochure de la Ligue contre le cancer « Les lymphomes à cellules B ».
- Dans les cellules qui produisent des hormones. Les spécialistes parlent de tumeurs neuro-endocrines de l'estomac.

Ces différentes formes de cancer de l'estomac ne sont pas étudiées plus en détail dans cette brochure.

Quels symptômes peuvent indiquer un cancer de l'estomac ?

Le cancer de l'estomac ne provoque souvent aucun trouble pendant longtemps. Les symptômes ci-après peuvent être le signe d'un cancer de l'estomac lorsqu'ils ne disparaissent pas après un certain temps :

- des brûlures d'estomac ;
- un manque d'appétit ;
- des difficultés à avaler ;
- des vomissements fréquents ;
- une perte de poids involontaire ;
- des selles noires ;
- une anémie due à un manque de fer dans le sang.

Si vous présentez un ou plusieurs de ces symptômes, discutez-en avec votre médecin de famille.

Qu'est-ce qui augmente le risque d'avoir un cancer de l'estomac ?

Certains éléments peuvent être à l'origine d'un cancer. Cela ne signifie pas qu'ils entraînent systématiquement un cancer ; ils augmentent simplement le risque d'en développer un.

Pourquoi un cancer apparaît-il chez une personne et pas chez une autre ? Dans la plupart des cas, on l'ignore. Il est inutile de culpabiliser : le cancer peut frapper n'importe qui.

Les principaux éléments qui peuvent augmenter le risque d'avoir un cancer de l'estomac sont :

- une inflammation de la muqueuse de l'estomac due à la bactérie *Helicobacter pylori* ;
- le vieillissement ;
- le tabagisme ;
- des cas de cancer de l'estomac dans votre proche parenté ;
- des remontées acides persistantes ; les spécialistes parlent de reflux gastro-œsophagien (GERD) ;
- une radiothérapie dans la région de l'estomac.

Vous avez souvent l'estomac enflammé ou des remontées acides ? Vous avez subi une radiothérapie dans la région de l'estomac ? Demandez conseil à votre médecin de famille.

Le cancer est-il héréditaire ?

Un petit nombre de personnes présentent une prédisposition héréditaire à certains types de cancer. Cela signifie qu'elles sont davantage susceptibles d'avoir ce cancer. Cependant, toutes les personnes porteuses d'une telle prédisposition ne développent pas la maladie.

Comment savoir si vous avez une prédisposition héréditaire au cancer ? Si plusieurs membres de votre famille ont eu un cancer de l'estomac ou si certains ont eu un cancer à un très jeune âge, abordez la question avec votre médecin de famille.

Vous trouverez de plus amples informations dans la brochure « Prédispositions héréditaires au cancer » et sur la page internet « Prédisposition génétique » de la Ligue suisse contre le cancer.

Quels examens sont réalisés pour poser le diagnostic ?

Plusieurs examens sont nécessaires pour poser le diagnostic. Les principaux sont décrits ci-après.

Les examens chez votre médecin

Votre médecin vous pose des questions sur :

- vos troubles ;
- vos habitudes alimentaires ;
- les médicaments que vous prenez.

Il palpe ensuite votre corps afin de voir s'il y a une accumulation de liquide quelque part ou si vous avez des ganglions lymphatiques enflés.

Analyses de sang et de selles

Le médecin effectue une prise de sang pour connaître votre état général et savoir si vos organes fonctionnent normalement. Un échantillon de selles est également analysé afin de voir s'il contient du sang. La présence de sang dans les selles peut en effet signaler la présence d'une tumeur.

Comment se déroule une gastroscopie ?

Pour la gastroscopie, vous devez rester quelques heures à l'hôpital ou au cabinet du spécialiste. Si vous le souhaitez, le médecin peut vous endormir pour l'examen.

Dans ce cas, vous fonctionnerez au ralenti pendant quelques heures après votre réveil. Par conséquent, vous ne devez pas vous mettre au volant d'une voiture, d'une moto ou d'un vélo. La meilleure solution est de demander à quelqu'un de venir vous chercher après la gastroscopie.

Si vous ne voulez pas que le médecin vous endorme pour l'examen, il procédera à une anesthésie locale de votre gorge. Dans ce cas, vous pourrez rentrer chez vous par vos propres moyens.

Que se passe-t-il lors de la gastroscopie ?

Le médecin introduit un tuyau souple muni d'une petite caméra par l'œsophage et le fait glisser jusque dans l'estomac. Ce tuyau est appelé gastroscope ou endoscope.

La caméra permet au médecin de visualiser l'intérieur de votre estomac.

Si le médecin repère des modifications suspectes sur la paroi interne de l'estomac, il prélève un petit morceau de tissu. On parle de prélèvement tissulaire ou de biopsie. Un spécialiste des tissus – le pathologiste – examine l'échantillon pour voir s'il contient des cellules cancéreuses.

Les examens d'imagerie médicale

Comment se déroule une échographie ?

Pour cet examen, le médecin vous demande de vous allonger sur le dos. Il fait ensuite glisser un instrument arrondi – la sonde – sur votre abdomen. L'échographie est indolore et ne dure que quelques minutes.

La sonde envoie des images sur un écran, ce qui permet au médecin de visualiser les structures de l'estomac et la tumeur.

Comment se déroule un scanner ?

Pour faire un scanner, vous devez vous rendre à l'hôpital ou dans un institut de radiologie. L'examen dure de quelques minutes à une demi-heure. Il est indolore. Le médecin ne vous endort pas et vous pouvez rentrer directement chez vous après.

Pour l'examen, vous vous allongez sur une table mobile qui se déplace dans un gros anneau. L'anneau est équipé de caméras qui prennent des images à l'aide de rayons X.

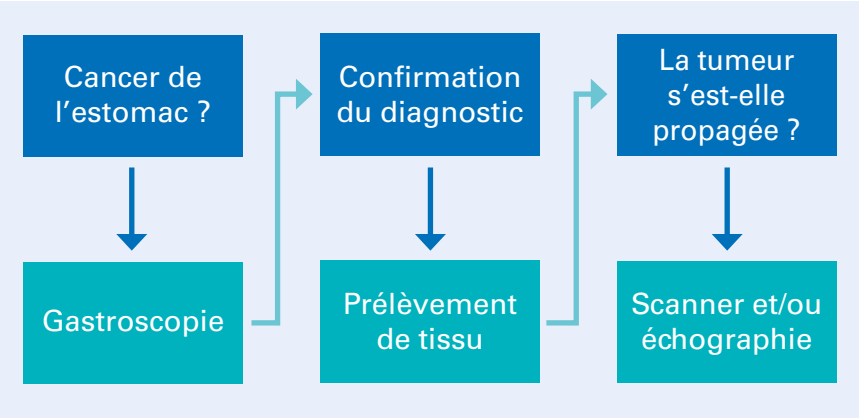
Dans certains cas, on vous donne un liquide à boire avant le scanner, ou ce liquide vous est injecté directement dans une veine. Il s'agit d'un produit de constraste qui s'accumule dans le tissu cancéreux. Cela permet au médecin de mieux voir la tumeur.

L'échographie et le scanner permettent au médecin de savoir :

- quelle taille a la tumeur ;
- si la tumeur s'est propagée dans le corps.

