

FÉVRIER 2023

CANCER INFO

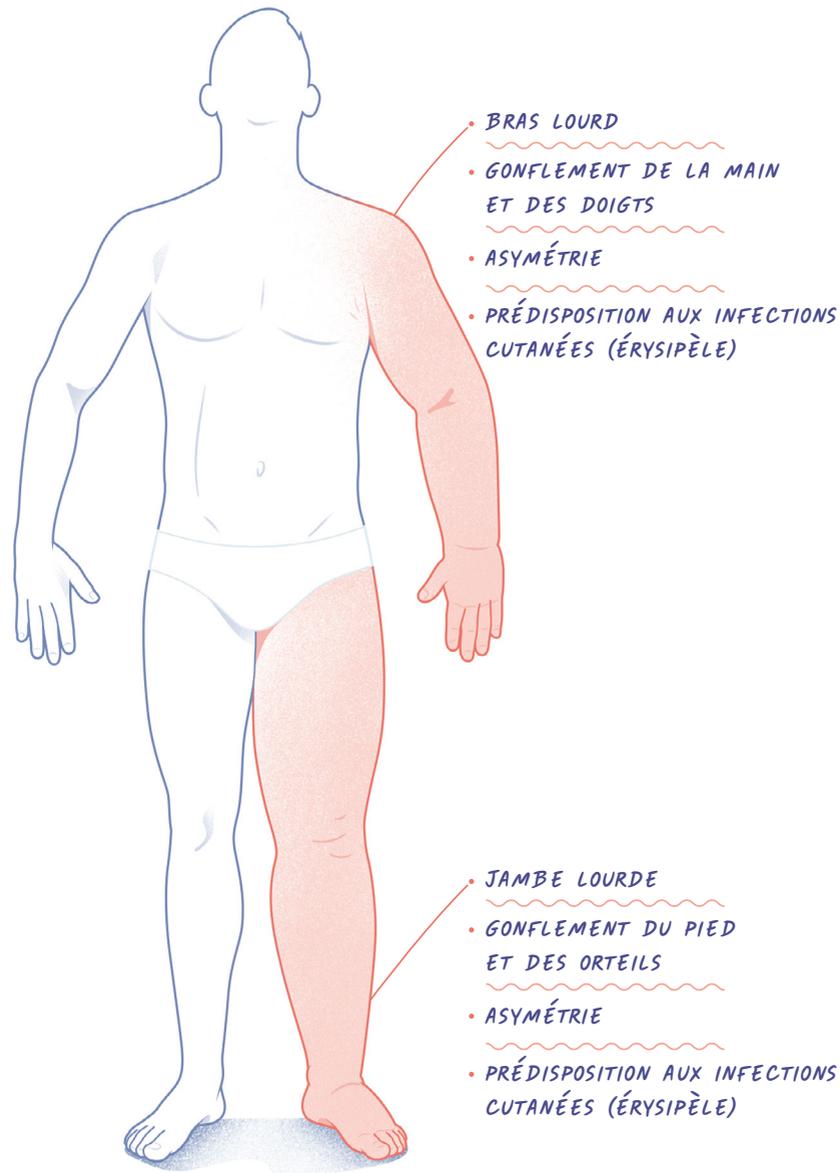
FICHES PATIENTS

LE LYMPHŒDÈME APRÈS TRAITEMENT D'UN CANCER

SOMMAIRE

- 03** INTRODUCTION
- 04** LE LYMPHŒDÈME, QU'EST-CE QUE C'EST ?
- 06** COMMENT RECONNAÎTRE UN LYMPHŒDÈME ?
- 07** QUELLES SONT LES CONSÉQUENCES DU LYMPHŒDÈME ?
- 08** COMMENT PRÉVENIR LE LYMPHŒDÈME ?
- 09** QUELLES SONT LES MESURES MISES EN PLACE LORS DE LA SURVENUE D'UN LYMPHŒDÈME ?
- 12** SOURCES DE RÉFÉRENCE

ILLUSTRATION D'UN LYMPHŒDÈME BRAS/JAMBES ET SES SYMPTÔMES



INTRODUCTION

Un lymphœdème est une augmentation de volume d'une partie d'un membre supérieur (bras) ou d'un ou des membres inférieurs (jambe), provoquée par une atteinte du système lymphatique (blocage, de façon permanente, de la circulation de la lymphe). La lymphe est un liquide légèrement coloré produit par le corps, qui transporte notamment les globules blancs, évacue les déchets des cellules et circule dans des vaisseaux dits lymphatiques.

