



Après un diagnostic de cancer colorectal



Le cancer colorectal, ou cancer du côlon-rectum, se développe dans le colon ou le rectum, qui font partie du système digestif. Lors de la digestion, le colon absorbe l'eau et transforme les aliments non digérés en déchets solides (les selles). Ensuite, les selles sont conservées dans le rectum jusqu'à ce qu'elles soient éliminées du corps lors de la défécation. Si vous avez appris que vous êtes atteint(e) d'un cancer colorectal, vous avez probablement déjà eu une coloscopie, d'autres examens d'imagerie et une biopsie (prélèvement d'un échantillon de tissu pour détecter un cancer). D'autres tests ont peut-être été réalisés sur les cellules cancéreuses pour voir si elles présentent des changements au niveau de protéines ou de gènes spécifiques, appelés « biomarqueurs ». Vous pourriez aussi avoir subi d'autres interventions visant à déterminer si le cancer s'est propagé ailleurs. Ces tests aident votre médecin à déterminer le type de cancer colorectal, son stade et les traitements possibles.

Traitement du cancer colorectal

Le choix du traitement dépend du type et du stade du cancer colorectal. Il dépend aussi des résultats des tests réalisés sur les cellules cancéreuses, de votre santé et de vos préférences personnelles.

La chirurgie est utilisée pour traiter la plupart des cancers colorectaux. Elle consiste à retirer le cancer et une partie du colon ou du rectum normal. L'intervention chirurgicale qui enlève une partie ou la totalité du colon est appelée « colectomie » et celle qui enlève le rectum tout entier est appelée « proctectomie ».

Chez certaines personnes, une stomie (colostomie ou iléostomie) peut également s'avérer nécessaire si le gros intestin ou l'intestin grêle ne fonctionnent pas correctement après la chirurgie. Une stomie correspond à la création d'un orifice dans l'abdomen pour permettre d'éliminer les selles. Certaines personnes peuvent nécessiter une stomie temporaire pendant quelques mois, alors que d'autres auront besoin d'une stomie permanente pour le restant de leur vie.

Les autres traitements possibles incluent la radiothérapie et les médicaments comme la chimiothérapie, la thérapie médicamenteuse ciblée ou l'immunothérapie. Dans de nombreux cas, plusieurs types de traitement sont nécessaires. Votre médecin peut vous aider à décider des traitements qui vous conviennent le mieux.

N'hésitez pas à poser les questions suivantes :

- Quel est le but du traitement ?
- De quel type de cancer colorectal s'agit-il ?
- Quel est le stade de ce cancer colorectal, et qu'est-ce que cela signifie ? Quels étaient les résultats des tests de biomarqueurs ?
- Que savez-vous d'autre sur la base des résultats de mes tests ? D'autres tests seront-ils nécessaires ?
- Une intervention chirurgicale sera-t-elle nécessaire ? Le cancer peut-il être complètement retiré ?
- Aurai-je besoin d'une stomie ? Combien de temps sera-t-elle nécessaire ? Comment devrais-je en prendre soin ?
- Si ma stomie est temporaire, quand sera-t-elle refermée (retirée), et par qui ?
- Sera-t-il nécessaire de faire des tests génétiques ?

À quoi s'attendre avant et pendant le traitement

Votre équipe de soins du cancer vous expliquera votre plan de traitement. Cette équipe peut être composée de médecins, de membres du personnel infirmier ou d'autres professionnels de santé, selon le type de traitement dont vous avez besoin. Si une intervention chirurgicale est requise, votre chirurgien vous expliquera à quoi vous attendre. Si vous devez avoir d'autres types de traitement, le médecin ou l'équipe de soins du cancer vous expliquera comment il sera administré, vous aidera à vous y préparer, surveillera votre état de santé et gèrera avec vous les éventuels effets secondaires. Vous pourriez aussi avoir des tests pour déterminer si votre traitement est efficace.

Les effets secondaires ne sont pas les mêmes pour toutes les personnes qui suivent un traitement contre le cancer. Par exemple, les effets secondaires de la chirurgie sont différents de ceux de la chimiothérapie, des thérapies médicamenteuses ciblées, de l'immunothérapie ou de la radiothérapie. D'autre part, un même traitement peut provoquer différents effets secondaires d'une personne à l'autre.

