

La fatigue, prépondérante, partout

Dr Florian Scotté, oncologue

Les Nouvelles d'EDFF Bulletin n° 17

Novembre 2009

Fréquente, redoutée et sévère, la fatigue est prépondérante au cours du parcours de soins et d'après soins.

La fatigue liée au cancer est définie comme « une sensation pénible, persistante et subjective, de fatigue ou d'épuisement, due au cancer ou à son traitement, non proportionnelle à l'activité récente et interférant sur l'activité quotidienne. » Elle est, au cours du parcours de soins et d'après soins, quelles qu'en soient les composantes, prépondérante. C'est le symptôme le plus fréquent, le plus redouté et le plus sévère. C'est un symptôme chronique, constaté pendant le traitement mais aussi jusqu'à 10 ans après l'arrêt du traitement. Les causes en sont multiples : réduction de l'activité, troubles du sommeil, troubles de l'humeur (anxiété, dépression), dénutrition, douleur, anémie, co-morbidités, troubles hormonaux...

Parmi les solutions possibles, on dispose de quelques outils médicamenteux, comme l'érythropoïétine pour traiter l'anémie ou les neuroleptiques contre l'anxiété et la dépression, et de techniques non pharmacologiques, comportementales (yoga, relaxation...), psychologiques, physiques (exercice, endurance, aerobic, karaté...) et réadaptatives (nutrition, sommeil, esthétique, sexualité...).

D'autres offres thérapeutiques, récemment évaluées ou à l'étude ont montré, dans des études récentes, un intérêt potentiel ou avéré contre la fatigue : L-carnitine, Ginseng, modafinil dans les fatigues sévères.

Les médecines complémentaires et leur place possible dans la prise en charge de la fatigue liée au cancer sont l'objet d'une réflexion menée par deux groupes respectivement du Ministère de la santé et de l'AP-HP. Certaines d'entre elles sont reconnues, comme l'acupuncture ou le yoga, d'autres pas du tout, d'autres encore carrément dangereuses. Aucune ne traite le cancer, elles en accompagnent le symptôme. Le rôle du praticien est alors de protéger le patient contre le n'importe quoi. En revanche, il est important que ce même praticien garde les yeux ouverts sur des techniques qui peuvent soulager au quotidien.

L'accompagnement esthétique, enfin, a montré son impact bénéfique. Se sentir belle c'est, en effet, se sentir bien.