

# Fiche info

## Paroles d'ados : comprendre le cancer d'un parent

**Tu as probablement déjà entendu le mot cancer à la radio, à la télé, au collège, au lycée, dans une conversation... Mais au fait, sais-tu ce qu'est le cancer ?**

Questions/Réponses avec le Docteur Clémentine Lopez  
Pédopsychiatre à l'Unité de Psycho Oncologie de Gustave Roussy

### QUIZZ : Vrai ou faux

- A. Le cancer est une maladie de la cellule.
- B. Le cancer s'attrape comme la grippe ou la varicelle.
- C. Quand on a un cancer, on perd forcément ses cheveux.
- D. Pour guérir d'un cancer il faut être opéré.
- E. Qui dit cancer dit chimiothérapie.
- F. Si mon père/ma mère a un cancer, je risque d'en avoir un ?



### ■ C'est quoi exactement le cancer ?

C'est une maladie de la **cellule**. Notre corps est constitué de cellules programmées pour faire un certain travail. En général quand une cellule du corps ne fonctionne pas correctement, elle est repérée par le système immunitaire (= système de défense du corps) et est détruite.

Parfois, une cellule échappe à ce système de surveillance, elle se multiplie, ne fait plus son travail et envahit les tissus voisins. Cette cellule est appelée **cellule cancéreuse**. En se multipliant, elle forme un amas de cellules cancéreuses appelé "**tumeur**". Il existe différents types de cancer en fonction de la cellule de départ : cancer du sein, du poumon, du cerveau, du sang... Parfois les cellules cancéreuses se dispersent : elles quittent la tumeur initiale, passent dans le sang et vont se mettre ailleurs dans le corps : ce sont les **métastases**.

### Réponses du quizz :

A : vrai, B : faux, C : faux, D : faux, pas forcément, E : faux, pas forcément, F : faux, pas forcément.

### ■ C'est grave ?

Oui le cancer est une maladie grave nécessitant des traitements souvent longs. Mais aujourd'hui, grâce au progrès de la médecine et des traitements adaptés, beaucoup de cancers peuvent être guéris.

En fonction de la maladie de ta mère/ton père, on pourra lui proposer :

- **une opération** pour enlever la tumeur,
- et/ou **de la chimiothérapie** pour éliminer les cellules cancéreuses,
- et/ou de la **radiothérapie**.

Il existe aussi des traitements nouveaux qui ciblent certaines anomalies détectées dans la tumeur (**thérapies ciblées**) ou qui utilisent notre système immunitaire (**immunothérapie**) pour lutter contre le cancer. L'équipe médicale décidera du meilleur traitement à proposer.

### ■ Pourquoi mon père ? Pourquoi ma mère ?

Il n'y a pas de bonne réponse à cette question ! Si l'on sait que certains comportements peuvent augmenter le risque d'avoir un cancer (fumer, boire beaucoup d'alcool...), on ne sait pas encore pourquoi la maladie touchera une personne et pas une autre. On sait par contre que le stress, à lui seul, n'entraîne pas de cancer : ce n'est donc pas toi, en claquant les portes ou en traînant pour faire tes devoirs, qui as déclenché le cancer de ton parent ! **Bref le cancer, ce n'est pas de ta faute, ni de celle des autres !** Dans de rares cas, il existe une fragilité dans la famille : c'est-à-dire que certaines personnes de la famille ont plus de risque d'avoir un certain type de cancers. On dit qu'ils sont porteurs d'un gène qui prédispose à certains cancers. Là encore, rien n'est certain, les risques sont juste augmentés et il faut être médicalement surveillé.

## ■ **C'est contagieux ?**

NON, rassure-toi, le cancer ne s'attrape pas et ne se "refile pas" ! On peut continuer de s'embrasser, se toucher sans risque. Le cancer ne se transmet pas non plus par les rapports sexuels. Par contre certains virus peuvent se transmettre lors de rapports sexuels non protégés : certains de ces virus peuvent augmenter les risques d'avoir un cancer plus tard.

## ■ **Pour la chimiothérapie, faut-il être hospitalisé ?**

Parfois mais pas toujours. Certaines chimiothérapies se font à l'hôpital (une journée ou parfois quelques jours) : on passe des médicaments en perfusion directement dans le sang. D'autres chimiothérapies se prennent simplement par la bouche, à la maison, sans nécessité de venir à l'hôpital. Comme tous les traitements, la chimiothérapie peut avoir des effets secondaires : envie de vomir, maux de ventre, fatigue... Tout dépend du traitement mais sache que les médecins connaissent bien ces effets secondaires et essayent de les diminuer au maximum.

## ■ **La radiothérapie, c'est quoi ?**

La radiothérapie consiste en des rayons, un peu comme les rayons du soleil mais en plus puissants. Un médecin calcule précisément la dose de rayons à envoyer pour détruire les cellules cancéreuses à un endroit précis du corps.