N'hésitez pas à poser les questions suivantes :

- Quelles sont mes options de traitement ? Lesquelles me conseillez-vous, et pourquoi ?
- Existe-t-il des essais cliniques pour mon type de cancer ?
- Quels sont les effets secondaires possibles, et que puis-je faire si je les ressens ?
- Comment allons-nous savoir si le traitement a l'effet voulu ?
- À quelle fréquence le traitement sera-t-il administré ? Combien de temps durera-t-il ?
- Où devrai-je me rendre pour le traitement ? Puis-je m'y rendre moi-même en voiture ?
- Est-ce que je pourrai poursuivre mes activités habituelles, comme travailler ou faire de l'exercice physique ?
- Le traitement affectera-t-il ma vie sexuelle ? Comment, et pendant combien de temps ? Que puis-je faire pour améliorer les choses ?

À quoi s'attendre après le traitement

Demandez à votre médecin de vous donner un résumé des traitements et du plan de suivi après le traitement. Il s'agit d'un plan de soins pour les survivants. Votre oncologue s'associera à votre médecin de famille ou de premier recours pour gérer les effets secondaires du traitement et évaluer votre état de santé général. Vous passerez régulièrement des tests pour voir si votre cancer est revenu ou si un nouveau cancer est survenu dans une autre partie du corps.

Chez certaines personnes, il est possible que le cancer ne disparaisse pas complètement. Elles peuvent continuer de recevoir un traitement et de passer des tests pour vérifier son efficacité.

Vous pourriez devoir vous adapter à certains changements corporels après le traitement. La chirurgie et les autres traitements peuvent altérer le fonctionnement de vos intestins. Vous pourriez avoir des problèmes de fonction sexuelle. Demandez à votre médecin ce qui vous attend et faites-lui savoir si vous avez des problèmes.

Les personnes atteintes d'un cancer colorectal risquent d'avoir une récurrence ou d'autres types de cancer. Même si vous vous sentez bien après avoir terminé le traitement, il est important de prévoir avec votre équipe de soins du cancer un programme de tests de suivi réguliers pour évaluer si le cancer colorectal est revenu.

N'hésitez pas à poser les questions suivantes :

- Où puis-je obtenir une copie du résumé des traitements et du plan de suivi ?
- À quelle fréquence dois-je consulter mon équipe de soins du cancer ?
- Quand et comment devrais-je la contacter ?
- Vais-je avoir besoin de faire des tests pour déterminer si le cancer est revenu ou si le traitement a entraîné des problèmes ?
- Sera-t-il nécessaire de passer des tests de dépistage d'autres cancers pour les détecter en stade précoce, par exemple une mammographie ?
- Le traitement provoque-t-il des effets secondaires tardifs ou à long terme que je devrais surveiller ?
- À qui poser mes questions sur la stomie, le cas échéant ?
- Où puis-je obtenir mon dossier médical ?

Restez en bonne santé

Il est essentiel d'avertir votre médecin ou équipe de soins du cancer si les effets secondaires du traitement ne disparaissent pas ou si vous ressentez tout nouveau symptôme.

Il y a certaines choses que vous pouvez faire pour vous maintenir en bonne santé pendant et après le traitement. Ne pas fumer peut réduire votre risque d'avoir un autre cancer. Atteindre un poids sain et le maintenir, bien manger, faire de l'exercice physique et éviter l'alcool peuvent également vous aider à rester en bonne santé et à réduire le risque d'avoir un nouveau cancer du colorectal ou d'autres cancers.

Vous pouvez faire appel à votre famille, à vos amis, à des groupes religieux ou à un membre du clergé. Les services de conseil peuvent également être bénéfiques. Certaines personnes trouvent utile de parler avec d'autres personnes qui ont vécu la même chose, en joignant un groupe de soutien. Parlez de ce que vous ressentez à votre équipe de soins du cancer, qui pourra vous aider à trouver le type de soutien qui vous convient.

Faire face à vos sentiments

Avoir un cancer colorectal peut mener à des sentiments d'inquiétude, de tristesse ou d'anxiété. Il est normal d'éprouver ces sentiments, et il existe des moyens de vous aider à y faire face.

- N'essayez pas de gérer vos émotions sans aucune aide. Parlez de vos sentiments, quels qu'ils soient.
- Il est normal de se sentir triste ou déprimé de temps en temps, mais si vous ressentez ces sentiments pendant plus de quelques jours, informez votre équipe de soins du cancer.
- Si votre médecin vous y autorise, faites des choses que vous aimez, par exemple en passant du temps dans la nature, en allant au cinéma, au restaurant, ou en assistant à un événement sportif.
- Obtenez de l'aide pour les tâches ménagères.



Pour en savoir plus et pour obtenir de l'aide, consultez le site de l'American Cancer Society : cancer.org/french ou appelez-nous au numéro **1-800-227-2345**. Nous sommes là pour vous.