Dans certains cas, une tomographie par émission de positrons (TEP, aussi appelée PET-scan) est effectuée en complément pour connaître l'étendue exacte de votre cancer.

Quels sont les examens pour poser le diagnostic ?



Une fois tous les examens terminés, le médecin pourra vous dire si vous avez un cancer de l'estomac ou non.

Quel est le stade de mon cancer de l'estomac ?

Les résultats des examens permettent de savoir :

- quelle taille a la tumeur ;
- si la tumeur a envahi le tissu sain ;
- si elle s'est étendue aux ganglions lymphatiques ;
- si elle a formé des métastases.

En se basant sur ces différents éléments, le médecin peut dire à quel stade se trouve la maladie.

Pour cela, différents systèmes de classification sont utilisés. Pour le cancer de l'estomac, il y en a deux :

- la classification TNM ;
- la classification de Laurén.

La classification TNM

La classification TNM décrit l'étendue du cancer dans l'estomac, dans les ganglions lymphatiques et dans d'autres organes.

Les lettres **T, N, M** signifient :

- **T** **t**umeur
- **N** ganglions lymphatiques (de l'anglais ***n**ode* = nodule)
- **M** **m**étastases

Classification TNM (simplifiée)	
T	Les chiffres de 1 à 4 indiquent l'étendue de la tumeur. Plus le chiffre est élevé, plus la tumeur est grande ou s'est propagée.
T1	Tumeur superficielle.
T2	La tumeur a envahi la couche de muscles.
T3	La tumeur a envahi la couche de tissu conjonctif, mais pas le péritoine.
T4	La tumeur a atteint la couche de tissu conjonctif et/ou les organes voisins et d'autres parties du corps.

N	Les chiffres de 0 à 3 indiquent le nombre de ganglions lymphatiques atteints.
N0	Pas de ganglion lymphatique atteint.
N1	Un à deux ganglions lymphatiques sont atteints.
N2	Trois à six ganglions lymphatiques sont atteints.
N3	Plus de sept ganglions lymphatiques sont atteints.

M	Les chiffres 0 ou 1 indiquent s'il y a des métastases dans d'autres organes.
M0	Il n'y a pas de métastases.
M1	Il y a des métastases.

Que signifient les chiffres et les lettres indiqués par le médecin dans sa lettre ?

Si la lettre du médecin indique par exemple T2N1M0 :

T2 : la tumeur a envahi la couche de muscles.
N1 : un à deux ganglions lymphatiques sont atteints.
M0 : aucune métastase n'a été décelée.

Classification de Laurén

La classification de Laurén évalue l'agressivité de la tumeur, c'est-à-dire la vitesse à laquelle elle croît. Elle fait la distinction entre deux types :

- le type intestinal ;
- le type diffus.

Le type intestinal est moins agressif que le type diffus. Les types agressifs progressent plus rapidement, forment plus vite des métastases ou entraînent plus vite la réapparition du cancer.

Caractéristiques biologiques de la tumeur

Le pathologiste analyse le tissu cancéreux pour voir s'il présente certaines caractéristiques importantes pour le choix du traitement. Dans le cas du cancer de l'estomac, ces caractéristiques sont :

- le statut des microsatellites (stabilité ou instabilité) ;
- la protéine HER2 à la surface des cellules cancéreuses ;
- la protéine PDL1 à la surface des cellules cancéreuses.

Une fois le stade de la maladie et les caractéristiques biologiques de la tumeur connus, les médecins peuvent planifier un traitement « sur mesure ».

Comment le traitement est-il planifié ?

Le traitement est planifié dans le cadre d'une séance qui réunit des médecins de différentes disciplines, la réunion de concertation pluridisciplinaire ou *tumorboard*. Après cette séance, votre médecin traitant vous recommandera le traitement le plus indiqué dans votre cas particulier.

En fonction de quoi le traitement est-il choisi ?

Plusieurs éléments sont déterminants pour le choix du traitement :

- le stade de la maladie ;
- la vitesse à laquelle la tumeur croît ;
- les caractéristiques biologiques de la tumeur ;
- l'existence d'autres maladies ;
- votre état de santé général ;
- vos souhaits concernant la qualité de vie.

Posez vos questions

Vous pouvez poser des questions concernant le choix du traitement à n'importe quel moment. Avant de donner votre accord à un traitement, demandez des informations sur son déroulement et ses conséquences possibles. Vous avez tout à fait le droit de refuser un traitement ou de demander un temps de réflexion.

Voici des questions que vous pouvez poser au médecin ou au personnel soignant :

- L'équipe médicale a-t-elle beaucoup d'expérience dans le traitement de mon cancer ? Cela peut en effet avoir une influence sur l'évolution de la maladie et la qualité de vie.
- Quel est le meilleur traitement dans mon cas ? Quels sont les avantages et les inconvénients de ce traitement ?
- À quels effets indésirables dois-je m'attendre ? Seront-ils passagers ou durables ? Que puis-je faire pour y remédier ?
- Pourrai-je m'alimenter normalement après le traitement ?

Deuxième avis

Vous pouvez demander un deuxième avis médical à tout moment. Votre dossier sera alors transmis au médecin de votre choix.

Contrôle dentaire avant le traitement

Prenez rendez-vous chez votre dentiste avant votre traitement et demandez-lui un bilan dentaire. Il s'agit d'un document qui décrit l'état de vos dents. Il atteste que vos dents sont en bon état avant le traitement contre le cancer.

Le dentiste contrôlera également si vous avez des inflammations dans la bouche pour les soigner avant le début de votre traitement.

Pourquoi est-il important de faire un bilan dentaire ?

Les traitements contre le cancer peuvent endommager les dents. Pour que la caisse-maladie rembourse les frais de dentiste liés à ces dommages, vous avez besoin d'un bilan dentaire afin de prouver que vos dents étaient en bon état avant.

Quel est le but du traitement ?

L'objectif visé par le traitement dépend des chances de guérison. Il peut être :

- curatif ;
- palliatif.

Le traitement **curatif** a pour but la guérison. Dans le cas du cancer de l'estomac, une guérison est possible si les médecins parviennent à enlever la tumeur dans sa totalité et s'il n'y a pas de métastases.

Lorsque le cancer a formé des métastases, une guérison est peu probable. Le traitement a alors pour but de ralentir la progression de la maladie et d'assurer la meilleure qualité de vie possible. Dans ce cas, on dit qu'il est **palliatif**.

Des questions ? Adressez-vous à la ligue contre le cancer de votre canton ou appelez la Ligne InfoCancer au 0800 11 88 11.

Comment le cancer de l'estomac est-il traité ?

Le traitement se compose généralement de plusieurs thérapies. Celles-ci sont réalisées sous forme de cycles et durent souvent plusieurs semaines ou mois.

Les principales possibilités pour traiter un cancer de l'estomac sont :

- la gastroscopie avec ablation de la tumeur ;
- la chirurgie (opération) ;
- la chimiothérapie ;
- le traitement par anticorps ;
- la radiothérapie.

Ces différentes possibilités sont expliquées ci-après. Elles sont utilisées de différentes manières selon le stade de la maladie. Pour savoir quel traitement est administré et quand, lisez le chapitre « Quel traitement à quel stade ? »

Gastroscopie avec ablation de la tumeur

S'il est possible d'enlever la tumeur au cours de la gastroscopie, vous pourrez soit rentrer chez vous le même jour, soit rester quelques jours à l'hôpital. Le médecin vous endormira avant l'intervention.

