



Traitement d'entretien :  
**RESTER** en  
**RÉMISSION**  
après le traitement


## CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

Votre proche ou vous-même vivez avec un type de cancer du sang. Vous venez d'apprendre que le traitement a agi sur votre cancer et que vous êtes en rémission. Que pouvez-vous faire pour optimiser votre santé, réduire le risque de rechute et être en rémission le plus longtemps possible ?

Cette fiche d'information vous donnera tous les renseignements dont vous avez besoin au sujet de votre traitement d'entretien :

- en savoir plus sur le traitement d'entretien
- savoir pourquoi et quand il est administré
- obtenir des conseils pour rester en bonne santé après le traitement
- surveiller les signes de rechute
- composer une liste de questions à poser à votre équipe soignante





Il est important de prendre soin de sa santé et de son bien-être en général pendant la rémission.

## À propos du traitement d'entretien

Le traitement d'entretien est administré après le premier traitement (traitement standard) afin de maîtriser votre cancer ou diminuer les risques de le voir réapparaître. Certaines personnes peuvent suivre un traitement d'entretien pendant une longue période. Ce type de traitement peut comprendre des médicaments, des vaccins, des anticorps ou des hormones.

En cas de cancer du sang, le traitement d'entretien peut être administré après une greffe de cellules souches ou après votre première thérapie si la greffe de cellules souches n'a pas fait partie des options ou n'était pas recommandée pour vous. Le traitement d'entretien est souvent administré à faible intensité, sur une longue période. Il a pour but de vous aider à demeurer en rémission et à prévenir une rechute (également appelée récurrence du cancer).

## Cancers du sang et traitement d'entretien

Le traitement d'entretien a un rôle à jouer dans certains types de cancers du sang tels que le myélome multiple et la leucémie myéloïde aigüe (LMA). Quand la maladie progresse rapidement, on dit qu'elle est aigüe. La LMA est la leucémie aigüe la plus fréquente chez l'adulte.

### De nouveaux traitements porteurs d'espoir

- Des scientifiques mènent des recherches sur les différents types de traitement d'entretien qui pourraient contribuer à réduire le risque de rechute.
- L'un de ces traitements consiste à administrer un médicament oral récemment approuvé par Santé Canada.
- Il s'agit d'un nouveau type de traitement qui peut prolonger la rémission des personnes vivant avec le LMA.
- Ce médicament est administré aux adultes qui ont terminé leur premier traitement et qui sont en rémission, mais qui ne sont pas admissibles à une greffe à ce moment-là (soit parce que la greffe n'est pas nécessaire, soit parce qu'elle n'est pas recommandée dans leur situation).
- Votre équipe soignante peut recommander un traitement d'entretien similaire après une greffe de cellules souches dans des situations spécifiques (certains traitements font partie d'études de recherche).

## Rester en bonne santé après le traitement

Consultez votre équipe soignante afin d'élaborer un plan qui vous donnera toutes les chances de rester en bonne santé et de faire durer la rémission. Ce plan doit tenir compte de votre type de cancer, de vos antécédents thérapeutiques, de votre âge et de vos besoins personnels. En vous concentrant sur votre santé, vous pouvez réduire le risque de rechute.

Voici quelques conseils généraux :

- Adoptez un régime alimentaire sain et conservez votre poids santé. Ajoutez beaucoup de fruits et de légumes à votre régime, évitez les viandes transformées et choisissez des céréales entières.
- Faites régulièrement de l'exercice. L'activité physique améliore l'humeur générale et peut contribuer à réduire le stress.
- Dormez bien.
- Buvez beaucoup d'eau.
- Gérez votre stress. Essayez le yoga ou joignez-vous à un groupe de soutien aux patients et demandez de l'aide si vous en avez besoin.
- Évitez le tabac et limitez votre consommation d'alcool.
- Discutez avec votre équipe soignante des avantages et des inconvénients de continuer à travailler.
- Suivez votre plan de traitement et collaborez étroitement avec votre équipe soignante.
- Obtenez de l'aide pour gérer l'anxiété liée aux rendez-vous médicaux.
- Concentrez-vous sur les aspects positifs.
- Tenez-vous au courant.
- Mettez en place un solide réseau de soutien composé d'amis et de membres de la famille.