Il peut être favorisé par certains traitements des cancers comme l'ablation des ganglions lymphatiques et la radiothérapie. Il est plus rarement causé par le cancer lui-même.

REMARQUE

Afin de ne pas alourdir le texte de cette fiche, nous avons employé le masculin comme genre neutre pour désigner aussi bien les hommes que les femmes.

LE LYMPHŒDÈME, QU'EST-CE QUE C'EST ?

BON À SAVOIR

Il faut distinguer lymphœdème et lymphocèle. Un lymphocèle est une accumulation de lymphes sous la peau qui forme un kyste au niveau de la région opérée.

Le lymphœdème est une augmentation de volume d'un ou plusieurs segments d'un bras, d'une ou des deux jambes, liée à un dysfonctionnement du système lymphatique. Cette augmentation de volume provoque, en quelques semaines ou quelques mois, un épaississement de la peau et une accumulation de tissu adipeux, constitué des cellules graisseuses qui se trouvent sous l'épiderme. Lorsque la lymphe devient minoritaire, le lymphœdème est alors chronique et ne pourra plus disparaître.

Le lymphœdème touche aussi bien les femmes que les hommes.

Le lymphœdème est un effet indésirable majeur des cancers et de leurs traitements, notamment le cancer du sein, les cancers gynécologiques (col utérin, endomètre, ovaire, vulve, vagin), les cancers urinaires (prostate, vessie, verge), les cancers cutanés (mélanome) ou bien encore digestifs (rectum, anus).

Les traitements pouvant provoquer un lymphœdème sont :

- un curage ganglionnaire, opération chirurgicale qui consiste à enlever une partie des ganglions lymphatiques situés à proximité de l'organe atteint par le cancer, afin d'examiner s'ils contiennent ou non des cellules cancéreuses ;
- une radiothérapie (radiothérapie externe ou curiethérapie).

Il peut également, plus rarement, résulter du cancer ou, encore plus rarement, le révéler.

Le **lymphœdème du membre supérieur** ne touche qu'un bras et est principalement consécutif des traitements des cancers du sein. On parle également de « gros bras ». Il se définit comme une différence de volume de 10 % par rapport à l'autre bras non atteint. Cependant, pour des raisons pratiques et techniques, une simple différence de 2 centimètres de contour des bras permet de poser un diagnostic rapide en consultation.

Le **lymphœdème du membre inférieur** peut toucher indifféremment une jambe ou les deux. Il peut concerner :

- la cuisse (lymphœdème proximal) ;
- la partie sous le genou (lymphœdème distal) ;
- ou la totalité de la jambe (lymphœdème complet).

Il peut également atteindre le pubis et/ou les organes génitaux externes.

POUR ALLER PLUS LOIN

Les guides Cancer Info décrivent, pour chaque localisation de cancer, les traitements par stade de la maladie ainsi que leurs objectifs. Vous pouvez les commander gratuitement ou les télécharger sur e-cancer.fr



LE SYSTÈME LYMPHATIQUE

Le système lymphatique est chargé de défendre l'organisme contre les agents extérieurs, notamment infectieux. Il appartient au système immunitaire qui a pour fonction d'identifier, maîtriser et détruire les particules étrangères ainsi que les cellules anormales.

Le système lymphatique comprend les vaisseaux lymphatiques, les ganglions lymphatiques, la rate et le thymus.

Le réseau lymphatique est constitué d'une série de canaux fins appelés vaisseaux lymphatiques qui se

ramifient dans tout le corps. Les vaisseaux lymphatiques transportent la lymphe, un liquide qui contient les cellules immunitaires, dont les lymphocytes (globules blancs). Au sein de ce large réseau, se trouvent des groupes de petits organes en forme de haricots que l'on appelle les ganglions lymphatiques. Ces ganglions, répartis dans tout le corps, contiennent des cellules du système immunitaire prêtes à réagir à d'éventuelles agressions extérieures. Ils se trouvent le plus souvent le long des veines et des artères. Ils sont perceptibles notamment dans le cou, les aisselles et l'aîne.

COMMENT RECONNAÎTRE UN LYMPHŒDÈME ?

