

# SOIGNER LES DOULEURS DU **CANCER**

OBJECTIF = **QUALITÉ DE VIE !**

Dr Antoine Lemaire

Préface du Pr Ivan Krakowski



Association Francophone des  
Soins Oncologiques de Support



COLLECTION  
**QUESTIONS DE PATIENTS**

• EDITIONS IN PRESS •

**SOIGNER  
LES DOULEURS  
DU CANCER**

ÉDITIONS IN PRESS

74, boulevard de l'Hôpital – 75013 Paris

Tél. : 09 70 77 11 48

**www.inpress.fr**

*SOIGNER LES DOULEURS DU CANCER. OBJECTIF = QUALITÉ DE VIE !*

ISBN : 978-2-84835-591-7

©2020 Éditions In Press

*Couverture* : Lorraine Desgardin

*Mise en pages* : Milagros Lasarte

Toute représentation ou reproduction, intégrale ou partielle, faite sans le consentement des auteurs, ou de leurs ayants droit ou ayants cause, est illicite (loi du 11 mars 1957, alinéa 1<sup>er</sup> de l'article 40). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code pénal.

# SOIGNER LES DOULEURS DU CANCER

OBJECTIF = QUALITÉ DE VIE !

**Dr Antoine Lemaire**  
Préface du **Pr Ivan Krakowski**



COLLECTION

**QUESTIONS DE PATIENTS**

• EDITIONS IN PRESS •

À la mémoire de mon père,  
À ma femme Dorothée,  
À mes enfants Clarisse et Augustin.

*« J'ai compris qu'il ne suffisait pas de dénoncer l'injustice,  
il fallait donner sa vie pour la combattre. »*

Albert CAMUS

# SOMMAIRE

<b>L'auteur .....</b>	<b>9</b>
<b>Préface.....</b>	<b>11</b>
Pr Ivan Krakowski, président de l'AFSOS	
<b>Préambule.....</b>	<b>13</b>
<b>Introduction.....</b>	<b>15</b>

## **Douleur(s) et cancer : tour d'horizon .....17**

1. Qu'est-ce que la douleur? .....	19
2. Pourquoi un cancer peut-il provoquer des douleurs? .....	20
3. Les douleurs du cancer sont-elles fréquentes? .....	22
4. Tous les cancers sont-ils douloureux?.....	24
5. Quelles sont les particularités des douleurs du cancer? .....	26
6. Quelles sont les conséquences des douleurs du cancer? .....	27
7. Que sont les soins oncologiques de support?.....	28
8. Et les soins palliatifs?.....	31
9. Qui prend en charge les douleurs du cancer en France? .....	33
10. Multidisciplinarité, interdisciplinarité, transversalité : quels impacts sur la prise en charge de la douleur du cancer? .....	37

## **Comprendre les douleurs du cancer .....41**

1. Comment évaluer la douleur?.....	43
2. Qu'est-ce que la douleur nociceptive? .....	45
3. Comment se présente la douleur nociceptive?.....	46
4. À quoi correspond la douleur nociceptive viscérale?.....	46

5. Qu'est-ce que la douleur neuropathique ?.....	47
6. À quoi sont dues les douleurs neuropathiques en cas de cancer ?.....	49
7. Les douleurs séquellaires des traitements : illustration concrète .....	52
8. Qu'appelle-t-on la douleur nociplastique ? .....	58
9. Qu'est-ce que la douleur de fond ? .....	58
10. Les accès douloureux paroxystiques : à ne pas méconnaître !.....	59
11. Les douleurs induites par les soins .....	61
12. Qu'appelle-t-on douleurs de fin de doses ? .....	62
13. Douleurs du cancer et situation urgente : comment les gérer ? .....	62
14. Quelle va alors être la démarche du corps médical en situation d'urgence ? .....	63
15. De la douleur mixte à la douleur multimorphe, comment qualifier la douleur du cancer ? .....	66

