



Après un diagnostic de cancer de l'ovaire



Un cancer qui commence dans l'ovaire est appelé « cancer de l'ovaire ». Les ovaires sont des glandes qui produisent les ovules et certaines hormones chez les femmes. Le cancer de l'ovaire peut également commencer dans les trompes de Fallope qui relient les ovaires à l'utérus. Si vous avez appris que vous êtes atteint(e) d'un cancer de l'ovaire, vous avez probablement déjà eu des tests sanguins, des examens d'imagerie 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'ovaire que vous avez, son stade et les traitements possibles.

Traitement du cancer de l'ovaire

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

La chirurgie est utilisée pour traiter la plupart des cancers de l'ovaire. Il s'agit souvent d'une ablation des ovaires et de l'utérus. L'intervention chirurgicale qui enlève les ovaires est appelée « ovariectomie » ou « oophorectomie ». L'intervention chirurgicale qui enlève l'utérus est appelée « hystérectomie ».

Les autres traitements possibles du cancer de l'ovaire incluent la radiothérapie et les médicaments comme la chimiothérapie, la thérapie ciblée ou l'immunothérapie. Vous pourriez avoir besoin de plus d'un type de traitement. Votre médecin peut vous aider à décider des traitements qui vous conviennent le mieux.

La chirurgie et certains autres traitements peuvent modifier le cycle menstruel. Vos règles pourraient s'arrêter, même si vous n'êtes pas ménopausée. Ces traitements peuvent également affecter votre capacité à tomber enceinte, mais il pourrait y avoir des moyens de protéger votre fertilité. Veillez à en parler à votre médecin sans tarder, avant le début du traitement. Il pourra vous aider à savoir ce qui vous attend.

N'hésitez pas à poser les questions suivantes :

- De quel type de cancer de l'ovaire s'agit-il ?
- Quel est le stade de mon cancer de l'ovaire, et qu'est-ce que cela signifie ?
- D'autres tests seront-ils nécessaires ?
- Quel est le but du traitement ?
- Quel est le meilleur traitement pour moi, à votre avis ?
- Une intervention chirurgicale sera-t-elle nécessaire ? Mes ovaires ou mon utérus devront-ils être retirés ?

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, vous verrez un chirurgien, qui vous expliquera à quoi vous attendre avant, pendant et après l'intervention. 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 passerez aussi des 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'ovaire. Par exemple, une personne peut avoir une intervention chirurgicale pour retirer un ovaire ou les deux, selon l'emplacement du cancer. Les effets secondaires de cette intervention sont différents de ceux de la chimiothérapie, de la thérapie ciblée ou de l'hormonothérapie. 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 le traitement sera-t-il réalisé ? 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 ?
- Le traitement affectera-t-il ma vie sexuelle ? Si oui, comment, et pendant combien de temps ? Que puis-je faire pour améliorer les choses ?
- 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 autre cancer est survenu dans une autre partie du corps.

Vous pourriez devoir vous adapter à certains changements corporels après le traitement. Si vous aviez vos règles avant la chirurgie, elles s'arrêteront après le retrait de l'utérus. Votre capacité à tomber enceinte changera également. Le traitement peut également assécher le vagin. Cela peut provoquer des saignements ou de la douleur pendant ou après les relations sexuelles. Demandez à votre médecin ce qui vous attend et faites-lui savoir si vous avez des problèmes.

Les personnes atteintes d'un cancer de l'ovaire 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'ovaire 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 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. Atteindre un poids sain et le maintenir, bien manger, faire de l'exercice physique et éviter l'alcool peuvent également vous aider à rester en bonne santé et à réduire le risque d'avoir d'autres cancers.

Le cancer de l'ovaire peut être héréditaire. 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 l'ovaire 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.