L'apparition d'un lymphœdème est souvent discrète et transitoire. Il peut avoir pour symptômes :

- une augmentation du volume d'un bras, d'une ou des deux jambes, y compris les doigts ou les orteils;
- une sensation de gonflement, de lourdeur dans le bras, la jambe ou la région génitale;
- une difficulté à bouger une articulation dans le bras ou la jambe voire une réduction de la mobilité si le lymphœdème est volumineux;
- un durcissement ou un épaissement de la peau;
- l'impression que les vêtements (en particulier les manches ou les pantalons) ou les bijoux (bagues, bracelets, montres) sont trop serrés.

QUELLES SONT LES CONSÉQUENCES DU LYMPHŒDÈME ?

L'érysipèle est la principale complication du lymphœdème. Un érysipèle est une infection bactérienne, favorisée par des plaies (coupures, griffures, irritations...) et caractérisée par une fièvre élevée, une rougeur de la peau, des douleurs et une augmentation de volume du membre atteint par le lymphœdème. C'est pourquoi il est très important de prévenir les risques d'infections cutanées sur le ou les membres touchés par le lymphœdème et de consulter en urgence son médecin en cas de fièvre et/ou de rougeur dans la zone concernée.

Le lymphœdème peut avoir un impact fonctionnel qui peut limiter vos capacités physiques de façon importante et altérer de façon conséquente votre qualité de vie. Il peut entraîner des difficultés psychologiques (perturbation de l'image de soi et de son corps; perte de l'estime de soi; anxiété; dépression); sociales et familiales (problèmes de couple et impacts sur la vie intime et la sexualité, isolement social) et avoir des interférences avec votre vie professionnelle en nécessitant un aménagement de poste ou un changement de profession.

Pour toutes ces raisons, un accompagnement psychologique et une orientation vers des soins de support adéquats peuvent être nécessaires. N'hésitez pas à en parler avec les professionnels de santé qui vous accompagnent.

COMMENT PRÉVENIR LE LYMPHŒDÈME ?

La seule modalité de prévention d'un lymphœdème est le contrôle du poids.

Aucune autre mesure de prévention n'est pertinente. Les drainages lymphatiques manuels ne sont pas indiqués en prévention du lymphœdème.

Il n'y a en revanche aucune contre-indication - contrairement aux conseils qui étaient donnés précédemment - à :

- réaliser un prélèvement sanguin, une injection intraveineuse ou une mesure de la pression artérielle au niveau du bras qui correspond au sein opéré;
- effectuer des vols en avion, quels que soient le nombre et la durée;
- poursuivre les activités de la vie quotidienne, y compris le port de charges;
- poursuivre ou reprendre une activité physique.

QUELLES SONT LES MESURES MISES EN PLACE LORS DE LA SURVENUE D'UN LYMPHŒDÈME ?

- L**es traitements du lymphœdème visent à :
- réduire le volume du membre et empêcher son augmentation;
 - prévenir les infections du membre atteint;
 - réduire et prévenir la réduction de mobilité du membre atteint;
 - prévenir les conséquences négatives du lymphœdème sur la qualité de vie;
 - soulager une éventuelle douleur.

Gestion du lymphœdème

- La **réduction du poids** chez les patients en situation d'obésité ou de surpoids tient un rôle important afin de limiter la sévérité du lymphœdème.

Vous pouvez vous faire aider par des professionnels et bénéficier de soins de support pour vous aider dans le contrôle de votre poids : bilan et suivi nutritionnel, participation à des ateliers d'éducation thérapeutique du patient (ETP) sur la nutrition, aide à la pratique d'une activité physique adaptée...

- La physiothérapie décongestive complète en deux phases est le traitement principal qui contribue de manière avérée à une amélioration et/ou qui limite toute aggravation du lymphœdème. Elle se décompose en deux phases :
La phase initiale prévoit pour une durée de 1 à 3 semaines :
 - le port de bandages peu élastiques et en plusieurs couches jour et nuit;
 - la pratique d'exercices physiques sous bandages;
 - des séances de drainage lymphatique manuel;
 - des soins d'hydratation de la peau par l'application d'une crème émolliente.

La physiothérapie décongestive complète est réalisée par un masseur-kinésithérapeute formé aux techniques de traitement du lymphœdème (mise en place des bandages peu élastiques, réalisation des drainages lymphatiques manuels et apprentissage des exercices physiques sous bandages).



LA COMPRESSION ÉLASTIQUE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

La compression élastique nécessite de prescrire la compression maximale tolérée et le recours fréquent au sur-mesure. La délivrance se fait par un pharmacien orthopédiste ou par un orthésiste.