## **Prendre en charge les douleurs du cancer ..... 69**

### **Les médicaments de la douleur et les techniques interventionnelles..... 71**

1. Les traitements du cancer : antalgiques et pourvoyeurs de douleurs, un paradoxe ? .....	71
2. La stratégie des paliers antalgiques de l'Organisation Mondiale de la Santé est-elle encore d'actualité dans la douleur nociceptive ? .....	72
3. Antalgiques courants non-opioïdes (palier 1) : pour quelles douleurs ?..	73
4. Opioïdes faibles (palier 2) : quelle place dans les douleurs du cancer ?..	74
5. Les médicaments opioïdes forts : quand les prescrire et pour quelles douleurs ?.....	75
6. Quelles sont les spécialités dérivées de la morphine disponibles en France ?.....	75
7. Comment initier un traitement par opioïde fort ?.....	76
8. Voie orale ou voie injectable ? .....	77
9. Comment traiter un accès douloureux paroxystique ? .....	78
10. Quels sont les effets indésirables des dérivés de la morphine et comment les gérer ? .....	80

11. La crise des opioïdes : quelles réalités en France ? .....	82
12. Comment traiter la douleur neuropathique ? .....	84
13. Quels sont les traitements anti-neuropathiques recommandés ?.....	86
14. Comment traiter les douleurs induites par les soins ? .....	88
15. Quel est l'intérêt d'un médicament co-antalgique ?.....	90
16. Les dérivés du cannabis ont-ils un intérêt dans les douleurs du cancer ?.....	91
17. Comment traiter une mucite ? .....	92
18. Que faire en cas de douleurs rebelles ? .....	93
19. Douleurs réfractaires et situations palliatives .....	100
20. Quelles sont les techniques interventionnelles de prise en charge de la douleur ?.....	102
21. Comment traiter la douleur du cancer à domicile ? .....	104
<b>Les méthodes antalgiques non-médicamenteuses .....</b>	<b>107</b>
1. La prise en charge psychologique .....	107
2. Quelles méthodes psychocorporelles pour soigner la douleur ?.....	108
3. Quelles thérapies physiques pour soigner la douleur ? .....	109
4. Qu'est-ce que la neurostimulation transcutanée ? .....	111
5. Existe-t-il d'autres techniques non invasives de prise en charge de la douleur du cancer ? .....	113
6. Qu'apporte la pharmacie clinique dans les douleurs du cancer ? .....	114
7. L'éducation thérapeutique peut-elle optimiser la prise en charge des douleurs du cancer ? .....	116
8. Les nouvelles technologies peuvent-elles améliorer la prise en charge des douleurs ? .....	118
<b>Conclusion.....</b>	<b>121</b>
<b>Liens utiles.....</b>	<b>123</b>



# L'AUTEUR

Le **Dr Antoine Lemaire** est médecin hospitalier spécialiste de la douleur et des soins palliatifs, chef du pôle Cancérologie et Spécialités Médicales du Centre Hospitalier de Valenciennes. Formé au journalisme médical, il est également l'auteur de nombreux articles ou livres consacrés à la médecine et à la santé grand public.



# PREFACE

La douleur du cancer mérite toute l'attention des équipes médicales qui soignent les personnes touchées par le cancer, à l'hôpital et en ville. Car, malgré les progrès phénoménaux des traitements contre le cancer d'une part et la douleur d'autre part, elle reste encore souvent un défi diagnostique et thérapeutique. Elle peut (re)surgir si les soignants, et notamment les médecins, « *baissent leur garde* », si la personne malade n'en parle pas ou alors seulement lorsque la douleur devient trop forte ou chronique. Nous y serons tous confrontés un jour, d'une façon ou d'une autre, nous-même ou un proche, car le cancer est une des maladies de plus en plus fréquentes avec le vieillissement de la population. C'est à cette occasion que nous nous souviendrons de ce malade que nous avons croisé, qui parlait de ses douleurs et que l'on avait du mal à croire et/ou à comprendre... Car, il est souvent difficile de décrire le ressenti du phénomène douloureux, d'en donner une définition précise, d'expliquer la cause des douleurs pour aller mieux demain.

La lutte contre la douleur du cancer est un des piliers fondamentaux et historiques de ce que l'on dénomme aujourd'hui les soins oncologiques de support<sup>1</sup>, comme cela est très bien expliqué dans ce livre. Objectifs : lutte contre les symptômes, guérison et qualité de vie !

