

# Que faire en cas de neuropathie périphérique

*What to Do for Peripheral Neuropathy - French*

La neuropathie périphérique (NP), également appelée « neuropathie périphérique causée par la chimiothérapie » (NPIC), ou simplement « neuropathie », correspond à des lésions des nerfs qui contrôlent les sensations et les mouvements des bras, jambes, mains et pieds. Certaines chimiothérapies provoquent la neuropathie périphérique.

Il n'est pas toujours possible de prévenir la NPIC, mais il est important d'en parler à votre équipe de soins du cancer dès que vous remarquez les changements suivants au niveau des mains et des pieds :

- des picotements ou fourmillements ;
- une sensation de chaleur ou de brûlure ;
- un engourdissement ;
- une faiblesse ;
- une gêne ou de la douleur ;
- une diminution de la sensation de froid ou de chaud ;
- des crampes au niveau des pieds.



## Quelles sont les causes de la neuropathie chez les personnes atteintes de cancer ?

Certains types de médicaments utilisés contre le cancer peuvent provoquer une NPIC. Le moment où les symptômes apparaissent et leur gravité dépendent de la dose de chimiothérapie et de la fréquence d'administration. Souvent, la NPIC s'aggrave avec le nombre de traitements ou si la dose est augmentée.

La neuropathie peut également être causée par :

- d'autres traitements contre le cancer, comme la chirurgie ou la radiothérapie ;
- les tumeurs qui font pression sur les nerfs ;
- les infections qui touchent les nerfs ;
- les lésions de la moelle épinière ;
- le diabète ;
- l'abus d'alcool ;
- le zona ;

- un faible taux de vitamine B ;
- certaines maladies auto-immunes ;
- une infection par le VIH (virus de l'immunodéficience humaine) ;
- Une mauvaise circulation sanguine (maladie vasculaire périphérique).



## Conseils pour gérer la NPIC

À l'heure actuelle, il n'existe pas encore de moyen absolu pour prévenir la NPIC. C'est un problème courant qui, chez certaines personnes, peut durer des semaines, des mois, voire des années après la fin du traitement. Vous pouvez faire certaines choses pour gérer les symptômes. Il vaut mieux commencer immédiatement pour éviter les lésions à long terme qui ne s'amélioreront peut-être pas.

- Prenez des antidouleurs contre la NPIC prescrits par votre équipe de soins du cancer. La plupart des antidouleurs sont plus efficaces s'ils sont pris avant que la douleur ne soit intense.
- Prévenez les blessures et évitez les situations pouvant aggraver vos symptômes, comme par exemple; toucher des objets chauds ou froids avec vos mains ou pieds nus, ou porter des vêtements ou des chaussures trop serrés.
- Si vous êtes diabétique, contrôlez votre glycémie pour éviter les lésions nerveuses supplémentaires.
- Si la NPIC affecte vos mains, soyez prudent lorsque vous utilisez des couteaux, ciseaux, cutters ou tout autres objets tranchants. Ne les utilisez que lorsque vous pouvez accorder toute votre attention à la tâche.
- Protégez vos mains en portant des gants lorsque vous faites le ménage, du bricolage ou que vous travaillez à l'extérieur.

- Prenez soin de vos pieds. Examinez-les une fois par jour afin de détecter toutes blessures ou plaies ouvertes.
- Portez en permanence des chaussures qui couvrent tout le pied lorsque vous marchez, même chez vous. Consultez votre équipe de soins du cancer pour en savoir plus sur les chaussures ou les accessoires orthopédiques protégeant les pieds.
- Si vous avez des problèmes d'équilibre en marchant, utilisez des rampes ou barres d'appui dans les couloirs et les salles de bain pour éviter les chutes. Un déambulateur ou une canne peuvent également vous être utiles.
- Utilisez une veilleuse ou une lampe de poche lorsque vous vous levez la nuit.
- Protégez-vous des blessures causées par la chaleur. Réglez les chauffe-eaux entre 40 et 49 °C (105 et 120 °F) pour réduire le risque de brûlures lorsque vous vous lavez les mains.
- Utilisez des gants de cuisine ou des maniques pour manipuler des objets de cuisine chauds, comme les plats, les grilles de four et les casseroles.
- Si vous prenez un bain, vérifiez la température de l'eau à l'aide d'un thermomètre.
- Évitez de boire de l'alcool. Il peut aggraver la NPIC.

Voici quelques stratégies et médicaments qui peuvent être recommandés :

- l'interruption temporaire de la chimiothérapie ou un ajustement de la dose par l'équipe de soins du cancer, si la NPIC devient trop gênante ou grave ;
- les stéroïdes, mais uniquement pendant une courte période, jusqu'à ce qu'un traitement à long terme soit établi ;
- les patch ou crèmes anesthésiques à appliquer directement sur la zone douloureuse (p. ex., patch à la lidocaïne ou crème à la capsaïcine) ;
- les antidépresseurs, souvent à une dose plus faible que celle utilisée pour traiter la dépression ;
- les anti-convulsifs, aussi utilisés pour traiter d'autres types de douleur névralgique ;
- les opioïdes ou narcotiques, si la douleur est intense ;
- les essais cliniques visant à découvrir d'autres traitements potentiellement efficaces – adressez-vous à votre équipe de soins du cancer si vous souhaitez trouver un essai clinique ;
- d'autres traitements, comme la stimulation électrique des nerfs, la physiothérapie ou l'ergothérapie, la relaxation ou l'acupuncture, peuvent également soulager la douleur névralgique.

Il est important de travailler en collaboration avec votre équipe de soins du cancer pour gérer la neuropathie périphérique induite par la chimiothérapie.



### Parlez à votre équipe de soins du cancer

Décrivez les changements associés à la neuropathie que vous observez à votre équipe de soins du cancer. Précisez quand vous avez remarqué ces changements, ce qui vous pose problème, et ce qui améliore ou empire la situation.



### Traitement

Le traitement consiste principalement à soulager la douleur associée à la NPIC. Les chercheurs évaluent les médicaments pour déterminer les plus efficaces contre la NPIC. Plusieurs tentatives ou types de traitement peuvent être nécessaires afin de trouver celui qui vous convient.



Pour en savoir plus sur le cancer et pour obtenir des réponses à vos questions, consultez le site de l'American Cancer Society : [cancer.org](https://www.cancer.org) ou appelez-nous au numéro **1-800-227-2345**. Nous sommes là pour vous.