Vous devez être à jeun 24 heures avant et après la gastroscopie. Cela signifie que durant tout ce temps, vous ne devez ni manger ni boire. Des liquides vous seront administrés par perfusion à la place.

Une fois que vous êtes endormi, le médecin fait glisser un tube souple (gastroscope) jusque dans l'estomac. Les instruments nécessaires pour enlever la tumeur sont introduits au moyen du gastroscope.

Quels troubles peuvent survenir ?

Après la gastroscopie, votre médecin traitant vous expliquera les points auxquels vous devez faire attention.

Opération

Pour cette opération, vous devrez rester plusieurs jours à l'hôpital. Durant l'intervention, une partie de l'estomac ou l'estomac tout entier seront enlevés.

Si le chirurgien enlève une partie de l'estomac, il relie le bout d'estomac restant à l'œsophage et à l'intestin. S'il retire tout l'estomac, il confectionne un estomac de remplacement à l'aide d'un segment d'intestin grêle et le relie à l'œsophage et au reste de l'intestin grêle.

Durant l'opération, quelques ganglions lymphatiques sont également enlevés. Ils seront examinés par le spécialiste des tissus pour voir s'ils contiennent des cellules cancéreuses.

Quels troubles peuvent survenir ?

- L'estomac de remplacement est plus petit que l'estomac naturel. Vous ne pourrez donc peut-être plus manger autant à la fois qu'auparavant. Il est préférable de faire plusieurs petits repas.
- Vous aurez peut-être du mal à savoir si vous avez faim ou si vous avez assez mangé.

Le corps s'habitue généralement très bien à un estomac plus petit ou à un nouvel estomac. Signalez les problèmes éventuels à l'équipe médicale.

La digestion ne se fait plus de la même façon après l'opération. Vous devrez par conséquent apprendre à manger différemment, même si une partie de votre estomac a pu être conservée. Pour savoir comment vous alimenter et que manger, lisez la page 33 ou adressez-vous au personnel soignant et à votre équipe diététique.

Chimiothérapie

Il existe de nombreux médicaments différents pour combattre le cancer. La chimiothérapie désigne un type particulier de médicaments contre les cellules cancéreuses.

Qu'est-ce qu'une chimiothérapie ?

Lors d'une chimiothérapie, vous recevez des médicaments qui détruisent les cellules cancéreuses dans votre corps. Dans le langage courant, on parle aussi de chimio.

Comment la chimio est elle-administrée ?

Pour la chimio, vous vous rendez à l'hôpital ou dans un cabinet médical. En principe, vous pouvez rentrer chez vous le même jour. La chimio est administrée par perfusion dans une veine.

Dans certains cas, il est aussi possible de prendre la chimio chez soi sous forme de comprimés.

Comment la chimio se déroule-t-elle ?

Vous recevez la chimio plusieurs jours de suite, puis vous faites une pause ; les médecins appellent cela un cycle. La pause est prévue pour que vous puissiez récupérer. La chimiothérapie se compose généralement de plusieurs cycles de ce type.

Quand une chimio peut-elle être utilisée ?

- Avant l'opération : la chimio permet de réduire la taille de la tumeur pour qu'elle puisse être retirée plus facilement. De plus, elle détruit les cellules cancéreuses qui se sont peut-être déjà détachées de la tumeur ; les médecins les appellent des micro-métastases.
- Après l'opération : la chimio détruit les cellules cancéreuses restantes dans le corps et augmente ainsi les chances de guérison.
- En cas de métastases : la chimio atténue les troubles et prolonge l'espérance de vie.

Quels troubles peuvent survenir ?

La chimio endommage aussi des cellules saines, mais celles-ci finissent généralement par se rétablir. Les cellules qui subissent des dégâts sont notamment :

- les cellules de la moelle osseuse ;
- les cellules responsables de la pousse des poils et des cheveux ;
- les cellules des muqueuses (bouche, intestin, vagin) ;
- les cellules sexuelles (spermatozoïdes, ovules) ;
- les cellules nerveuses.

Les troubles qui peuvent survenir sont dus aux dégâts causés aux cellules saines. Les principaux sont :

- la chute des cheveux ;
- des nausées et des vomissements ou de la diarrhée ;
- des changements au niveau du goût et de l'odeur des repas ;
- des fourmillements dans les doigts et les orteils ;
- des inflammations fréquentes.

Après la chimio, un grand nombre de ces troubles disparaissent. Certains peuvent toutefois durer un certain temps.

Vous trouverez de plus amples informations sur la chimio dans la brochure de la Ligue contre le cancer « Les traitements médicamenteux du cancer ».

Des problèmes ?

L'équipe médicale sait comment traiter ces troubles. Demandez-lui également quels problèmes vous devez lui signaler immédiatement.

Puis-je avoir des enfants malgré la chimio ?

La chimio peut endommager ou détruire les ovules ou les spermatozoïdes. Cela signifie que vous ne pouvez plus avoir d'enfant par les voies naturelles.

Si vous souhaitez fonder une famille, parlez-en à votre médecin avant le début du traitement, même si ce projet n'est pas pour tout de suite.

Durant la chimio, il est important que vous utilisiez un moyen de contraception, car les ovules ou les spermatozoïdes endommagés peuvent entraîner des malformations chez l'embryon ou le foetus.

Traitement par anticorps

Outre la chimiothérapie, on utilise des anticorps pour traiter le cancer de l'estomac.

Qu'est-ce qu'un traitement par anticorps ?

Les anticorps sont des protéines qui font partie de notre système immunitaire. Ils se lient sélectivement à certaines caractéristiques biologiques de la tumeur.

Comment le traitement par anticorps est-il administré ?

Pour un traitement par anticorps, vous devez vous rendre à l'hôpital. En principe, vous pouvez rentrer chez vous le même jour. Vous recevez les anticorps par perfusion dans une veine.

Quand un traitement par anticorps peut-il être utilisé ?

- Lors d'un cancer de l'estomac avec instabilité des microsatellites. Le traitement par anticorps est alors utilisé comme seule thérapie.
- Lors d'un cancer de l'estomac avec stabilité des microsatellites et protéine PDL1 à la surface des cellules. Le traitement par anticorps est alors combiné avec une chimiothérapie.
- Lors d'un cancer de l'estomac avec la protéine HER2 à la surface des cellules. Le traitement par anticorps est alors associé à une chimiothérapie.

Quels troubles peuvent survenir ?

Les anticorps peuvent également endommager des cellules saines, ce qui provoque des effets indésirables. L'équipe médicale vous informera sur les troubles possibles.

Radiothérapie

Qu'est-ce qu'une radiothérapie ?

La radiothérapie consiste à diriger des rayons de manière ciblée sur la tumeur ou les métastases à travers la peau depuis l'extérieur. Ces rayons détruisent les cellules cancéreuses.

Comment la radiothérapie est-elle administrée ?

Pour la radiothérapie, vous vous rendez à l'hôpital cinq fois par semaine. L'irradiation elle-même ne dure que quelques minutes. Vous pouvez ensuite rentrer chez vous.