## ■ **Pourquoi perd-on les cheveux quand on a un cancer ?**

Tous les patients ne perdent pas leurs cheveux ! Seulement certains traitements (certaines chimiothérapies ou radiothérapie au niveau du cerveau) peuvent faire tomber les cheveux. À l'arrêt des traitements, le plus souvent, les

cheveux repoussent (excepté après une radiothérapie de la tête).

## ■ **Comment aider ta mère/ton père ?**

Tu peux donner un coup de main à la maison et proposer ton aide... Tu peux passer du temps avec eux, leur raconter ce que tu fais, tes projets : malgré la maladie et la fatigue, tes parents continuent de s'intéresser à toi !

## ■ **Ai-je le droit de...**

• **Venir à l'hôpital ? OUI bien sûr**, la plupart des hôpitaux accepte les visites. Cela te permettra de voir où ton parent est soigné et cela lui fera sûrement plaisir de te voir.

• **Rencontrer le médecin ?** Tu peux demander à ton parent de l'accompagner à une consultation si tu souhaites poser des questions au médecin. Il peut exister aussi dans l'hôpital **des groupes d'information pour les jeunes dont un parent est malade**.

• **Continuer à voir mes amis, sortir, rigoler, faire la fête ? OUI**, autant que possible. La vie continue et tu dois donc essayer "d'avancer avec elle". Cela implique de continuer à travailler, voir ses amis mais aussi travailler, faire des projets d'avenir... C'est important pour tes parents de voir que la maladie ne t'empêche pas de grandir et d'être heureux, au contraire...

## ■ **Comment s'informer : Attention avec internet**

Tu as envie de comprendre et d'avoir des informations ? Rien de plus normal ! Fais simplement attention, internet fourmille d'informations fausses. Certains sites sont validés par des médecins, tu peux les consulter mais rappelle-toi que chaque patient est différent et que ce que tu liras sur internet n'est pas forcément vrai dans la situation de ta mère/ton père.

## ■ **En parler ? Avec qui et comment ?**

• **Avec tes parents** : Tes parents peuvent être tentés de te cacher la vérité pour te protéger. Ils peuvent vouloir te rassurer en banalisant la situation... Si c'est le cas et si tu souhaites parler de la maladie avec eux, essaye d'engager la conversation. Même dans les situations graves, la plupart des jeunes préfèrent être informés : fais passer le message à tes parents. Dis-leur que tu aimerais pouvoir en parler avec eux, même si c'est difficile pour eux mais que pour toi c'est important.

Au besoin convoque un conseil de famille ou fais-toi aider par un proche mais surtout, **ne reste pas seul avec tes questions !**

**Oui mais... j'ai peur de les inquiéter encore plus ?** C'est normal que tes parents soient inquiets, émus ou même qu'ils pleurent. L'inverse l'est également, tu as le droit d'être inquiet ou triste. Parfois chacun essaye de protéger l'autre en faisant semblant que "tout va bien" mais en général il est plus efficace de se parler et de se dire ce que l'on ressent.

• **Et si c'est trop difficile ? Si je préfère parler à quelqu'un de "neutre" ?** Tu peux te faire aider, poser tes questions à un proche ou à ton médecin traitant. Tu peux aussi demander à rencontrer un/une psychologue (les consultations au centre médico-psychologique de ta ville sont gratuites !).

• **Et les copains dans tout ça ?** C'est ton choix de leur en parler ou pas... Mais rappelle-toi que tes amis proches peuvent t'apporter du soutien. Peut-être que certains auront vécu des expériences similaires.

Quoiqu'il en soit, ne reste pas seul ! Il y a toujours non loin de toi une personne à qui parler.

## En savoir +

- **Fil Santé Jeune** : <http://www.filsantejeunes.com/> - Tous les jours de 8 heures à minuit, à l'écoute des jeunes de 12 à 25 ans. Numéro vert national, anonyme et gratuit : 0800 235 236 - Appel depuis un portable : 01 44 93 30 74 (prix d'un appel ordinaire, non surtaxé)
- **Cap Ecoute** : Service d'Écoute Téléphonique anonyme et gratuit à destination entre autres des Ados. Ligne d'écoute régionale : n° vert 0 800 333 435 - Numéro National : 04 72 33 34 35
- **"Jeunes Aidants Ensemble"** organise des séjours cinéma-répit pour te permettre de prendre un peu de temps pour toi. Renseignements sur [www.jeunes-aidants.fr](http://www.jeunes-aidants.fr) ou au 01 64 99 08 59
- **Fiche Info Roche** : Comment parler du cancer à ses proches, famille et amis <https://www.roche.fr/fr/patients/info-patients-cancer/vivre-avec-un-cancer/parler-cancer.html>