Le lymphœdème du membre inférieur nécessite une compression

plus forte que celui du membre supérieur, avec souvent le recours à la superposition de compression.

Il existe des systèmes d'enfilages souples ou rigides et des gants adaptés spécifiques pour vous aider à mettre en place la compression.

La phase d'entretien prévoit :

- le port d'une compression élastique : manchon pour le bras (avec ou sans gant ou mitaine attenante), chaussettes, bas, collant pour les jambes,
- la pratique d'autobandages peu élastiques, 3 nuits par semaine, apprise dans le cadre d'un programme d'éducation thérapeutique,
- la pratique régulière d'exercices physiques (au moins 3 fois par semaine),
- et des soins quotidiens d'hydratation de la peau par l'application d'une crème émolliente.
- Pour les lymphœdèmes de moins d'un an ou de faible volume, la phase d'entretien seule peut être suffisante.
- En cas de douleurs, de raideur ou de perte de mobilité, il est recommandé de faire un bilan clinique complet.

Le drainage lymphatique manuel seul n'a aucun impact sur le volume du lymphœdème. Il peut être proposé durant la phase initiale, en complément des autres mesures prises; il est facultatif en phase d'entretien.

Prévention des infections

Afin de minimiser le risque d'infection, notamment d'**érysipèle**, il est important de limiter toute forme de blessures sur le ou les membres touchés par le lymphœdème telles que les coupures, griffures, petites plaies et autres atteintes de la peau.

Il est également important de prévenir les atteintes de la peau, les brûlures et les plaies en :

- étant vigilant dans les gestes de la vie quotidienne;
- portant des gants pour la vaisselle et le bricolage, des bottes pour le jardinage...;
- réalisant les soins des mains et des pieds avec prudence.

En cas de plaie, pensez à laver l'endroit concerné à l'eau et au savon.

En cas de fièvre et de rougeur dans la zone concernée par le lymphœdème, il est nécessaire de consulter un médecin.



Le recours à un centre spécialisé en gestion du lymphœdème peut être nécessaire en cas de lymphœdème volumineux ou répondant mal aux traitements. Parlez-en à votre médecin.

SOURCES DE RÉFÉRENCE

- **Traitements locorégionaux des cancers du sein infiltrants non métastatiques**, Chapitre 7 « Lymphœdème », collection Recommandations et référentiels, octobre 2021
- Fiche pour la pratique médecins généraliste, **Prévention et traitement du lymphœdème chez le patient atteint de cancer**, collection « Outils pour la pratique » à destination des médecins généralistes, avril 2022
- Site **e-cancer.fr**, rubrique Patients et Proches

ONT PARTICIPÉ À L'ÉLABORATION DE CE DOCUMENT

- **Rebecca BONNETON**, infirmière, centre Léon Bérard, Lyon
- **Elianne DUBOIS**, infirmière, AFIC, Dijon
- **Pr Jean-Pierre JACQUET**, médecin généraliste, Saint-Jean-d'Arvey
- **Pr Marie-Eve ROUGÉ BUGAT**, médecin généraliste, Toulouse
- **Nadia PAIMBA**, patiente, Paris
- **Eléonore PIOT DE VILLARS**, patiente, présidente LYMPHOSPORT, Paris
- **Dr Stéphane VIGNES**, médecin interniste, Unité de lymphologie, Centre de référence des maladies vasculaires rares (lymphœdème primaire, malformations lymphatiques), Hôpital Cognacq-Jay, Paris

INSTITUT NATIONAL DU CANCER

Rédaction et coordination

- **Élodie POTIER**, chargée de projets, département Bonnes Pratiques, direction des Recommandations et du Médicament
- **Marianne DUPERRAY**, directrice, direction des Recommandations et du Médicament

Conformité aux recommandations

- **Dr Marie DE MONTBEL**, responsable de projets, département Bonnes Pratiques, direction des Recommandations et du Médicament