Quand une radiothérapie peut-elle être utilisée ?

Dans le cas d'un cancer de l'estomac, la radiothérapie est généralement administrée après l'opération. Elle est parfois associée à une chimiothérapie. Les spécialistes parlent alors de radiochimiothérapie.

Quels troubles peuvent survenir ?

- une décheresse ou une rougeur de la peau à l'endroit où elle a été exposée aux rayons ;
- des difficultés à avaler si l'œsophage a été irradié ;
- des nausées ;
- de la diarrhée ou des crampes d'estomac.

Ces troubles disparaissent généralement à la fin de la radiothérapie.

Des problèmes ?

Lisez le chapitre « Que faire en cas d'effets indésirables » ou demandez à l'équipe médicale ce que vous pouvez faire ; elle vous expliquera comment soulager vos troubles.

Vous trouverez de plus amples informations dans la brochure de la Ligue contre le cancer « La radiothérapie ».

Traitement dans le cadre d'une étude clinique

La science développe constamment de nouveaux traitements contre le cancer. Dans le cadre des études cliniques, les chercheurs examinent si une nouvelle thérapie est plus efficace que les traitements utilisés jusque-là.

Souhaitez-vous participer à une étude clinique ?

Renseignez-vous auprès de votre médecin traitant pour savoir si vous pouvez participer à une étude clinique. Vous pouvez également effectuer une recherche sur le portail www.kofam.ch pour voir s'il y a une étude en cours en relation avec votre cancer.

Vous trouverez de plus amples informations auprès de votre équipe médicale ou dans la brochure « Thérapie anticancéreuse dans le cadre d'une étude clinique » (voir p. 44).

Médecines complémentaires

Utilisées pour compléter le traitement médical conventionnel, les médecines complémentaires peuvent améliorer l'état général et la qualité de vie pendant et après un traitement contre le cancer.

Elles contribuent à renforcer l'organisme et peuvent rendre les effets indésirables plus supportables. En règle générale, elles n'ont pas d'effet sur le cancer de l'estomac lui-même.

Important : N'utilisez aucun traitement de la médecine complémentaire sans en parler au préalable avec votre médecin.

Même s'ils paraissent inoffensifs, certains produits peuvent interférer avec votre traitement contre le cancer et en renforcer ou en affaiblir l'effet.

Vous trouverez de plus amples informations dans la brochure de la Ligue contre le cancer « Les médecines complémentaires ».

Quel traitement à quel stade ?

L'essentiel en bref

Si votre cancer de l'estomac n'a pas formé de métastases, vous recevrez en principe une chimiothérapie avant l'opération, puis à nouveau après celle-ci.

Si votre cancer de l'estomac a formé des métastases, vous recevrez une chimio et/ou un traitement par anticorps et/ou une radiothérapie.

Selon le stade de la maladie, d'autres traitements sont possibles.

Le traitement au stade précoce

Au stade précoce, les traitements suivants sont possibles :

- Une gastroscopie avec ablation de la tumeur. Cette solution est toutefois l'exception. Il est en effet rare que le cancer de l'estomac soit découvert suffisamment tôt pour qu'une gastroscopie permette d'enlever toute la tumeur.
- Une opération pour enlever la tumeur ; les ganglions lymphatiques sont également retirés durant l'intervention chirurgicale.
- Une chimiothérapie avant et après l'opération.

Le traitement au stade avancé

Au stade avancé, les traitements suivants sont possibles :

- Une chimiothérapie et/ou un traitement par anticorps pour réduire la taille de la tumeur ou des métastases.
- Une radiothérapie pour réduire la taille de la tumeur ou des métastases.
- Une radiothérapie ou une chimio et/ou un traitement par anticorps pour soulager les douleurs causées par des métastases.
- Une opération pour réduire la taille de la tumeur ou des métastases.

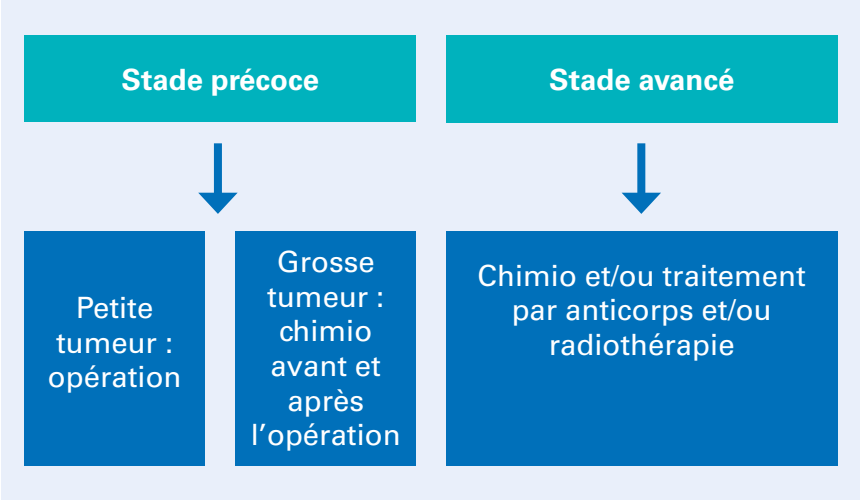
Soins palliatifs

Si votre cancer de l'estomac ne peut plus être guéri, vous serez pris en charge en tenant compte de vos besoins sur le plan médical, social, psychologique et spirituel ; on parle de soins palliatifs.

Adressez-vous suffisamment tôt à l'équipe médicale pour qu'une prise en charge palliative puisse être mise en place.

La ligue contre le cancer de votre canton et la Ligne InfoCancer peuvent vous aider à planifier une prise en charge palliative. Vous trouverez les adresses et numéros de téléphone à partir de la page 46.

Les traitements varient en fonction du stade de la maladie.



Que faire en cas d'effets indésirables ?

L'essentiel en bref

- Prenez vos médicaments conformément aux instructions de votre médecin.
- Faites appel à des mesures comme la physiothérapie.
- Signalez les effets indésirables à l'équipe médicale.
- Adressez-vous à l'équipe médicale si quelque chose n'est pas clair.

Des médicaments ou d'autres mesures (la physiothérapie, par ex.) permettent de traiter de nombreux effets indésirables. Votre médecin sait quels effets indésirables risquent de survenir. Il vous donnera par conséquent des médicaments à l'avance pour les soulager. Pour qu'ils soient pleinement efficaces, vous devez les prendre en respectant les instructions que vous avez reçues.

En cas d'effets indésirables importants, contactez votre médecin pour voir s'il est nécessaire d'interrompre le traitement.

Prudence avec les produits en auto-médication

Ne prenez pas un médicament qui ne vous a pas été prescrit sans en parler d'abord à l'équipe médicale. Cela vaut aussi pour les crèmes, comprimés effervescents et remèdes utilisés en médecine complémentaire. Même si ces produits paraissent naturels ou inoffensifs, ils peuvent interférer avec votre traitement et en renforcer ou en affaiblir l'effet. Si vous souhaitez faire appel à la médecine complémentaire, demandez conseil à l'équipe médicale.

Conseils pour remédier aux effets indésirables les plus courants

Nausées et vomissements

Vous recevrez des médicaments contre les nausées et les vomissements avant le début de votre chimiothérapie. Il est préférable de les prendre avant le traitement. L'acupuncture peut également vous soulager.

