



Après un diagnostic de cancer de l'estomac



Le cancer de l'estomac, ou cancer gastrique, est un type de cancer qui se développe dans l'estomac, un organe situé dans le ventre qui reçoit les aliments que vous avalez. L'estomac digère la nourriture, absorbe les éléments nutritifs et envoie les déchets restants dans le côlon (les intestins). Si vous avez appris que vous êtes atteint(e) d'un cancer de l'estomac, vous avez probablement déjà eu des examens, notamment d'imagerie, des radiographies 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 passé d'autres interventions visant à déterminer si le cancer s'est propagé ailleurs. Ces tests aident votre médecin à déterminer le type de cancer de l'estomac que vous avez, son stade et les traitements possibles.

Traitement du cancer de l'estomac

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

La chirurgie fait souvent partie du traitement du cancer de l'estomac. Selon la taille du cancer et son emplacement dans l'estomac, vous pourriez ou non avoir une intervention chirurgicale. Elle peut être réalisée pour retirer le cancer et une partie ou l'ensemble de l'estomac. C'est ce qu'on appelle une « gastrectomie ». Il est possible que des ganglions lymphatiques avoisinants soient également retirés.

Si le cancer n'est pas opérable, une intervention chirurgicale peut être réalisée pour contribuer à prévenir ou soulager les symptômes.

Les autres traitements possibles du cancer de l'estomac incluent la radiothérapie et les médicaments comme la chimiothérapie, la thérapie ciblée ou l'immunothérapie. Il est souvent nécessaire de recourir à plusieurs types de traitements. L'utilisation de plusieurs traitements peut contribuer à prévenir ou soulager les symptômes du cancer de l'estomac. Ils sont parfois administrés en même temps que d'autres traitements. Votre médecin peut vous aider à décider des traitements qui vous conviennent le mieux.

N'hésitez pas à poser les questions suivantes :

- De quel type de cancer de l'estomac s'agit-il ?
- Dans quelle partie de l'estomac est-il situé ?
- Quel est le stade de mon cancer de l'estomac, et qu'est-ce que cela signifie ?
- D'autres tests seront-ils nécessaires ?
- Quel est le meilleur traitement pour moi, à votre avis ?
- Quel est le but du traitement ?
- Le traitement inclura-t-il la chirurgie ? La tumeur peut-elle être retirée entièrement ?
- Faudra-t-il enlever mon estomac ? Dans ce cas, quelle sera l'ampleur de l'opération ?
- Serai-je encore capable de manger normalement après l'opération ? Sinon, quelles sont les solutions possibles ?
- Vais-je aussi avoir besoin d'autres traitements ?

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 la chirurgie est requise, votre équipe de soins vous dira quelle proportion de votre estomac sera retirée, à quoi vous attendre après l'intervention, et quelles sont les conséquences possibles sur la façon de manger. 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 pour le cancer de l'estomac. Par exemple, une personne peut avoir une intervention chirurgicale pour retirer le cancer. Les effets secondaires de cette intervention sont différents de ceux de la radiothérapie, de la chimiothérapie ou de la thérapie ciblée. D'autre part, un même traitement peut provoquer différents effets secondaires d'une personne à l'autre.

Le cancer de l'estomac et son traitement peuvent souvent entraîner des difficultés à manger et à s'alimenter suffisamment. Certaines personnes peuvent nécessiter une sonde d'alimentation (un tuyau qui permet l'entrée d'aliments dans le système digestif). Cette sonde peut être nécessaire pendant une brève période, ou plus longtemps.

N'hésitez pas à poser les questions suivantes :

- 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 ?
- Si j'ai besoin d'une sonde d'alimentation, pendant combien de temps sera-t-elle nécessaire ?
- Devrais-je suivre un certain régime alimentaire ?
- Y a-t-il des essais cliniques qui pourraient me convenir ?

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 personnalisé de l'après-cancer. 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.

Vous pourriez devoir vous adapter à certains changements corporels après le traitement. La chirurgie et les autres traitements peuvent altérer le fonctionnement de votre estomac. Cela peut avoir des conséquences sur la façon de manger et de boire. 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 l'estomac 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 de l'estomac est revenu.

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.

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 suivre un régime alimentaire spécial après le traitement ?
- 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 ?
- Où puis-je obtenir mon dossier médical après le traitement ?

Rester en bonne santé

Il est essentiel d'avertir votre médecin ou votre 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. Vous pouvez également contribuer à réduire le risque de croissance ou de récurrence du cancer de l'estomac en ne fumant pas et en ne buvant pas d'alcool. De nombreuses personnes atteintes d'un cancer de l'estomac ont des difficultés à manger et à absorber les aliments pour le reste de leur vie. Vous pourriez avoir besoin de suivre un régime alimentaire spécial ou d'avoir une sonde d'alimentation. Vous pouvez vous adresser à votre équipe de soins du cancer pour savoir quelle est la meilleure manière d'obtenir les éléments nutritifs dont vous avez besoin. Atteindre un poids sain et le maintenir, manger une nourriture saine et faire de l'exercice physique peuvent également vous aider à rester en bonne santé et à réduire le risque d'avoir d'autres cancers.

Certains facteurs qui augmentent le risque de cancer de l'estomac peuvent être héréditaires. Des tests génétiques sont parfois réalisés pour savoir si vous présentez un type potentiellement héréditaire. Adressez-vous à votre équipe de soins du cancer pour savoir si des tests génétiques sont indiqués dans votre cas.



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 un cancer de l'estomac 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 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 gens 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.