---

1. Circulaire n° DHOS/SDO/2005/101 du 22 février 2005 relative à l'organisation des soins en cancérologie.

Les premières structures spécialisées dans la lutte contre la douleur ont été mises en place en France dans les années 1980. Il y a 20 ans était mis en place le premier plan national « *douleur* » quadriennal 1998-2000. Les plans successifs « *soins palliatifs* » (à partir de 2002) et les plans « *cancer* » (à partir de 2003) ont intégré la douleur dans leurs recommandations. Et pourtant, si les progrès sont là, il faut le reconnaître, il existe encore des douleurs qui pourraient être évitées.

Les progrès dans la connaissance médicale, les outils connectés, l'intelligence artificielle, les politiques nationales, les nouveaux médicaments de la douleur (il n'y en a pas tant que cela d'ailleurs) ne régleront pas tout : le temps de communication et la manière de communiquer entre malades, proches et soignants sont des éléments humains indissociables du progrès. C'est en cela que ce livre est un outil réel de progrès pour mieux expliquer, mieux se comprendre, mieux s'écouter et s'entendre, pour mieux soigner et être soigné.

Je connais le Dr Antoine Lemaire, l'auteur de cet ouvrage. Je le côtoie avec plaisir... Il est un homme de terrain, toujours prêt à s'interroger et à innover pour faire mieux, apte à partager ses connaissances avec les malades et les professionnels. Je le remercie de sa confiance et je suis honoré de plaider ici pour l'intérêt de ce livre, car chaque être humain a fait l'expérience de la douleur, phénomène à la fois universel et totalement intime.

*« Pour ce qui est de l'avenir, il ne s'agit pas de le prévoir, mais de le rendre possible. »* Antoine de Saint Exupéry (1900 – 1944)

Ivan Krakowski,  
Oncologue médical, médecin de la douleur  
Président de l'Association Francophone pour les Soins Oncologiques  
de support – AFSOS. [www.afsos.org](http://www.afsos.org)

# PREAMBULE

Lorsque l'on se destine à la médecine, on apprend très vite au cours des études un nouveau langage, scientifique et médical, fait de nouveaux mots et de nouvelles expressions, qui peuvent renvoyer à l'anatomie du corps humain, à ses cellules ou son fonctionnement normal dans les moindres détails, que l'on nomme la physiologie. Ce champ lexical s'enrichit ensuite de toutes les spécificités des maladies, que l'on nomme pathologies. De nouveaux mots et expressions, relatifs à des symptômes, à des processus décrivant les maladies ou à des traitements, deviennent à travers un long apprentissage, le quotidien des jeunes médecins qui structurent leur pensée médicale, pour devenir *in fine* des spécialistes de la maladie, du diagnostic au traitement, qu'il soit curatif ou palliatif.

**La communication est au cœur de la médecine.** Et elle l'est d'autant plus que la science progresse à grande vitesse à travers une technicité phénoménale, qui repousse un peu plus chaque année les limites de notre savoir. À l'heure où les médecins et les soignants s'hyperspécialisent et deviennent des experts de telle maladie ou tel traitement pour apporter au patient le soin le plus adéquat, la communication médicale est un axe majeur de la santé.

Aujourd'hui, grâce aux technologies de l'information et de la communication, le savoir médical est accessible à tous et gratuitement, quasi instantanément. Pour autant, ce n'est pas parce qu'on trouve sur internet un article de médecine sur un sujet particulier, qu'on en maîtrise les tenants

et aboutissants en l'espace de quelques minutes. Cet accès facilité peut même modifier la communication au sein de la relation entre la personne soignante et la personne soignée. Mais attention : au sein de cette bulle numérique l'information côtoie la désinformation, ce qui peut avoir des effets négatifs.

Ce livre est un échange entre deux personnes : celui qui l'a écrit et le lecteur. La première personne est médecin de profession et soigne tous les jours des patients atteints de douleurs du cancer. La seconde personne peut être un patient qui souffre de ces douleurs du cancer, mais aussi un proche de son entourage, qui recherche des informations et peut-être des réponses à leurs questions sur ce sujet. Comme nous le verrons à travers ces pages, pour des raisons souvent complexes mais parfois plus simples, la prise en charge des douleurs du cancer est loin d'être parfaite en France et dans le monde, et ce malgré l'accès à une connaissance médicale qui, du diagnostic au traitement, peut et doit nous permettre d'améliorer la qualité de vie des patients atteints de douleurs du cancer au quotidien.