Diarrhée

Les médicaments traitent la diarrhée. Voici d'autres conseils :

- Évitez les mets gras et très épicés.
- Évitez les mets qui provoquent des ballonnements (aussi la salade ou les légumes crus).
- Renoncez à l'alcool et au café.
- Buvez beaucoup (de l'eau ou de la tisane non sucrée).

Fièvre

Si vous avez de la fièvre après la chimio, consultez immédiatement votre médecin traitant. La fièvre peut être le signe d'une infection qu'il est nécessaire de traiter.

Anémie

Si vous avez de l'anémie, cela signifie que vous avez trop peu de globules rouges. Les préparations de fer et de vitamines permettent de corriger ce problème. L'équipe médicale tirera au clair les raisons de votre anémie et vous prescrira un traitement en conséquence.

Si vous crachez du sang ou si vous avez du sang dans les selles, consultez immédiatement votre médecin.

Carence en vitamine B12

L'estomac est le seul organe qui fabrique la substance nécessaire à l'absorption de la vitamine B12. Vous devrez donc recevoir régulièrement des injections de vitamine B12.

Inflammations de la muqueuse buccale

Une hygiène buccale irréprochable est indipensable ; faites régulièrement des bains de bouche et brossez vos dents en douceur. Il est conseillé de ne pas fumer.

Fatigue

Un programme d'activité physique ciblé peut vous aider à lutter contre la fatigue liée à votre cancer. Vous trouverez de plus amples informations dans les brochures de la Ligue contre le cancer « Fatigue et cancer » et « Activité physique et cancer ».

Syndrome main-pied

Pour remédier à ce problème, il est nécessaire de soigner votre peau de manière adéquate.

Que faire en cas de douleurs ?

Si vous avez des douleurs, signalez-les à l'équipe médicale. Il est essentiel d'exploiter toute la palette de possibilités à disposition pour vous soulager. Le personnel spécialisé dans le traitement de la douleur est là pour vous soutenir.

Il existe différentes possibilités pour combattre les douleurs :

- des médicaments ;
- une opération ;
- une radiothérapie ;
- une chimiothérapie.

D'autres mesures peuvent aussi vous soulager :

- l'acupuncture ;
- la physiothérapie ;
- l'activité physique et sportive ;
- la méditation, l'entraînement autogène ;
- une prise en charge psycho-oncologique, une psychothérapie.

Vous trouverez des informations détaillées sur le sujet dans la brochure « Les douleurs liées au cancer et leur traitement » (voir p. 42).

Que faire en cas de difficultés alimentaires ?

À l'hôpital, vous bénéficierez déjà d'une consultation diététique si vous avez des difficultés d'ordre alimentaire.

Pour que la consultation diététique soit remboursée par la caisse-maladie, les conditions suivantes doivent être remplies :

- la consultation vous a été prescrite par le médecin ;
- le diététicien est reconnu par la caisse-maladie.

Vous trouverez de plus amples informations sur la consultation diététique à la page 41.

Conseils lors de difficultés alimentaires

- Mangez un peu moins qu'avant à chaque repas. Vous avez un estomac plus petit ou un estomac de remplacement ; tous deux peuvent contenir moins de nourriture.
- Fractionnez la prise de nourriture en plusieurs petits repas, de préférence six à huit par jour.
- Mangez lentement, en mâchant bien.
- Essayez un seul nouvel aliment à la fois. Tenir un journal de ce que vous mangez peut vous aider à trouver ce que vous supportez bien et ce qui provoque des problèmes.
- Demandez à votre médecin des médicaments qui facilitent la digestion.
- Pour vous assurer toutes les substances nutritives importantes, prenez également des préparations spéciales ou des médicaments. Vous éviterez ainsi les carences.
- Pratiquez une activité physique.
- Si nécessaire, demandez conseil à un psycho-oncologue.
- Signalez toute perte de poids involontaire à l'équipe médicale.

En règle générale, les difficultés alimentaires s'atténuent avec le temps, car le corps s'habitue aux changements.

Que faire en cas de syndrome de chasse ?

Après l'opération, vous souffrirez peut-être du syndrome de chasse. En effet, le bol alimentaire traverse plus rapidement votre estomac, ce qui peut déclencher différents troubles ; on regroupe ces problèmes sous le nom de « syndrome de chasse ». Signalez impérativement ces troubles à votre médecin.

Le syndrome de chasse précoce

Le bol alimentaire traverse rapidement l'estomac et s'accumule dans l'intestin grêle. Il doit alors être dilué pour pouvoir être acheminé plus loin. Pour ce faire, le corps envoie de l'eau dans l'intestin grêle.

Comme cette eau est retirée de la circulation sanguine et des organes, la pression sanguine chute et vous pouvez avoir des vertiges ou vous sentir mal.

Lorsque le bol alimentaire s'accumule en grande quantité dans l'intestin grêle, cela peut distendre celui-ci et provoquer de violents maux de ventre.

Ces problèmes se produisent environ 15 à 30 minutes après le repas.

Comment prévenir le syndrome de chasse précoce ?

- Faites six à huit petits repas répartis sur la journée.
- Ne mangez **pas** d'en-cas salés (chips, cacahuètes salées) ou très sucrés (sorbets, boissons sucrées, caramel).
- Après le repas, allongez-vous une demi-heure ou mangez couché.
- Buvez 20 minutes avant ou après le repas, mais pas en mangeant.
- Prenez le temps de manger en mastiquant bien.

Le syndrome de chasse tardif

Il arrive qu'une trop grande quantité de sucre parvienne dans l'intestin grêle avec le bol alimentaire sans être digéré. Cela peut déclencher une réaction en chaîne dans votre corps : le sucre arrive dans la circulation sanguine, ce qui provoque une augmentation rapide du taux de sucre dans le sang. Le corps réagit en relâchant une très grande quantité d'insuline pour éliminer ce sucre.

Parfois, le corps relâche trop d'insuline. Dans ce cas, tout le sucre contenu dans le sang est éliminé, ce qui peut provoquer une hypoglycémie, c'est-à-dire un taux de sucre trop bas dans le sang. Vous vous mettez à trembler et à transpirer, vous avez des vertiges et vous vous sentez mal.

Comment prévenir le syndrome de chasse tardif ?

- Vous pouvez prendre les mêmes mesures que pour le syndrome de chasse précoce.
- Consommez toujours les féculents (les aliments riches en amidon) avec des aliments riches en protéines et en graisses et avec de la salade et des légumes. Les féculents sont par exemple les bouillies de céréales, le pain, les pâtes, le riz, les pommes de terre et la polenta.

Que se passe-t-il après les traitements ?

À la fin des traitements, il peut être utile de prendre contact avec la Ligue contre le cancer ou un autre professionnel pour obtenir un soutien (voir à partir de la p. 46).

Discutez avec votre médecin des mesures qui pourraient vous faire du bien. Il pourra vous dire ce qui peut être utile dans votre cas et vous indiquer ce qui est remboursé par la caisse-maladie.

Le suivi médical

Au terme des traitements, vous devrez vous soumettre à des contrôles réguliers. Ces contrôles visent à :

- identifier et atténuer les séquelles de la maladie ou les effets secondaires du traitement ;
- déceler et traiter rapidement une récidive (c'est-à-dire la réapparition de votre cancer) ou des métastases.

