

Douleurs cancéreuses

PUBLIÉ LE 08/02/2024

Plus de la moitié des personnes traitées pour un cancer ressentent des douleurs plus ou moins intenses au cours de leur maladie. Celles-ci peuvent être provoquées par :

- Le cancer lui-même et les éventuelles métastases ;
- Les traitements anticancéreux (chimiothérapie, immunothérapie, hormonothérapie, chirurgie, radiothérapie, etc.) ;
- Ou bien les actes de soin et les examens médicaux pratiqués dans le cadre du suivi de la maladie.

Les douleurs cancéreuses sont souvent perçues comme un signe de gravité. Pourtant, ce n'est pas toujours le cas. Certains cancers à un stade avancé demeurent indolores tandis que d'autres, considérés comme guéris, continuent à provoquer des douleurs. Aussi, l'intensité des douleurs cancéreuses n'est pas un témoin de la gravité de la maladie ou de son évolution.

Cependant, peu importe son origine et/ou son intensité, la prise en charge de la douleur est essentielle dans l'amélioration de la qualité de vie.

Comment soulager les douleurs d'origine cancéreuse ?

La prévention et la prise en charge de la douleur font partie des soins fondamentaux dans le traitement du cancer, l'objectif étant de limiter l'apparition de la douleur et ses conséquences.

Le traitement de la douleur doit être adapté à chaque patient en tenant compte de la nature de ses douleurs, de leur retentissement sur la qualité de vie et des éventuels facteurs (sociaux, professionnels, psychologiques) susceptibles de modifier sa perception de la douleur.

Plusieurs stratégies thérapeutiques peuvent être mises en place pour soulager les douleurs cancéreuses :

- Des traitements non médicamenteux,
- Des médicaments qui luttent contre la douleur elle-même (appelés « médicaments antalgiques »),
- Des traitements anticancéreux pour agir sur la cause de la douleur lorsque celle-ci est due à la tumeur ou aux métastases.

Dans tous les cas, parlez des douleurs que vous ressentez aux professionnels de santé qui vous accompagnent. Ils en tiendront compte et pourront adapter votre prise en charge.

Approches non médicamenteuses

Afin de soulager vos douleurs, des méthodes non médicamenteuses peuvent être employées en complément des traitements antalgiques et anticancéreux : kinésithérapie, hypnose, méditation en pleine conscience ou encore sophrologie sont parmi les plus connues.

En plus de participer à la gestion de la douleur, ces approches ont également démontré de réels bénéfices sur la gestion des effets indésirables des traitements médicamenteux, le bien-être physique et psychique, la fatigue et plus largement la qualité de vie.

Certains patients ont recours à des compléments alimentaires ou des produits à base de plantes. Ces produits, s'ils ne

sont pas des médicaments, contiennent néanmoins des substances actives. Elles peuvent interagir avec les médicaments pris pour le traitement de votre cancer ou toute autre maladie. Demandez conseil à un professionnel de santé en lui expliquant les autres produits que vous prenez en plus de votre traitement, il vérifiera avec vous que vous pouvez les prendre sans risque.

Traitements médicamenteux antalgiques

Le choix d'un médicament antalgique doit tenir compte de la nature de vos douleurs cancéreuses, de leur intensité, de leur durée, mais également des bénéfices et des risques associés à la prise du médicament.

Les médicaments antalgiques contenant du paracétamol ou des anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) comme l'ibuprofène, sont efficaces pour les douleurs légères à modérées. Les médicaments opioïdes sont indiqués dans le traitement des douleurs modérées à sévères.

Si la dose maximale ne vous soulage pas, une association ou un médicament plus puissant sera plus adapté pour traiter votre douleur.

En général, les douleurs *nociceptives* (liées à la lésion d'un organe ou d'un tissu) sont traitées par les antalgiques « classiques », à savoir le paracétamol, les AINS et les opioïdes.

