



Après un diagnostic de cancer de la peau



Si vous avez appris que vous êtes atteint(e) d'un cancer de la peau, vous avez probablement déjà eu des examens 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 également avoir des examens d'imagerie ou des tests selon le type de cancer de la peau que vous avez. Ces tests aident votre médecin à déterminer les traitements possibles.

Types de cancer de la peau

Il existe de nombreux types de cancer de la peau. Pour savoir à quoi vous attendre, il est important de connaître le type que vous avez.

Les cancers basocellulaires et spinocellulaires de la peau sont les deux types les plus courants. En général, ils ne sont pas graves, car ils ne se propagent pas souvent dans d'autres parties du corps. De plus, ils répondent habituellement bien au traitement.

- Le cancer basocellulaire de la peau se développe dans la couche inférieure de la peau.
- Le cancer spinocellulaire de la peau se développe dans la couche supérieure de la peau.

Le mélanome est un type de cancer de la peau moins courant. Il se développe dans les cellules qui donnent sa couleur à la peau (cellules pigmentaires). Le mélanome est plus grave que les autres cancers de la peau, car il est plus susceptible de se propager dans d'autres parties du corps. Comme il se propage rapidement, le mélanome est responsable de la quasi-totalité des décès dus au cancer de la peau.

Traitement du cancer de la peau

Lorsqu'ils sont détectés à un stade précoce, la plupart des cancers de la peau peuvent être retirés par une intervention chirurgicale mineure dans le cabinet de votre médecin. D'autres traitements sont parfois appliqués directement sur la peau. Dans le cas des cancers de la peau qui se sont propagés ailleurs, la radiothérapie et les médicaments comme la chimiothérapie, la thérapie médicamenteuse ciblée ou l'immunothérapie peuvent être utilisés.

Le choix du traitement dépend du type et du stade du cancer de la peau. Il dépend aussi des résultats des tests réalisés sur les cellules cancéreuses, de votre santé et de vos préférences personnelles. 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 de la peau s'agit-il ?
- Quel est le stade de ce cancer de la peau, et qu'est-ce que cela signifie ?
- Que savez-vous d'autre sur la base des résultats de mes tests ?
- Une intervention chirurgicale est-elle nécessaire ? Dans ce cas, quel sera l'aspect des zones concernées après l'intervention ?
- D'autres tests seront-ils nécessaires ?

À quoi s'attendre avant et pendant le traitement

La plupart des cancers de la peau sont traités par une chirurgie mineure ou à l'aide de traitements cutanés prescrits par un dermatologue (médecin spécialiste de la peau). Certains cancers de la peau sont traités dans un centre de cancérologie, en particulier si d'autres traitements sont nécessaires ou si le cancer s'est propagé dans d'autres parties du corps. Votre médecin et son équipe vous expliqueront votre traitement et comment il sera administré. Ils vous aideront à vous y préparer, surveilleront votre état de santé et géreront avec vous les éventuels effets secondaires.

Les effets secondaires ne sont pas les mêmes pour toutes les personnes qui suivent un traitement contre le cancer de la peau. Par exemple, les effets secondaires de la chirurgie sur la peau sont différents de ceux de la chimiothérapie, de la thérapie médicamenteuse ciblée, 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 :

- Aurai-je besoin d'un traitement en plus de la chirurgie ?
- 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 ?
- Aurai-je des cicatrices ? Aurai-je un aspect différent ou des sensations différentes ?
- Dois-je prendre des précautions particulières pour éviter l'exposition au soleil ?

À quoi s'attendre après le traitement

Votre médecin vous surveillera de près à l'issue du traitement. Il examinera votre peau pour voir si votre cancer est revenu ou si un autre cancer est survenu dans une autre partie du corps. Il vous aidera également à gérer les effets secondaires éventuels.

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 de votre corps après le traitement. Selon la taille, le type et l'emplacement du cancer, votre peau peut présenter des cicatrices ou d'autres modifications. N'hésitez pas à demander au médecin ce qui vous attend et à lui dire si vous avez des problèmes.

Les personnes atteintes d'un cancer de la peau risquent d'avoir une récurrence. Même si vous vous sentez bien après avoir terminé le traitement, il est important de prévoir avec votre médecin un programme de tests de suivi réguliers pour évaluer si le cancer de la peau est revenu.

N'hésitez pas à poser les questions suivantes :

- Où puis-je obtenir une copie du résumé de mes traitements ?
- À quelle fréquence devrai-je vous voir ? Quand et comment devrais-je vous contacter ?
- Vais-je avoir besoin de tests pour déterminer si le cancer est revenu ou si le traitement a entraîné des problèmes ?
- Est-il nécessaire d'avoir un plan de suivi après le traitement ?
- Le traitement provoque-t-il des effets secondaires tardifs ou à long terme que je devrais surveiller ?
- Où puis-je obtenir mon dossier médical après le traitement ?

Rester en bonne santé

N'hésitez pas à avertir votre médecin 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. Il est important d'examiner votre peau à la recherche de changements. Demandez à un(e) proche de vous aider à examiner les parties du corps qui sont difficiles à voir de vous-même. Signalez à votre médecin si vous observez quelque chose de différent.

Assurez-vous de vous protéger la peau lorsque vous êtes à l'extérieur. Restez à l'ombre tant que possible. Utilisez un écran solaire et couvrez la peau exposée. Souvenez-vous de le faire toute l'année lorsque vous êtes à l'extérieur. Évitez également les lits de bronzage. Bien manger, atteindre un poids sain et le maintenir, ne pas fumer, boire suffisamment de liquides et rester actif peuvent également contribuer à votre bonne santé.

Faire face à vos sentiments

Avoir un cancer de la peau 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-en, quelles qu'elles soient.
- Il est normal de se sentir triste ou déprimée de temps en temps, mais informez votre médecin si vous ressentez ces sentiments pendant plus de quelques jours.
- Si votre médecin vous y autorise, faites ce qui vous fait plaisir, comme aller au cinéma, au restaurant, passer du temps dans la nature ou assister 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 médecin. Il peut 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 ou appelez-nous au numéro **1-800-227-2345**. Nous sommes là pour vous.