La réadaptation oncologique

La réadaptation englobe tous les traitements qui vous aident à vous rétablir. Lorsqu'elle est spécifiquement destinée aux personnes touchées par le cancer, on parle de réadaptation oncologique.

Quels types de réadaptation existe-t-il ?

La réadaptation peut être stationnaire ; vous passez alors plusieurs semaines dans un hôpital spécialisé. Elle peut aussi être ambulatoire : dans ce cas, vous avez des rendez-vous réguliers dans un hôpital ou un cabinet spécialisé pendant douze semaines. La réadaptation peut se faire avant, pendant ou après les traitements.

Si vous aimeriez faire de la réadaptation, parlez-en à votre médecin. La Ligue contre le cancer fournit également des informations sur le sujet sur son site internet ou dans sa brochure « Réadaptation oncologique ».

Qui paie la réadaptation ?

En principe, l'assurance-maladie de base rembourse la réadaptation. Il y a toutefois une différence entre la réadaptation ambulatoire et la réadaptation stationnaire :

- Réadaptation ambulatoire : lorsque la réadaptation est prescrite par le médecin, la caisse-maladie prend les coûts en charge.
- Réadaptation stationnaire : le médecin doit d'abord faire une demande auprès de la caisse-maladie pour s'assurer qu'elle remboursera les coûts.

Où trouver de l'aide au quotidien ?

Si vous avez besoin de soins ou de soutien à votre retour chez vous, vous pouvez demander à votre médecin de vous prescrire une aide à domicile. Le personnel des services de soins à domicile est formé pour cela et peut vous épauler pour les activités suivantes :

- la toilette ;
- le lever et le coucher ;
- la préparation des médicaments ;
- les soins des plaies ;
- le traitement de la douleur.

Certains services de soins à domicile sont spécialisés dans la prise en charge des personnes touchées par le cancer. Vous les reconnaîtrez à leur nom ; il comporte la mention « oncologique » ou « palliatif ».

Qui paie les soins à domicile ?

L'assurance-maladie de base rembourse les prestations qui concernent les soins.

Vous pouvez demander d'autres prestations aux services de soins à domicile, par exemple de l'aide pour faire vos courses ou votre ménage ou encore pour vous rendre chez le médecin. Ces prestations ne sont toutefois pas remboursées par l'assurance de base.

La reprise du travail

Planifiez soigneusement votre retour au travail avec le service du personnel de votre employeur. Au début, il sera peut-être nécessaire d'aménager vos tâches ou de réduire vos horaires de travail.

Si vous avez des questions, les ligues cantonales contre le cancer sont là pour vous aider. Vous trouverez les adresses des services de consultation près de chez vous à partir de la page 46.

Où trouver conseils et informations ?

Votre ligue cantonale ou régionale contre le cancer

Vous et vos proches y trouverez conseils, accompagnement et soutien. Elle propose notamment :

- des entretiens individuels ;
- une aide pour régler les questions d'assurances ou les problèmes financiers ;
- son soutien pour remplir des directives anticipées ;
- des indications pour touver des cours ;
- les démarches pour vous aiguiller vers un spécialiste, par exemple pour une thérapie complémentaire, la garde des enfants ou une consultation de sexologie.

La Ligne InfoCancer 0800 11 88 11

Du lundi au vendredi, de 10 h à 18 h, une conseillère spécialisée ou un conseiller spécialisé vous écoute et répond à vos questions autour de la maladie. Elle ou il vous informe sur les mesures que vous pouvez prendre. Vous pouvez aborder ensemble vos angoisses et vos incertitudes et faire part de votre expérience personnelle. Elle ou il peut également vous fournir les adresses des hôpitaux et des centres spécialisés dans le traitement de votre cancer près de chez vous.

L'appel et les renseignements sont gratuits. L'équipe est aussi atteignable par courriel (helpline@liguecancer.ch) ou sur Skype (krebstelefon.ch).

La Cancerline, le chat en ligne sur le cancer

Sous www.liguecancer.ch/cancerline, les enfants, les adolescents et les adultes peuvent converser en direct avec une conseillère spécialisée ou un conseiller spécialisé (lundi – vendredi, 10 h – 18 h) pour s'informer sur la maladie ou simplement trouver une oreille attentive.

La Ligne stop-tabac 0848 000 181

Des conseillères spécialisées vous renseignent et vous soutiennent dans votre démarche d'arrêt du tabac. Si vous le souhaitez, des entretiens de suivi gratuits sont possibles. Vous trouverez de plus amples informations sous : www.ligne-stop-tabac.ch.

Les cours

Les ligues cantonales et régionales contre le cancer organisent des cours à l'intention des personnes touchées et de leurs proches dans différentes régions de Suisse : www.liguecancer.ch/cours.

Les échanges avec d'autres personnes touchées

Discuter avec des personnes qui ont traversé des épreuves semblables pour voir comment elles gèrent certaines situations ou connaître leurs expériences qu'elles ont faites peut vous redonner du courage.

Vous pouvez échanger sur le thème du cancer, par exemple sur des **forums en ligne** comme celui de la Ligue contre le cancer : www.forumcancer.ch.

Vous pouvez aussi rejoindre un **groupe d'entraide.** Le dialogue est souvent plus facile avec des personnes qui connaissent les mêmes difficultés.

Adressez-vous à votre ligue cantonale ou régionale contre le cancer. Elle vous renseignera sur les groupes d'entraide, les groupes de parole ou les offres de cours pour les personnes touchées et les proches. Vous pouvez également chercher un groupe d'entraide près de chez vous sur le site www.infoentraidesuisse.ch.

Les services de soins à domicile

De nombreux cantons proposent des services d'aide et de soins à domicile. Certains sont spécialisés dans l'accompagnement des personnes touchées par le cancer. Le plus simple est de vous renseigner auprès de votre ligue cantonale ou régionale contre le cancer.

Les conseils nutritionnels

De nombreux hôpitaux proposent des consultations diététiques. Il existe par ailleurs des spécialistes indépendants qui collaborent généralement avec l'équipe soignante et qui sont regroupés en une association :

Association suisse des diététicien-ne-s (ASDD)
Altenbergstrasse 29
Case postale 686
3000 Berne 8
Tél. 031 313 88 70
service@svde-asdd.ch

Sur la page d'accueil de l'association, sous « liste des diététicien-ne-s », vous trouverez un lien pour chercher l'adresse d'un ou une spécialiste dans votre canton : www.svde-asdd.ch.

Médecine palliative, soins et accompagnement

Les soins palliatifs s'adressent aux personnes dont le cancer ne peut plus être guéri et dont la maladie progresse. Les soins palliatifs ont pour but de leur apporter la meilleure qualité de vie possible.

palliative.ch, la Société suisse de médecine et de soins palliatifs, s'efforce de garantir une prise en charge professionnelle partout en Suisse, indépendamment de votre type de maladie.

palliative ch
Bubenbergplatz 11
3011 Berne
Tél. 031 310 02 90
info@palliative.ch
www.palliative.ch

La carte vous donne une vue d'ensemble des offres de soins palliatifs proposées en Suisse qui répondent à des normes de qualité élevées : www.cartepalliative.ch.

