



Après un diagnostic de cancer de la prostate



Le cancer de la prostate est un type de cancer qui se développe dans la prostate, une glande uniquement présente chez les hommes. Elle produit une partie du liquide qui constitue le sperme. La prostate est située en dessous de la vessie (l'organe creux servant de réservoir à l'urine) et devant le rectum (la partie terminale des intestins). Si vous avez appris que vous êtes atteint d'un cancer de la prostate, vous avez probablement déjà eu un dosage du PSA (antigène prostatique spécifique) 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 de la prostate, son stade et les traitements possibles.

Traitement du cancer de la prostate

Le cancer de la prostate ne doit pas toujours être traité immédiatement. S'il est détecté à un stade précoce et qu'il évolue lentement, votre médecin peut suggérer une observation, une attente vigilante ou une surveillance active. Cela signifie que vous aurez des examens réguliers pour déterminer si le cancer grandit ou provoque des problèmes, mais pas de traitements contre le cancer à ce stade.

Si un traitement du cancer de la prostate s'avère nécessaire, cela peut se faire de diverses manières, notamment par chirurgie ou par radiothérapie et avec des médicaments comme la chimiothérapie, l'hormonothérapie, l'immunothérapie ou les thérapies médicamenteuses ciblées. Le choix du traitement dépend du type, du stade et du grade de votre cancer de la prostate, des résultats des tests réalisés sur les cellules cancéreuses, de votre santé et de vos préférences. Il est souvent nécessaire d'utiliser plusieurs types de traitement.

Certains traitements peuvent vous rendre impuissant (incapable d'avoir une érection) et peuvent affecter le contrôle de la vessie. Si vous souhaitez encore avoir des enfants, le traitement peut également interférer avec votre fertilité (la capacité à rendre une femme enceinte), mais il existe des moyens de protéger votre fertilité. Il est important d'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 :

- Quel est le but du traitement ?
- De quel type de cancer de la prostate s'agit-il ?
- Quels sont le stade et le grade de ce cancer de la prostate, et qu'est-ce que cela signifie ?
- Quels sont les résultats des tests de biomarqueurs ?
- Que savez-vous d'autre sur la base des résultats de mes tests ?
- D'autres tests seront-ils nécessaires ?
- Dois-je être traité immédiatement ?
- Si nous décidons d'attendre, que se passera-t-il ensuite ?
- Une intervention chirurgicale sera-t-elle nécessaire ?
- Sera-t-il nécessaire de faire des tests génétiques ?

À quoi s'attendre avant et pendant le traitement

Si un traitement est nécessaire, 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 une prostatectomie (ablation chirurgicale de la prostate) est prévue, votre équipe de soins du cancer vous expliquera à quoi vous attendre avant, pendant et après la chirurgie. 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 contre le cancer de la prostate. Par exemple, les effets secondaires de la chirurgie sont différents de ceux de la chimiothérapie, de l'hormonothérapie, des thérapies médicamenteuses ciblées, 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 :

- Quelles sont mes options de traitement ? Lesquelles 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 ?

- Le traitement affectera-t-il ma vie sexuelle ? Comment, et pendant combien de temps ? Que puis-je faire pour améliorer les choses ?
- Dois-je prendre certaines précautions pour éviter de rendre une femme enceinte pendant le traitement ?

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 de soins pour les survivants. 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.

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.

Vous pourriez devoir vous adapter à certains changements corporels après le traitement. Par exemple, vous pourriez avoir des problèmes de fonction intestinale, urinaire ou sexuelle. Vous pourriez aussi avoir des cicatrices chirurgicales ou des changements sur la peau après une radiothérapie ou une chimiothérapie. Demandez à votre médecin ce qui vous attend et faites-lui savoir si vous avez des problèmes.

Si votre traitement vous a rendu impuissant, posez des questions à votre équipe de soins du cancer concernant les médicaments qui pourraient vous aider, le conseil en matière de sexualité et la planification familiale.

Les personnes atteintes d'un cancer de la prostate 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 prostate est revenu.

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 coloscopie ?
- Le traitement provoque-t-il des effets secondaires tardifs ou à long terme que je devrais surveiller ?
- Dois-je prendre des précautions pour éviter de rendre une femme enceinte après le traitement ?
- 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. Certaines personnes atteintes d'un cancer de la prostate peuvent vivre plus longtemps et réduire leurs chances de récurrence si elles cessent de fumer. Atteindre un poids sain et le maintenir, bien manger, boire suffisamment de liquides et éviter l'alcool peuvent vous aider à rester en bonne santé et à réduire le risque d'avoir un nouveau cancer de la prostate ou d'autres cancers.

Faire face à vos sentiments

Avoir un cancer de la prostate 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 de vos sentiments, quels qu'ils 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, faites 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 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, qui pourra 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.