Vous trouverez dans cet ouvrage, des termes médicaux qui n'ont volontairement pas été « *vulgarisés* », c'est-à-dire adaptés d'un point de vue lexical. Pour les médicaments, seuls les noms de molécules seront cités, pas leur dénomination commerciale. Mon parti pris est celui d'informer une personne atteinte de douleurs du cancer, ou son entourage, en partageant le langage et le savoir médical simplement. La personne qui souffre de douleurs du cancer est celle à qui nous – soignants – devons l'information la plus juste et la plus actuelle possible, afin de lui permettre d'agir au quotidien. Ce n'est qu'en étant bien informé qu'un patient peut devenir acteur voire expert, concept récent qui fait de la personne atteinte d'une maladie chronique un acteur de santé à part entière. Ce livre n'a pas la prétention de remplacer la relation thérapeutique entre le médecin et la personne malade mais de rendre accessibles les connaissances actuelles sur la douleur du cancer, pour en faciliter et améliorer la prise en charge.

# INTRODUCTION

## **Objectif: qualité de vie!**

Les progrès de la médecine et de la science permettent de guérir de plus en plus de cancers. Pourtant, en France et dans le monde, la fréquence des cancers augmente chaque année. Tous cancers et tous stades confondus, on estime que plus de la moitié des patients souffrent de douleurs modérées à sévères, qui peuvent même survenir après guérison de la maladie. Ces douleurs peuvent être complexes à soulager. Les patients ont encore trop peu accès aux équipes spécialisées dans la prise en charge de la douleur du cancer, et insuffisamment tôt dans leur parcours de soins : les douleurs du cancer restent aujourd'hui sous-diagnostiquées, sous-évaluées et sous-traitées.

La France s'est dotée d'une politique de lutte contre la douleur qui, en ce qui concerne le cancer, se matérialise à travers les soins oncologiques de support. Ces soins, indispensables tout au long de la maladie, et dès le diagnostic, prennent notamment en charge la douleur, les troubles nutritionnels ou psychologiques, et l'ensemble des facteurs socio-environnementaux du patient et de son entourage.

Cet ouvrage vous permettra de comprendre la douleur du cancer, mais également qui sont les ressources pour la prendre en charge, dans quel environnement et avec quels outils thérapeutiques, qu'ils soient médicamenteux ou non.

Les progrès de la médecine permettent de guérir de plus en plus de cancers. Pourtant, en France et dans le monde, la fréquence des cancers augmente chaque année. Tous cancers et tous stades confondus, plus de la moitié des patients souffrent de douleurs modérées à sévères, qui peuvent même survenir après guérison de la maladie. Ces douleurs sont souvent complexes à soulager.

Comment prendre en charge la douleur, les troubles nutritionnels ou psychologiques? Comment aborder l'ensemble des facteurs socio-environnementaux du patient et de son entourage? La France a mis en place une politique de lutte contre la douleur qui, en ce qui concerne le cancer, se matérialise à travers les soins de support. Ces soins – indispensables tout au long de la maladie – prennent en charge les symptômes, qu'ils soient en rapport avec le cancer ou ses traitements, pour assurer une meilleure qualité de vie possible aux patients et leurs proches.

Dans cet ouvrage, le Dr Lemaire propose aux patients et à leur entourage de devenir acteurs et experts dans la prise en charge de la douleur, pour une meilleure qualité de vie au quotidien.



Le Dr **Antoine Lemaire** est médecin hospitalier spécialiste de la douleur et des soins palliatifs, chef du pôle Cancérologie et Spécialités Médicales du Centre Hospitalier de Valenciennes. Formé au journalisme médical, il est également l'auteur de nombreux articles ou livres consacrés à la médecine et à la santé grand public.



ISBN : 978-2-84835-591-7

12,90 € TTC – France

Visuel de couverture : © adragan – Adobe Stock.com

[www.inpress.fr](http://www.inpress.fr)

• EDITIONS IN PRESS •