

Covid-19 et cancer du poumon



GLOBAL LUNG CANCER
COALITION

Qu'est-ce que la COVID-19 et comment la détecte-t-on?

La Covid-19 est une maladie causée par un virus qu'une personne contracte en respirant des gouttelettes propagées par une personne infectée. Cela peut se faire en éternuant, en toussant ou en étant près de quelqu'un. L'infection peut également être transmise à partir de gouttelettes qui atterrissent sur des surfaces qui peuvent ensuite être transférées des mains au nez, à la bouche ou aux yeux.

Pourquoi la Covid-19 est-elle préoccupante pour les patients atteints de cancer du poumon?

Certaines personnes ne présentent aucun symptôme de Covid-19, d'autres souffrent d'infections légères ou plus graves dont elles se rétablissent après quelques semaines. L'infection peut également causer des problèmes de santé plus chroniques, notamment des lésions pulmonaires et des problèmes chroniques du système immunitaire. Malheureusement, certaines personnes peuvent mourir de la Covid-19.

Le risque de Covid-19 varie selon les différents cancers. Les patients les plus à risque sont ceux dont le système immunitaire est affaibli (par exemple suite à un traitement anticancéreux récent), ceux qui sont plus âgés, certains patients ayant un cancer qui affecte le système immunitaire et ceux qui présentent des pathologies sous-jacentes, telles que le diabète, les maladies cardiaques et les problèmes respiratoires.

Malheureusement, le cancer du poumon affaiblit les poumons et cela signifie que les personnes atteintes de ce cancer courent un risque accru de tomber gravement malades si elles développent la Covid-19. De nombreux patients atteints de cancer du poumon ont des problèmes respiratoires sous-jacents, ce qui augmente également leur risque de devenir très malade. Les patients atteints d'un cancer du poumon qui subissent ou ont récemment terminé un traitement de radiothérapie sont considérés à haut risque et devraient en discuter avec leur équipe médicale.

Comment puis-je réduire mon risque d'infection?

Actuellement, les pays du monde entier émettent des conseils de différents niveaux pour leurs populations, mais il y a quelques mesures clés que nous pouvons tous prendre pour réduire notre risque de Covid-19. Les gouttelettes étant la principale voie d'infection, le confinement des autres personnes susceptibles d'être atteintes de la maladie est la méthode la plus efficace pour vous empêcher de développer une infection. Les autres façons de rester en sécurité sont ;

- **Portez un masque facial**
Suivez toujours les derniers conseils officiels sur la façon de se couvrir le visage.
- **Limitez les contacts avec d'autres personnes**
Et lorsque vous êtes en compagnie de quelqu'un, gardez une distance de 6 pieds/2 m de cette personne.
- **Lavez-vous les mains régulièrement ou utilisez un désinfectant à base d'alcool.**
- **Ne touchez pas votre visage, votre bouche ou vos yeux avec des mains sales.**
- **Toussez dans votre coude/un mouchoir**
Jetez le mouchoir à la poubelle et lavez-vous les mains immédiatement.
- **Nettoyez et désinfectez les objets et surfaces fréquemment touchés**
- **Ne partagez pas d'objets qui touchent votre bouche** - par exemple, des bouteilles, des tasses.
- **Ne serrez pas la main de quelqu'un.**
- **Assurez-vous que toutes les personnes en contact avec vous, leurs amis et leur famille suivent également les conseils sur la distance sociale, les masques et l'hygiène.** Ils pourraient vous mettre en danger s'ils ne le font pas.
- **Suivez les conseils nationaux pour signaler immédiatement tout symptôme.**

Covid-19 et cancer du poumon



GLOBAL LUNG CANCER
COALITION

Comment garder vos mains propres

Du savon et de l'eau

Mouillez-vous les mains avec de l'eau courante propre (tiède ou froide) et appliquez du savon.

Faites mousser vos mains en les frottant avec le savon.

Frottez toutes les surfaces de vos mains, y compris les paumes, le dos, les doigts, entre vos doigts et sous vos ongles. Continuez à frotter pendant 20 secondes.

Rincez bien vos mains sous l'eau du robinet.

Séchez vos mains à l'aide d'une serviette propre ou à l'air libre.

Gel pour les mains à base d'alcool

Si le savon et l'eau ne sont pas disponibles, utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool contenant au moins 60 % d'alcool et lavez-les à l'eau et au savon dès que possible.

N'utilisez **PAS** de désinfectant pour les mains si vos mains sont visiblement sales.

Appliquez. Mettez suffisamment de produit sur les mains pour couvrir toutes les surfaces.

Frottez-vous les mains ensemble, jusqu'à ce qu'elles soient sèches. Cela devrait prendre environ 20 secondes.

Remarque : ne rincez pas et n'essuyez pas le désinfectant pour les mains avant qu'il ne soit sec ; il pourrait ne pas fonctionner aussi bien contre les germes.