Votre équipe soignante

Elle regroupe l'ensemble des spécialistes qui s'occupent de votre traitement, vous soutiennent et vous accompagnent durant votre maladie. L'équipe est là pour vous conseiller lors de problèmes liés à votre cancer ou aux traitements. Elle peut également vous renseigner sur les mesures utiles pour faciliter votre rétablissement.

Conseils ou thérapie psycho-oncologiques

Les spécialistes en psycho-oncologie aident les personnes touchées et leurs proches à faire face au cancer et aux difficultés qui y sont liées.

Ces personnes ont suivi une formation complémentaire en psycho-oncologie et sont issues de diverses disciplines : médecine, psychologie, soins infirmiers, travail social, accompagnement spirituel ou religieux.

Vous trouverez des adresses de spécialistes dans votre région sous www.ligue-cancer.ch/psychooncologie.

Brochures de la Ligue contre le cancer

- **La chirurgie du cancer**
- **Les traitements médicamenteux du cancer : Chimiothérapies et autres traitements**
- **Les traitements anticancéreux par voie orale : Médication à domicile**
- **Immunothérapie par inhibiteurs de points de contrôle immunitaire : Que faire en cas d'effets indésirables ?**
- **La radiothérapie**
- **Les médecines complémentaires**
- **Les douleurs liées au cancer et leur traitement**
- **Journal des douleurs**
- **DOLOMETER® VAS**
  Réglette pour évaluer l'intensité de la douleur
- **Fatigue et cancer : Identifier les causes, chercher des solutions**
- **Alimentation et cancer**
- **L'œdème lymphatique en cas de cancer**

- **Soigner son apparence durant et après la thérapie**
- **Cancer et sexualité au féminin**
- **Cancer et sexualité au masculin**
- **Cancer et souffrance psychique : Le cancer touche la personne dans sa totalité**
- **Réadaptation oncologique**
- **Activité physique et cancer : Retrouver confiance en son corps grâce au mouvement**
- **Proches aidants et cancer : Conseils pour faire face**
- **Quand le cancer touche les parents : En parler aux enfants**
- **Mon père ou ma mère a un cancer** Réponses et conseils pour adolescents
- **Prédispositions héréditaires au cancer**
- **Décider jusqu'au bout : Comment établir mes directives anticipées ?**
- **Directives anticipées de la Ligue contre le cancer : Mes volontés en cas de maladie et de décès**
- **Mon cancer ne va pas guérir : que faire ?**
- **Le temps du deuil : Lorsqu'un être aimé meurt d'un cancer**

Ces brochures et toutes celles qui figurent à notre catalogue ont notamment pour sujet les principaux types de cancer, les thérapies, les symptômes liés au cancer, les modifications du corps. Elles sont gratuites et téléchargeables. La Ligue suisse contre le cancer et votre ligue cantonale et régionale peuvent vous les offrir grâce au généreux soutien de leurs donatrices et donateurs.

Commandes

- Ligue contre le cancer de votre canton
- Tél. 0844 85 00 00
- boutique@liguecancer.ch
- www.liguecancer.ch/brochures

Lisez et commandez toutes les brochures **en ligne.**

Votre avis nous intéresse

Vous avez un commentaire à faire sur nos brochures ? Remplissez le questionnaire dans cette brochure ou à l'adresse www.liguecancer.ch/brochures. Votre opinion nous est précieuse !

Autres brochures

« Thérapie anticancéreuse dans le cadre d'une étude clinique », 2015, à commander auprès du Groupe suisse de recherche clinique sur le cancer (SAKK), tél. 031 389 91 91, sakkcc@sakk.ch, www.sakk.ch

Internet

Offres de la Ligue contre le cancer

www.forumcancer.ch
Forum internet de la Ligue contre le cancer

www.liguecancer.ch
Site de la Ligue suisse contre le cancer avec des liens vers les ligues cantonales et régionales

www.liguecancer.ch/cancerline
Le chat pour les enfants, les adolescents et les adultes

www.liguecancer.ch/cours
La Ligue contre le cancer propose des cours de réadaptation pour mieux vivre avec la maladie au quotidien

www.liguecancer.ch/readaptation-oncologique
Carte des offres en réadaptation oncologique dans toute la Suisse

www.liguecancer.ch/teens
Informations destinée aux enfants et adolescents

www.liguecancer.ch/psychooncologie
Banque de données regroupant les spécialistes du soutien psycho-oncologique.

Autres institutions ou sites spécialisés

www.avac.ch
L'association « Apprendre à vivre avec le cancer » organise des cours pour les personnes touchées et leurs proches.

www.chuv.ch/oncologie
Site du département d'oncologie du Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV)

www.chuv.ch/fertilite
Unité de médecine de la reproduction du CHUV.

www.cipa-igab.ch
La Communauté d'intérêts proches aidant·e·s regroupe de nombreux membres dont la Ligue contre le cancer. Vous trouverez en cliquant sur « Liens utiles » des services qui vous aident au quotidien et peuvent vous soulager. L'association faîtière a notamment pour mission de relayer auprès du monde politique les demandes.

www.fertionco.ch
Ce site vous propose des informations sur la préservation de la fertilité ainsi qu'une aide à la décision.

www.hug-ge.ch/centre-cancers
Site du département d'oncologie des Hôpitaux universitaires genevois (HUG)

www.hug-ge.ch/medecine-reproduction-endocrinologie-gynecologique
Cette unité des HUG propose une consultation spécialisée sur la préservation de la fertilité
www.kofam.ch
Portail de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) est consacré aux études cliniques en Suisse
www.infoentraidesuisse.ch
Sur le site de la fondation Info-Entraide Suisse, vous pouvez chercher un groupe d'entraide proche de chez vous.
www.palliative.ch
Société suisse de médecine et de soins palliatifs

Sites en anglais

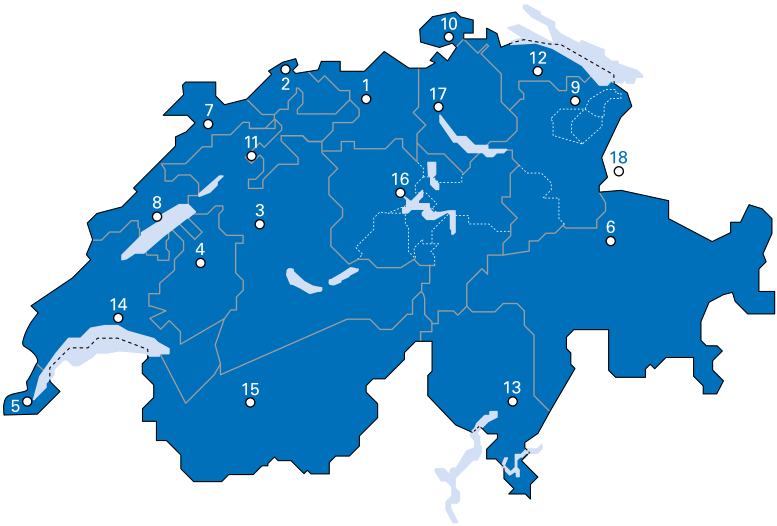
www.cancer.org
American Cancer Society
www.cancer.gov
National Cancer Institute USA
www.cancer.net
American Society of Clinical Oncology
www.cancerresearchuk.org
Independent cancer research and awareness charity.
www.cancersupport.ch
Site de l'ESCA (English speaking cancer association) : il s'adresse aux anglophones et à leurs proches résidant en Suisse
www.macmillan.org.uk
A non-profit cancer information service.

