



# Après un diagnostic de cancer du poumon



Le cancer du poumon est un type de cancer qui se développe dans les poumons, une paire d'organes spongieux situés dans le thorax qui font entrer et sortir l'air du corps. Ils permettent d'obtenir l'oxygène et de se débarrasser du dioxyde de carbone, un déchet. Si vous avez appris que vous êtes atteint(e) d'un cancer du poumon, vous avez probablement déjà eu des radiographies, des 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 vos médecins à déterminer le type de cancer du poumon, son stade et les traitements possibles.

## Traitement du cancer du poumon

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

Le cancer du poumon peut être traité de diverses manières, notamment par chirurgie ou par radiothérapie et avec des médicaments comme la chimiothérapie, l'immunothérapie ou les thérapies médicamenteuses ciblées. 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 du poumon s'agit-il ?
- Quel est le stade de ce cancer du poumon, et qu'est-ce que cela signifie ? Quels étaient les résultats des tests de biomarqueurs ?
- Que savez-vous d'autre concernant mon cancer du poumon sur la base des résultats des tests ?
- D'autres tests seront-ils nécessaires ?
- Une intervention chirurgicale sera-t-elle nécessaire ? Le cancer peut-il être complètement retiré ?

## 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. Par exemple, si une radiothérapie est requise, un oncologue-radiothérapeute vous expliquera à quoi vous attendre avant, pendant et après la radiothérapie. Si vous devez avoir d'autres types de traitement, l'équipe de soins du cancer vous expliquera comment ils sont administrés, 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 sanguins, des examens d'imagerie ou d'autres tests à certains moments 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 du poumon. 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 ?

## 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 autre 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. Par exemple, votre fonction pulmonaire peut être moins bonne qu'avant. Si vos difficultés à respirer limitent vos activités, demandez à votre équipe de soins du cancer si une réadaptation ou une thérapie pulmonaire peut vous être bénéfique. Demandez à votre médecin ce qui vous attend et faites-lui savoir si vous avez des problèmes.

Les personnes atteintes d'un cancer du poumon 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 du poumon 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 ou une coloscopie ?
- Le traitement provoque-t-il des effets secondaires tardifs ou à long terme que je devrais surveiller ?
- Pensez-vous qu'une réadaptation ou une thérapie pulmonaire peut m'aider ?
- Où puis-je obtenir mon dossier médical après le traitement ?

## Rester 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 du cancer du poumon. Certaines personnes atteintes d'un cancer du poumon peuvent vivre plus longtemps si elles cessent de fumer. Il est également important d'éviter l'exposition au tabagisme passif et au radon chez vous et au travail. Si vous travaillez en présence de produits chimiques, demandez à votre médecin lesquels vous devez éviter. Atteindre un poids sain et le maintenir, bien manger, boire suffisamment de liquides, faire de l'exercice physique et éviter l'alcool peuvent également contribuer à votre bonne santé. Tout cela peut aussi réduire les chances d'avoir un nouveau cancer du poumon ou d'autres cancers.

## Faire face à vos sentiments

Avoir un cancer du poumon peut mener à des sentiments d'inquiétude, de tristesse ou d'anxiété. Que vous cessiez de fumer ou non, vous pouvez avoir un sentiment de culpabilité ou vous sentir jugé(e) parce que vous avez un cancer du poumon. 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, continuez à faire 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.

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.



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