Surveillez les enfants afin qu'ils n'avalent pas l'alcool.

Si vous avez ou avez eu un cancer du poumon, vous devrez peut-être prendre des mesures supplémentaires pour réduire vos risques de contracter la Covid-19. Celles-ci comprennent :

- Évitez strictement tout contact avec une personne qui présente des symptômes de Covid-19 ou qui a côtoyé une personne atteinte de la Covid-19.
- Restez chez vous autant que possible, limitez les interactions sociales à de petits groupes à l'extérieur et maintenez toujours une distance sociale stricte lorsque vous entrez en contact avec les autres.
- Évitez d'utiliser les transports en commun lorsque cela est possible.
- Restez en contact régulier avec les autres en utilisant la technologie à distance comme le téléphone, Internet et les réseaux sociaux, plutôt que de vous rencontrer en personne.
- Utilisez les services téléphoniques ou en ligne pour contacter votre équipe médicale ou d'autres services essentiels.
- Demandez à quelqu'un d'aller chercher vos médicaments sur ordonnance et les autres médicaments et produits en magasin.
- Restez physiquement actif et essayez de prendre l'air régulièrement.
- Ayez une alimentation équilibrée, faites-vous livrer votre nourriture à domicile si possible.
- Faites un programme commun avec la famille, les amis et les voisins pour le soutien dont vous avez besoin maintenant ou si vous ne vous sentez pas bien.

Covid-19 et cancer du poumon



GLOBAL LUNG CANCER
COALITION

Que dois-je faire si j'ai des symptômes?

Les symptômes comprennent la fièvre (température élevée supérieure à 38 °C/ 100,4 °F), la toux, l'essoufflement, ou une perte ou une modification de votre odorat ou de votre goût.

Isolez-vous et appelez votre équipe médicale pour obtenir des conseils :

- Si vous suivez un traitement ou avez terminé le traitement au cours des 6 derniers mois, appelez immédiatement votre service d'oncologie. Toute infection peut être grave si votre système immunitaire est faible. Votre équipe hospitalière peut évaluer si vos symptômes peuvent être liés à votre cancer ou à la Covid-19.
- Si vous attendez le début du traitement ou que vous vous êtes rétabli d'un cancer, appelez votre médecin ou l'équipe de l'hôpital pour obtenir des conseils.

Ne vous rendez pas dans un hôpital, une clinique de traitement ou un cabinet médical sans en parler d'abord à un professionnel de la santé.

Vais-je pouvoir suivre mon traitement?

Vous devez poursuivre votre traitement et continuer à prendre tous vos médicaments à moins que votre médecin ne vous dise d'arrêter. Les hôpitaux s'efforcent d'assurer la sécurité des patients atteints de cancer et de leur offrir les meilleurs soins possibles.

Le risque lié à la Covid-19 peut vouloir dire qu'une consultation téléphonique ou vidéo sera nécessaire au lieu d'une visite en face à face, que certains types de traitement ne seront pas disponibles ou qu'il faudra reporter le traitement pendant un certain temps. Votre équipe médicale de l'hôpital vous informera de tout changement dans votre plan de traitement ou de tout changement dans les procédures de l'hôpital.

Votre équipe médicale peut vous conseiller de vous confiner pendant deux semaines avant le traitement, afin de réduire votre risque d'entrer en contact avec le Covid-19. Demandez-leur si vous devez vous isoler avant, pendant ou après le traitement, et pendant combien de temps.

Et si mon traitement est retardé?

La pandémie de Covid-19 exerce une pression supplémentaire sur nos services de santé, et dans certains pays cela signifie que les rendez-vous et les traitements sont retardés. Vous pouvez vous sentir très anxieux si votre traitement est modifié ou retardé. Essayez de parler à votre équipe médicale des raisons pour lesquelles cela se produit et de ce que cela signifie pour vous.

Certains traitements contre le cancer peuvent affecter votre système immunitaire, ce qui vous expose davantage au risque de souffrir de la Covid-19. Cela a conduit à certains changements apportés aux rendez-vous à l'hôpital et aux plans de traitement dans le but de réduire les risques d'infection des patients.

Les médecins du monde entier évaluent l'urgence et le bénéfice potentiel des traitements par rapport aux risques qu'ils engendrent, et la meilleure façon de gérer le risque d'exposition à la Covid-19 lors des visites à l'hôpital. En conséquence, vous aurez probablement des rendez-vous téléphoniques avec votre équipe médicale plutôt que des visites à l'hôpital.

Il est bon de se préparer aux rendez-vous téléphoniques car il peut être difficile de se souvenir de tout ce que vous voulez dire. Préparer une liste de questions et prendre des notes peut être utile car il peut être difficile de se souvenir de tout ce qu'ils vous disent, en particulier au téléphone. Si vous ne comprenez pas quelque chose, demandez-leur de vous l'expliquer à nouveau. C'est votre moment, alors n'ayez pas peur de demander tout ce que vous souhaitez savoir.