Sources

Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF) (2019). S3-Leitlinie Magenkarzinom, Langversion 2.0, 2019 AWMF Registernummer: 032/009OL, http://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/leitlinien/magenkarzinom/

Marguelies, A., Kroner, T., Gaisser, A. & Irène Bachmann-Mettler (Hrsg.) (2017). Onkologische Krankenpflege. Springer. 6. Auflage.

La ligue contre le cancer de votre région offre conseils et soutien



1 Krebsliga Aargau
Kasernenstrasse 25
Postfach 3225
5001 Aarau
Tel. 062 834 75 75
admin@krebsliga-aargau.ch
www.krebsliga-aargau.ch
IBAN: CH57 30000 00150 01212 17

2 Krebsliga beider Basel
Petersplatz 12
4051 Basel
Tel. 061 319 99 88
info@klbb.ch
www.klbb.ch
IBAN: CH11 0900 0000 4002 8150 6

3 Krebsliga Bern
Ligue bernoise contre le cancer
Schwanengasse 5/7
Postfach
3001 Bern
Tel. 031 313 24 24
info@krebsligabern.ch
www.krebsligabern.ch
IBAN: CH23 0900 0000 3002 2695 4

4 Ligue fribourgeoise contre le cancer
Krebsliga Freiburg
route St-Nicolas-de-Flüe 2
case postale
1701 Fribourg
tél. 026 426 02 90
info@liguecancer-fr.ch
www.liguecancer-fr.ch
IBAN: CH49 0900 0000 1700 6131 3

5 Ligue genevoise contre le cancer
11, rue Leschot
1205 Genève
tél. 022 322 13 33
ligue.cancer@mediane.ch
www.lgc.ch
IBAN: CH80 0900 0000 1200 0380 8

6 Krebsliga Graubünden
Ottoplatz 1
Postfach 368
7001 Chur
Tel. 081 300 50 90
info@krebsliga-gr.ch
www.krebsliga-gr.ch
IBAN: CH97 0900 0000 7000 1442 0

7 Ligue jurassienne contre le cancer
rue des Moulins 12
2800 Delémont
tél. 032 422 20 30
info@ljcc.ch
www.liguecancer-ju.ch
IBAN: CH13 0900 0000 2500 7881 3

8 Ligue neuchâteloise contre le cancer
faubourg du Lac 17
2000 Neuchâtel
tél. 032 886 85 90
LNCC@ne.ch
www.liguecancer-ne.ch
IBAN: CH23 0900 0000 2000 6717 9

9 Krebsliga Ostschweiz
SG, AR, AI, GL
Flurhofstrasse 7
9000 St. Gallen
Tel. 071 242 70 00
info@krebsliga-ostschweiz.ch
www.krebsliga-ostschweiz.ch
IBAN: CH29 0900 0000 9001 5390 1

10 Krebsliga Schaffhausen
Mühlentalstrasse 84
8200 Schaffhausen
Tel. 052 741 45 45
info@krebsliga-sh.ch
www.krebsliga-sh.ch
IBAN: CH65 0900 0000 8200 3096 2

11 Krebsliga Solothurn
Wengistrasse 16
Postfach 531
4502 Solothurn
Tel. 032 628 68 10
info@krebsliga-so.ch
www.krebsliga-so.ch
IBAN: CH73 0900 0000 4500 1044 7

12 Krebsliga Thurgau
Bahnhofstrasse 5
8570 Weinfelden
Tel. 071 626 70 00
info@tgkl.ch
www.tgkl.ch
IBAN: CH58 0483 5046 8950 1100 0

13 Lega cancro Ticino
Piazza Nosetto 3
6500 Bellinzona
Tel. 091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch
www.legacancro-ti.ch
IBAN: CH19 0900 0000 6500 0126 6

14 Ligue vaudoise contre le cancer
place Pépinet 1
1003 Lausanne
tél. 021 623 11 11
info@lvc.ch
www.lvc.ch
IBAN: CH89 0024 3243 4832 0501 Y

15 Ligue valaisanne contre le cancer Krebsliga Wallis
Siège central:
rue de la Dixence 19
1950 Sion
tél. 027 322 99 74
info@lvcc.ch
www.lvcc.ch
Beratungsbüro:
Spitalzentrum Oberwallis
Überlandstrasse 14
3900 Brig
Tel. 027 604 35 41
Mobile 079 644 80 18
info@krebsliga-wallis.ch
www.krebsliga-wallis.ch
IBAN: CH73 0900 0000 1900 0340 2

16 Krebsliga Zentralschweiz LU, OW, NW, SZ, UR, ZG
Löwenstrasse 3
6004 Luzern
Tel. 041 210 25 50
info@krebsliga.info
www.krebsliga.info
IBAN: CH61 0900 0000 6001 3232 5

17 Krebsliga Zürich
Freiestrasse 71
8032 Zürich
Tel. 044 388 55 00
info@krebsligazuerich.ch
www.krebsligazuerich.ch
IBAN: CH77 0900 0000 8000 0868 5

18 Krebshilfe Liechtenstein
Im Malarsch 4
FL-9494 Schaan
Tel. 00423 233 18 45
admin@krebshilfe.li
www.krebshilfe.li
IBAN: LI98 0880 0000 0239 3221 1

Ligue suisse contre le cancer

Effingerstrasse 40
case postale
3001 Berne
tél. 031 389 91 00
www.liguecancer.ch
IBAN: CH95 0900 0000 3000 4843 9

Brochures

tél. 0844 85 00 00
boutique@liguecancer.ch
www.liguecancer.ch/brochures

Forum

www.forumcancer.ch, le forum internet de la Ligue contre le cancer

Cancerline

www.liguecancer.ch/cancerline, le chat sur le cancer pour les enfants, les adolescents et les adultes
du lundi au vendredi
11 h–16 h

Skype

krebstelefon.ch
du lundi au vendredi
11 h–16 h

Ligne stop-tabac

tél. 0848 000 181
max. 8 cts/min.
(sur réseau fixe)
du lundi au vendredi
11 h–19 h

Vos dons sont les bienvenus.

Ligne InfoCancer 0800 11 88 11

du lundi au vendredi
9 h–19 h
appel gratuit
helpline@liguecancer.ch

Unis contre le cancer

La Ligue contre le cancer œuvre en faveur d'un monde où …

… le cancer frappe moins souvent,

… il engendre moins de souffrances et moins de décès,

… l'on puisse en guérir plus souvent,

… les malades et leurs proches trouvent aide et réconfort dans toutes les phases de la maladie ainsi qu'en fin de vie.

Cette brochure vous est remise par votre Ligue contre le cancer, qui se tient à votre disposition avec son éventail de prestations de conseil, d'accompagnement et de soutien. Vous trouverez à l'intérieur les adresses de votre ligue cantonale ou régionale.

Grâce à vos dons, nos brochures sont gratuites.

Faites un don avec TWINT :

Scannez le code QR avec l'app TWINT.

Saisir le montant et confirmer le don.

Ou en ligne sur www.liguecancer.ch/dons.