Les douleurs *neuropathiques* (provoquées par des lésions du système nerveux comme la compression d'un nerf par la tumeur, les effets sur le système nerveux des anticancéreux, des séquelles de chirurgie…), quant à elles, peuvent nécessiter d'utiliser certains antidépresseurs et antiépileptiques ayant une action antalgique. Dans certains types de douleur neuropathique, les anesthésiques comme la capsaïcine et la lidocaïne, utilisés localement, peuvent également être envisagés par votre médecin afin de soulager vos douleurs.

Tout au long de la maladie cancéreuse, l'action des antalgiques peut être complétée et améliorée par certains médicaments dits coantalgiques. Ces derniers incluent notamment :

- Les corticoïdes, en cas de douleurs inflammatoires ;
- Les antidépresseurs, en cas de dépression ou d'anxiété liée à la douleur ;
- Les bisphosphonates, en cas de douleurs osseuses ;
- Les antispasmodiques, en cas de douleurs abdominales ;
- Ou encore les myorelaxants pour les douleurs musculaires.

Traitements anticancéreux

Les traitements médicamenteux spécifiques du cancer (chimiothérapie, immunothérapie, hormonothérapie…) peuvent contribuer à soulager la douleur grâce à leur action directe sur la tumeur et/ou les métastases. Ils sont de plus en plus souvent utilisés comme moyen de lutte contre la douleur, Néanmoins, ils ne feront effet qu'après plusieurs semaines. Aussi, ils ne sont pas destinés à un soulagement rapide de la douleur (voir plus haut « approches non médicamenteuses » et « traitements antalgiques »).

Dans certains cas, votre médecin peut vous proposer de recourir à la chirurgie pour éliminer la cause de vos douleurs cancéreuses. Ainsi, l'ablation d'une tumeur comprimant un organe ou la consolidation de fractures causées par des métastases osseuses sera susceptible de vous soulager.

La radiothérapie externe, elle, permet de traiter directement la tumeur par des rayonnements ionisants qui détruisent les cellules cancéreuses et empêchent leur multiplication. Elle réduit les douleurs liées notamment à la compression occasionnée par la tumeur. La radiothérapie a aussi un effet anti-inflammatoire, qui soulage la douleur.
Toutefois, comme avec les médicaments anticancéreux, les effets de la radiothérapie ne sont pas immédiats : 4 à 6 semaines peuvent parfois être nécessaires pour soulager efficacement la douleur. Aussi, tant que les effets antalgiques de la radiothérapie ne sont pas totalement obtenus, des traitements médicamenteux doivent être utilisés en complément.

Traitement des douleurs cancéreuses rebelles

On estime que 10 à 15 % des patients souffrant d'un cancer expérimentent des douleurs qui ne répondent pas aux traitements antalgiques (appelées douleurs réfractaires). Pour certains patients par exemple, l'utilisation des traitements n'est pas possible en raison de contre-indications ou d'effets indésirables sévères ressentis par le patient limitant l'augmentation de la dose nécessaire pour que le traitement soit efficace.

Face à ces douleurs rebelles, le recours par des équipes pluridisciplinaires expérimentées à des méthodes antalgiques plus spécifiques est nécessaire :

- La radiologie interventionnelle, qui peut par exemple consister en une injection de ciment orthopédique dans un os fragilisé ou douloureux pour soulager rapidement et longtemps la douleur associée à une tumeur ;
- L'anesthésie régionale par bloc nerveux périphérique : elle permet d'insensibiliser une zone douloureuse du corps en injectant un produit anesthésiant près de nerfs responsables de la transmission de la douleur ;
- Les pompes intrathécales, implantées sous la peau dans l'abdomen, permettent d'administrer directement un médicament antalgique dans la moelle épinière, au plus près des récepteurs de la douleur. La dose nécessaire pour soulager la douleur est alors réduite, ce qui diminue le risque d'effet indésirable lié à l'antalgique.