Covid-19 et cancer du poumon



GLOBAL LUNG CANCER
COALITION

Exemples de questions que vous voudrez peut-être poser à votre équipe médicale :

- Mon traitement contre le cancer affectera-t-il mon risque d'attraper la Covid-19 et de tomber malade?
- Que dois-je faire si moi, ou quelqu'un avec qui je vis, attrape la Covid-19?
- Mon traitement se poursuivra-t-il si j'ai la Covid-19?
- Mon traitement a été retardé - quand puis-je espérer recevoir le traitement?
- Un retard dans mon traitement affectera-t-il son efficacité?
- Mon traitement a été modifié, pouvez-vous m'expliquer pourquoi?

J'ai eu un cancer du poumon dans le passé - suis-je plus à risque de développer la Covid-19?

Le système immunitaire de la plupart des gens s'est complètement rétabli quelques mois après la fin de leur traitement. Si votre système immunitaire s'est rétabli, votre risque ne sera pas significativement plus élevé que celui d'autres personnes du même âge et du même état de santé général que vous.

Vous devez toujours suivre les conseils sur la façon de vous protéger contre les infections.

Les risques sont différents pour chaque personne - ils dépendent de votre type de cancer, de votre traitement, de votre âge et de votre état de santé général. Si vous êtes inquiet, la meilleure chose à faire est de poser des questions à votre oncologue ou à vos infirmières en oncologie, qui connaissent vos antécédents médicaux.

Se soutenir les uns les autres

Faire face à un diagnostic de cancer est déjà assez difficile sans l'inquiétude supplémentaire qu'engendre la Covid-19. Cela peut être très difficile si on vous conseille de rester à la maison et de réduire les contacts face à face.

L'isolement peut être incroyablement difficile, surtout pour ceux qui suivent un traitement contre le cancer, lorsque l'affection et le soutien de la famille et des amis sont si importants. Alors que nous essayons de faire face du mieux que nous pouvons, nous devons nous rappeler que ces mesures sont là pour protéger les plus vulnérables de nos amis et de notre famille, et restent temporaires.

Il est important de veiller à votre bien-être physique et mental. Nous savons que ce n'est pas facile à faire lorsque vous devez rester à la maison.

Ce que vous pouvez faire pour vous aider :

- Restez en contact avec vos proches par téléphone ou par chat vidéo. Parfois, voir le visage de quelqu'un peut vous aider à vous sentir moins seul.
- Assurez-vous de garder les téléphones et appareils chargés et d'avoir du crédit sur votre téléphone afin de pouvoir rester connecté.
- Maintenez une routine à la maison.
- Essayez de manger sainement et de rester actif.
- Il est parfaitement compréhensible que vous vous sentiez plus anxieux que d'habitude. Les sources de préoccupation courantes peuvent inclure les inquiétudes concernant les changements et les retards dans le traitement du cancer, ou les préoccupations concernant la Covid-19 et la façon dont elle pourrait vous affecter. Parlez à vos proches ou à votre équipe médicale de ce que vous ressentez.
- Vous pourriez ne plus être rassuré par vos visites à l'hôpital ou à la clinique pour voir vos médecins ou infirmières. Parlez à votre équipe médicale lors de vos rendez-vous et demandez quel soutien est disponible.

Récapitulatif

- Le cancer du poumon affaiblit vos poumons, donc malheureusement, cela signifie que vous êtes plus à risque de devenir gravement malade si vous contractez la Covid-19.
- Il est essentiel que vous suiviez les conseils nationaux sur la façon de vous protéger.
- Parlez à votre équipe médicale de vos risques personnels et n'hésitez pas à les contacter si vous développez des symptômes.
- Si vous êtes inquiet par rapport à l'impact de la Covid-19 sur votre plan de traitement, parlez-en à votre équipe médicale.
- Il est normal de se sentir anxieux en ce moment, c'est une période très difficile pour les patients atteints d'un cancer du poumon. Demandez à vos proches de vous soutenir et faites-leur savoir ce que vous ressentez.
- Renseignez-vous auprès de vos organisations locales de lutte contre le cancer du poumon pour voir quel soutien vous est offert ou parlez-en à votre équipe médicale.



**GLOBAL LUNG CANCER
COALITION**

COVID-19 et cancer du poumon
© Global Lung Cancer Coalition
www.lungcancercoalition.org

Cette brochure d'information a été élaborée par le secrétariat de la Global Lung Cancer Coalition (GLCC) et révisée par des experts du cancer du poumon. Pour plus d'informations sur les services d'aide et d'information disponibles dans votre pays, rendez-vous sur le site www.lungcancercoalition.org Version 1.0 - Janvier 2021.