



Après un diagnostic de cancer de la thyroïde



Le cancer de la thyroïde est un type de cancer qui se développe dans la glande thyroïde, qui se situe en dessous de la pomme d'Adam (la bosse à l'avant du cou). Elle produit des hormones qui contribuent à contrôler le rythme cardiaque, la tension artérielle, la température corporelle et le poids. Si vous avez appris que vous êtes atteint(e) d'un cancer de la thyroïde, vous avez probablement déjà eu des tests sanguins, d'imageries 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 la thyroïde que vous avez, son stade et les traitements possibles.

Traitement du cancer de la thyroïde

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

La majorité des personnes atteintes d'un cancer de la thyroïde ont un type ou l'autre d'intervention chirurgicale pour retirer la tumeur. La plupart du temps, il s'agit d'enlever une partie ou la totalité de la thyroïde. C'est ce qu'on appelle une « thyroïdectomie ». Parfois, des ganglions lymphatiques dans la région du cou sont également retirés.

Un autre traitement pour certains types de cancers de la thyroïde est la thérapie à l'iode radioactif. D'autres traitements incluent la radiothérapie, la chimiothérapie, la thérapie ciblée et l'hormonothérapie. Il est parfois nécessaire de recourir à plusieurs types de 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 la thyroïde s'agit-il ?
- Quel est le stade du cancer de la thyroïde, 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 ?
- Une intervention chirurgicale sera-t-elle nécessaire ? La tumeur peut-elle être retirée entièrement ?
- Est-ce qu'il faudra retirer une partie ou la totalité de la thyroïde ?
- Vais-je avoir besoin de prendre des médicaments pour traiter les troubles thyroïdiens ?

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, un chirurgien vous expliquera à quoi vous attendre avant, pendant et après l'opération. 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 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 la thyroïde. Par exemple, une personne peut avoir une intervention chirurgicale. 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.

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 ?
- Serai-je encore capable d'avoir des enfants une fois mon traitement terminé ?
- 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 sanguins pour évaluer la fonction de votre thyroïde. Vous passerez également 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. Si la tumeur et la thyroïde sont retirées lors d'une intervention chirurgicale, vous aurez une cicatrice au cou. La chirurgie et les autres traitements peuvent altérer le fonctionnement de votre thyroïde. Cela peut entraîner diverses conséquences sur votre corps. 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 thyroïde 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 la thyroïde est revenu.

De nombreux cancers de la thyroïde peuvent être guéris. Cependant, 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 ?
- Aurai-je besoin de médicaments pour traiter les troubles thyroïdiens, et pour combien de temps ?
- 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 ?
- Où puis-je obtenir mon dossier médical après le traitement ?



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.

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. Il est important de réaliser des tests sanguins réguliers pour évaluer la fonction thyroïdienne. Atteindre un poids sain et le maintenir, bien manger, faire de l'exercice physique, ne pas fumer et éviter l'alcool 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 la thyroïde 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.

Faire face à vos sentiments

Avoir un cancer de la thyroïde 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.