UNE COLLECTION À VOTRE DISPOSITION POUR VOUS INFORMER

Les fiches

- L'IRM (l'imagerie par résonance magnétique)
- Le scanner
- La scintigraphie osseuse
- La TEP-TDM (au 18F-FDG)
- La stomie digestive
- La chambre à cathéter implantable
- Le cathéter central à insertion périphérique
- Les soins palliatifs
- La consultation d'oncogénétique
- La biopsie chirurgicale du sein
- La biopsie percutanée du sein
- La biopsie de la prostate
- La résection transurétrale de vessie ou RTUV
- L'endoscopie bronchique ou bronchoscopie souple
- La gastroscopie ou l'endoscopie digestive haute
- La coloscopie ou endoscopie digestive basse
- L'endoscopie des voies aériennes et digestives supérieures

Les guides

- Les traitements des cancers invasifs du **col de l'utérus** (2022)
- J'ai un cancer, **comprendre et être aidé** (2020)
- Les traitements des cancers du **côlon** (mis à jour en 2020)
- Les traitements des cancers du **rectum** (mis à jour en 2020)
- Les traitements des cancers de l'**ovaire** (mis à jour en 2020)
- Les traitements des cancers de la **thyroïde** (mis à jour en 2020)
- Les traitements du cancer du **pancréas** (mis à jour en 2020)
- Comprendre les **lymphomes non hodgkiniens** (avec France Lymphome Espoir) (2019)
- Traitement du cancer et **tabac** : pourquoi arrêter et comment me faire aider? (2019)
- Les traitements des cancers des **voies aérodigestives supérieures** (2018)
- **Démarches sociales** et cancer (mis à jour en 2018)
- Les traitements des cancers du **poumon** (2017)
- Les traitements du **mélanome de la peau** (2016)
- Les traitements du cancer de la **prostate** (2016)

- La participation de mon **enfant** à une **recherche clinique** sur le cancer (en partenariat avec la SFCE et l'Espace éthique - Région Île-de-France) (2016)
- Participer à un **essai clinique en cancérologie** (2015)
- Comprendre le **myélome multiple** (2015)
- La prise en charge de la **leucémie lymphoïde chronique** (2015)
- Les traitements des cancers de l'**œsophage** (2015)
- Comprendre le **lymphome hodgkinien** (en partenariat avec France Lymphome Espoir) (2015)
- Qu'est-ce qu'une **thérapie ciblée?** (2015)
- Les traitements des cancers du **testicule** (2014)
- Les traitements des cancers de la **vessie** (2014)
- Les traitements des cancers de l'**estomac** (2014)
- **Mon enfant a un cancer** : comprendre et être aidé en partenariat avec la Société française de lutte contre les cancers et leucémies de l'enfant et de l'adolescent (SFCE) (2014)
- Les traitements des cancers du **sein** (2013)
- Les traitements du cancer du **rein** (2013)
- Les traitements du cancer de l'**endomètre** (2013)
- Comprendre la **chimiothérapie** (2011)
- La **polypose adénomateuse** familiale (2011)
- Les traitements du cancer du **foie** (2011)
- Les tumeurs du **cerveau** (2010)
- Comprendre la **radiothérapie** (2009)
- Traitements du cancer et **chute des cheveux** (2009)
- **Douleur** et cancer (2007)
- Comprendre la **nutrition entérale** (2007)
- La **radiothérapie** (2007)
- **Vivre pendant et après** un cancer (2007)
- **Vivre auprès d'une personne** atteinte d'un cancer (2006)
- **Fatigue** et cancer (2006)

À TÉLÉCHARGER OU À COMMANDER GRATUITEMENT

@ **e-cancer.fr**, rubrique « Catalogue des publications ». Accédez à notre catalogue en ligne en quelques clics en scannant le QR code.

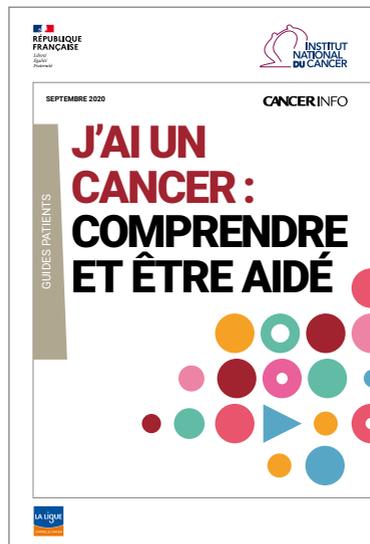


UN GUIDE COMPLET POUR VOUS ACCOMPAGNER DURANT VOTRE PARCOURS DE SOINS ET APRÈS LA MALADIE

Qu'est-ce qu'un cancer ?

Quelles sont les étapes de votre parcours de soins ?