Une **RÉMISSION COMPLÈTE** signifie qu'il n'y a plus aucun signe de cancer. Cela ne signifie pas que vous êtes guéri. Cela signifie qu'il n'y a plus aucune trace de cancer dans votre corps. Cela peut durer des mois ou même des années.

Une **RÉMISSION PARTIELLE** signifie que le cancer a cessé de se développer.

## Surveillez les signes de rechute

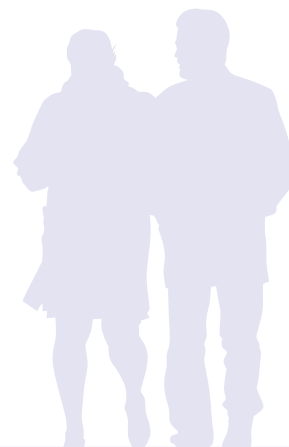
Il est important de surveiller les signes et les symptômes de rechute. On parle de rechute lorsque les signes et les symptômes du cancer réapparaissent. Le cancer peut réapparaître dans la même partie du corps qu'auparavant ou dans une partie différente.

Le cancer réapparaît pour différentes raisons. Le premier traitement n'a peut-être pas eu l'effet espéré sur le cancer, ou le traitement n'a pas éliminé toutes les cellules cancéreuses. Le cancer s'est peut-être propagé. Certaines personnes peuvent développer une résistance aux médicaments. Cela peut dépendre du type et du stade du cancer, car certains cancers sont plus susceptibles de réapparaître.



Quelle que soit la raison, il est important de rechercher les signes et les symptômes d'une rechute. Ils varient en fonction du type de cancer et du traitement. Discutez avec votre équipe soignante pour savoir ce qu'il faut surveiller et quand vous devez demander une aide médicale. Voici quelques exemples de choses à surveiller :

- Fatigue
- Fièvre et sueurs nocturnes
- Bleus ou saignements
- Perte d'appétit et perte de poids
- Essoufflement
- Maux de tête
- Infections
- Douleur inexplicite
- Gonflement des ganglions lymphatiques
- Démangeaisons et éruption cutanée



## Questions à poser à votre équipe de soins

- À quelle fréquence devrais-je vous voir pour effectuer un suivi de mes progrès ?
- Que puis-je faire pour prendre en charge ma santé pendant que je suis en rémission ?
- Quels sont les risques de rechute ?
- Quels sont les signes typiques d'une rechute de mon cancer ?
- Quand dois-je vous contacter si je constate des signes de rechute ?
- Est-ce que je devrais éviter certaines activités ?
- Devrais-je travailler pendant le traitement et lorsque je suis en rémission ?
- Le traitement affectera-t-il ma capacité à avoir des enfants ? Quels sont les risques ?
- Recommandez-vous un traitement d'entretien ? Quel type ?
- Quels pourraient être les avantages de cette thérapie ? Quels sont les risques ?
- Quels sont les effets secondaires de la thérapie d'entretien ?
- Pendant combien de temps faut-il suivre une thérapie d'entretien ?
- Connaissez-vous des essais cliniques qui pourraient m'aider à rester en bonne santé ?
- Quelles ressources me recommandez-vous pour apprendre à gérer ma santé pendant la rémission ?





Votre équipe soignante est là pour vous soutenir tout au long de votre traitement. Si vous ressentez des effets secondaires, contactez votre équipe soignante pour qu'ils soient rapidement pris en charge. Il est important de vous rendre à tous les rendez-vous de suivi médical.

La SLLC tient à remercier le Dr Tobias Berg, M.D., FRCPC (McMaster University), pour son importante contribution au contenu de cette publication.

Cette publication a été rendue possible grâce au soutien de :



SOCIÉTÉ DE  
LEUCÉMIE &  
LYMPHOME  
DU CANADA™

**N'hésitez jamais à communiquer avec nous:  
nous sommes là pour vous aider!**

1 833 222-4884 • [info@cancersdusang.ca](mailto:info@cancersdusang.ca) • [cancersdusang.ca](http://cancersdusang.ca)