



Après un diagnostic de leucémie



La leucémie est un cancer des cellules sanguines qui se développe dans la moelle osseuse (tissu spongieux au centre de la plupart des os). La moelle osseuse est l'endroit où les nouvelles cellules sanguines sont fabriquées. Si vous avez appris que vous êtes atteint(e) d'une leucémie, vous avez probablement déjà eu des tests sanguins et une biopsie de la moelle osseuse (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. Ces tests aident votre médecin à déterminer le type de leucémie et les traitements possibles.

Types de leucémies

La leucémie est un cancer du sang. Elle ne forme généralement pas de tumeur solide comme la plupart des cancers.

Il existe de nombreux types de leucémies. Elles peuvent croître rapidement (**leucémie aiguë**) ou lentement (**leucémie chronique**). Elle se développe à partir des cellules sanguines **myéloïdes** ou des cellules sanguines **lymphocytaires**.

Les types de leucémies les plus courants sont les suivants :

- Leucémie lymphoblastique aiguë (LLA)
- Leucémie myéloïde aiguë (LMA)
- Leucémie lymphoïde chronique (LLC)
- Leucémie myéloïde chronique (LMC)
- Leucémie myélomonocytaire chronique (LMMC)

Les adultes peuvent avoir une leucémie aiguë ou chronique de type myéloïde ou lymphoïde. Le plus souvent, les enfants et les adolescents ont une leucémie aiguë d'un type ou l'autre. Certaines leucémies sont classées en sous-types et phases. Cela permet aux médecins de savoir quel est le degré d'avancement de la maladie et de choisir le traitement le plus efficace. Votre médecin peut vous en dire plus au sujet de votre leucémie.

Traitement de la leucémie

La leucémie peut être traitée de diverses manières. Le traitement que vous recevrez dépendra du type, du sous-type et de la phase du cancer, ainsi que des autres problèmes de santé que vous pourriez avoir.

Leucémie aiguë

La plupart des types de leucémie aiguë sont très graves. Le traitement doit commencer immédiatement. Il est souvent intensif et de longue durée, environ 2 ans en général.

Le traitement commence le plus souvent par une chimiothérapie par voie intraveineuse (IV). D'autres traitements peuvent être ajoutés, comme une thérapie médicamenteuse ciblée. Une greffe de cellules souches peut être utilisée après la première série de traitement. Le traitement des enfants peut être différent de celui des adultes.

Leucémie chronique

Certains types de leucémie chronique ne doivent pas être traités immédiatement. Si un traitement est nécessaire, il peut s'agir d'une chimiothérapie, d'une thérapie médicamenteuse ciblée ou d'une greffe de cellules souches.

N'hésitez pas à poser les questions suivantes :

- De quel type de leucémie s'agit-il ?
- Quel est son sous-type et quelle est sa phase ?
- Qu'est-ce que cela signifie ?
- Que savez-vous d'autre sur la base des résultats de mes tests ?
- Aurai-je besoin d'avoir des tests de biomarqueurs ou d'autres tests ?
- Quel est le but du traitement ?
- Quelles sont mes options de traitement ?
- Lesquelles me conseillez-vous, et pourquoi ?
- Une greffe des cellules souches peut-elle être recommandée dans mon cas ?
- Existe-t-il des essais cliniques pour mon type de leucémie ?

À quoi s'attendre avant et pendant le traitement

Le médecin qui traitera votre leucémie peut être un hématologue (médecin spécialiste du sang) ou un oncologue (médecin spécialiste du cancer). Selon le type de traitement dont vous avez besoin, votre équipe de soins du cancer peut inclure divers médecins, membres du personnel infirmier ou autres professionnels de santé.

Par exemple, si vous devez avoir une chimiothérapie, vous passerez par des phases ou cycles de traitement, et vous aurez des tests et des examens dans l'intervalle. Votre équipe de soins du cancer vous expliquera à quoi vous attendre avant, pendant et après chaque phase de traitement. Elle vous expliquera comment chaque traitement sera administré, vous aidera à vous y préparer, surveillera votre état de santé et gèrera avec vous les éventuels effets secondaires. Vous passerez aussi 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 la leucémie. Par exemple, les effets secondaires de la chimiothérapie sont différents de ceux de la thérapie ciblée.

Le traitement contre la leucémie entraîne souvent des changements du nombre de cellules sanguines. Cela peut vous rendre plus susceptible aux infections. À certains moments, vous pourriez aussi ressentir une grande faiblesse et de la fatigue. Si vous recevez une chimiothérapie à forte dose, les effets secondaires peuvent être pires.

N'hésitez pas à poser les questions suivantes :

- Quels sont les effets secondaires possibles ? Que puis-je faire pour les gérer ? Vous attendez-vous à ce qu'ils soient graves ?
- 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 mon traitement sera-t-il administré ? Si je dois aller à l'hôpital, pendant combien de temps devrai-je y rester ?
- Est-ce que je pourrai poursuivre mes activités habituelles ?
- Quelles précautions particulières devrai-je prendre ?

À quoi s'attendre après le traitement

Après le traitement, votre médecin vous aidera à gérer vos effets secondaires. Vous aurez également de nombreux examens et tests pour déterminer si des cellules leucémiques sont présentes.

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

Les personnes atteintes d'une leucémie risquent d'avoir une récurrence ou certains autres types de cancer. Même si vous vous sentez bien après avoir terminé le traitement, il est important de prévoir un programme de tests de suivi réguliers pour évaluer si la leucémie est revenue.

N'hésitez pas à poser les questions suivantes :

- À quelle fréquence dois-je consulter mon équipe de soins du cancer ?
- Quand et comment devrais-je la contacter ?
- Aurai-je besoin de faire d'autres tests sanguins et biopsies de moelle osseuse ? À quelle fréquence ?
- Vais-je avoir besoin d'autres tests pour déterminer si le cancer est revenu ou si le traitement a entraîné des problèmes ?
- Y a-t-il potentiellement des effets secondaires tardifs ou à long terme ?
- Sera-t-il nécessaire de passer des tests de dépistage d'autres cancers pour les détecter en stade précoce ?
- Où puis-je obtenir mon dossier médical ?

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, notamment : bien manger, rester actif, atteindre et maintenir un poids sain et ne pas fumer. À certains moments, vous pourriez aussi ressentir une faiblesse et de la fatigue. L'activité physique peut aider. La leucémie peut vous rendre plus susceptible d'avoir des infections. Vous devrez donc faire attention aux signes et vous protéger des personnes malades.

Demandez à votre équipe de soins du cancer quels sont les signes d'infections et comment gérer la fatigue et les autres symptômes.



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.

Faire face à vos sentiments

Avoir une leucémie peut mener à des sentiments d'isolement, 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 équipe de soins du cancer 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. Un conseiller ou un groupe de soutien peuvent également vous aider. Parlez de ce que vous ressentez à votre équipe de soins du cancer. Elle peut vous aider à trouver le type de soutien qui vous convient.