Comment sont choisis vos traitements ?



Une collection
GRATUITE
à votre
disposition

Qui sont les professionnels qui vous accompagnent au quotidien ?

Que mettre en place pour faciliter votre vie quotidienne ?

Quel suivi après votre cancer ?

« Grâce aux explications fournies par ce guide sur mon parcours de soins, mes traitements et sur certains mots médicaux, j'ai pu communiquer plus facilement avec mon équipe soignante. »

Michel H., 71 ans.

« La lecture de ce guide, qui a été remis à ma mère lorsqu'elle a appris sa maladie, m'a permis de comprendre ce qu'elle vivait et de l'accompagner au mieux. »

Sandra M., 41 ans.

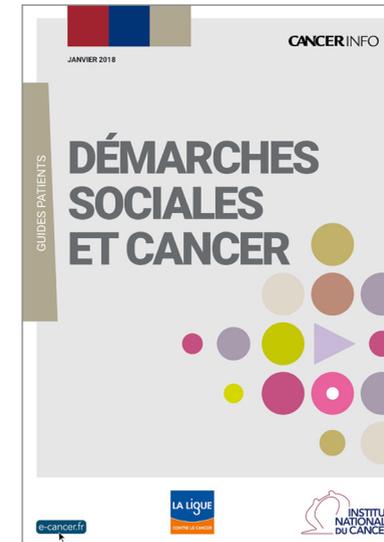
UN GUIDE POUR TOUT SAVOIR DES DÉMARCHES, AIDES ET SOLUTIONS, QUELLE QUE SOIT VOTRE SITUATION

Qui sont vos principaux interlocuteurs administratifs ?

Quels sont vos droits pendant l'hospitalisation ?

Quelle prise en charge financière de vos soins ?

Quels sont vos revenus pendant un arrêt de travail ?



Une collection
GRATUITE
à votre
disposition

Quels congés pour le proche qui vous accompagne ?

Comment s'organise la reprise du travail ?

Puis-je contracter un prêt bancaire après la maladie ?

Dans quels cas le cancer est-il reconnu comme maladie professionnelle ?

« Ce guide m'a permis d'y voir plus clair dans les démarches administratives. »

Fabienne K., 65 ans.

« En lisant ce guide, j'ai appris que j'avais droit à un congé pour accompagner ma femme malade. »

Laurent V., 54 ans.

À TÉLÉCHARGER OU À COMMANDER GRATUITEMENT

@ **e-cancer.fr**, rubrique « Catalogue des publications ». Accédez à notre catalogue en ligne en quelques clics en scannant le QR code.

 Bon de commande présent dans ce guide, à compléter et à renvoyer à l'adresse indiquée.



À TÉLÉCHARGER OU À COMMANDER GRATUITEMENT

@ **e-cancer.fr**, rubrique « Catalogue des publications ». Accédez à notre catalogue en ligne en quelques clics en scannant le QR code.

 Bon de commande présent dans ce guide, à compléter et à renvoyer à l'adresse indiquée.



NOTES

Pour en savoir plus et télécharger/commander gratuitement cette fiche :

**INFORMATION**

Vos données peuvent être réutilisées pour contribuer à la lutte contre les cancers. Dans cet objectif, l'Institut national du cancer a développé La Plateforme des données en cancérologie.

Pour consulter les études, pour plus d'informations et exercer vos droits : <https://lesdonnees.e-cancer.fr>

Délégué à la protection des données : dpo@institutcancer.fr



Imprimé sur papier
100 % recyclé

Édité par l'Institut national du cancer (INCa)
Tous droits réservés - Siren 185512777
Réalisation : INCa
Illustrations : Pierre Bourcier
Impression : CIA GRAPHIC

ISBN : 978-2-37219-992-6
ISBN net : 978-2-37219-993-3

DEPÔT LÉGAL FÉVRIER 2023

0 805 123 124 Service & appel gratuits

Le lymphoedème après traitement d'un cancer

Cette fiche fait partie de Cancer info, la plateforme d'information de référence à destination des malades et des proches développée par l'Institut national du cancer en partenariat avec la Ligue contre le cancer.

Les contenus de Cancer info sont élaborés à partir des recommandations destinées aux professionnels de santé et relus par un groupe de travail pluridisciplinaire associant professionnels et usagers.

Pour vous informer sur la prévention,
les dépistages et les traitements des cancers,
consultez **e-cancer.fr**

