



Après un diagnostic de cancer du pancréas



Le cancer du pancréas est un cancer qui se développe dans le pancréas, un organe situé derrière l'estomac. Il contribue à la digestion des aliments et au contrôle de la glycémie. Si vous avez appris que vous êtes atteint(e) d'un cancer du pancréas, vous avez probablement déjà eu des examens d'imagerie, des tests sanguins 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 du pancréas, son stade et les traitements possibles.

Traitement du cancer du pancréas

Le cancer du pancréas peut être traité de diverses manières, notamment par chirurgie. Le choix du traitement dépend du type et du stade du cancer du pancréas, ainsi que de son emplacement. Il dépend aussi des résultats des tests réalisés sur les cellules cancéreuses, de votre santé et de vos préférences personnelles.

Une intervention chirurgicale est généralement réalisée si le cancer peut être retiré sans danger. Lorsqu'une tumeur est retirée, une partie du pancréas est parfois enlevée en même temps. Il est rare que le pancréas tout entier soit retiré. Si le cancer s'est propagé dans d'autres organes, ceux-ci peuvent également être retirés.

Les autres traitements possibles incluent l'ablation, la radiothérapie et les médicaments comme la chimiothérapie, la thérapie 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 du pancréas s'agit-il ?
- Quel est le stade de ce cancer du pancréas, et qu'est-ce que cela signifie ?
- 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 ?

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 vous avez besoin d'une radiothérapie, vous verrez un oncologue-radiothérapeute, qui vous expliquera à quoi vous attendre avant, pendant et après le traitement. Si vous devez avoir d'autres types de traitement, l'équipe de soins du cancer vous expliquera comment il est 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 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 pancréas. Par exemple, les effets secondaires de la chirurgie sont différents de ceux de la chimiothérapie, de la thérapie 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 ? Lesquels 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

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

Les tests peuvent indiquer qu'il est dans votre intérêt d'arrêter le traitement ou de faire une pause. Dans ce cas, 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.

Vous pourriez devoir vous adapter à certains changements de votre corps après le traitement. Il est possible qu'une partie du pancréas et d'autres organes doivent être retirés. Cela peut altérer le fonctionnement de votre pancréas. Vous pourriez présenter des problèmes de digestion ou de maîtrise de la glycémie. Il est possible que vous deviez contrôler votre glycémie ou prendre de l'insuline ou d'autres médicaments. N'hésitez pas à demander au médecin ce qui vous attend et si d'autres médicaments seront nécessaires. Et faites-lui part de tout problème que vous rencontrez.

Les personnes atteintes d'un cancer du pancréas 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 avec votre équipe de soins du cancer un programme de tests de suivi réguliers pour évaluer si le cancer du pancréas est revenu.

N'hésitez pas à poser les questions suivantes :

- Où puis-je obtenir une copie du résumé de mes traitements ?
- À quelle fréquence dois-je consulter mon équipe de soins du cancer ?
- Quand et comment devrais-je la contacter ?
- Vais-je avoir besoin de 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 ?
- Vais-je devoir prendre de l'insuline ou suivre un régime spécial ?
- 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. Ne pas fumer peut réduire votre risque de cancer du pancréas. Atteindre un poids sain et le maintenir, bien manger, rester actif et éviter l'alcool peuvent également vous aider à rester en bonne santé et à réduire le risque d'avoir un nouveau cancer du pancréas ou d'autres cancers.

Faire face à vos sentiments

Avoir un cancer du pancréas 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 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. 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. Elle 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.