



**Cancer  
métastatique  
et fatigue**

# Cancer métastatique et fatigue

*Faisons le point en 5 Questions/Réponses ...*

**1** • Quelles sont les spécificités de la **fatigue liée aux cancers** ?

**2** • Comment **évaluer la fatigue** liée à un cancer ?

**3** • En cas de fatigue importante dans le cancer du sein métastatique HER2+, peut-on **suspendre le traitement** ?

**4** • Comment **prendre en charge la fatigue** liée aux cancers ?

**5** • Quels **conseils pratiques** à donner aux patients pour surmonter leur fatigue ?

# 1 • Quelles sont les spécificités de la **fatigue liée aux cancers** ?



## DÉFINITION

### ● **Sensation de fatigue anormale<sup>1</sup>**

- Sans cause immédiate ni relation avec l'intensité des efforts physiques
- Non améliorée par le repos ou le sommeil
- Avec un retentissement important sur la qualité de vie
- Souvent associée à d'autres signes<sup>2</sup>

● Douleurs

● Troubles du sommeil

● Signes dépressifs

## FRÉQUENCE

### ● **Symptôme le plus fréquemment associé aux cancers**

- En cas de métastases<sup>3</sup> ● **> 75%** des cas
- Avant même le traitement initial **du cancer du sein**<sup>2</sup>
- Pendant les traitements<sup>2</sup> ● **80 à 96%** en cas de chimiothérapie ● **60 à 93%** en cas de radiothérapie
- Pouvant persister jusqu'à 10 ans après le traitement **d'un cancer du sein**<sup>2</sup> ● **~ 30%** des cas

### ● **Symptôme le plus invalidant associé au cancer et à ses traitements<sup>3</sup>**

- Plus que la douleur, les nausées et les vomissements

1. Association Francophone des Soins Oncologiques de Support (AFSOS). (2010). Fatigue et cancer. [online] Disponible sur : [www.afsos.org/wp-content/uploads/2016/09/fatigue\\_et\\_cancer.pdf](http://www.afsos.org/wp-content/uploads/2016/09/fatigue_et_cancer.pdf) (consulté le 03/01/2019)

2. Bardwell W. et Ancoli-Israel S. Breast Cancer and Fatigue. *Sleep Medicine Clinics* 2008;3:61-71.

3. NCCN Clinical Practice Guidelines in Oncology (NCCN Guidelines(R)). Cancer-Related Fatigue. Version 1.2018 – January 17, 2018.

# 1

## • Quelles sont les spécificités de la **fatigue liée aux cancers** ?



### **FACTEURS ASSOCIÉS**

chez des patients traités pour un **CANCER**<sup>1</sup>

- Prise d'un traitement par opiacés forts (OR 3,00) ou faibles (OR 1,69)
- Score ECOG-PS  $\geq 1$  (OR 2,00)
- Perte de plus de 5% de leur poids en 6 mois (OR 1,60)
- Prise de plus de 10 médicaments (OR 1,58)
- Cancer du poumon (OR 1,55)
- Antécédents de dépression (OR 1,42)

### **FACTEURS ASSOCIÉS**

chez des patients traités pour un **CANCER DU SEIN**

- La fatigue en cours de traitement est plus fréquente en cas de troubles préexistants
  - **Fatigue / dépression / Troubles du sommeil**<sup>2</sup>
- La fatigue persistante (plus de 6 mois) après le traitement est plus fréquente si la taille de la tumeur est  $> 3$  cm (OR 3,11)<sup>3</sup>

1. Wang XS. *et al.* Prevalence and characteristics of moderate to severe fatigue: A multicenter study in cancer patients and survivors. *Cancer* 2014;120:425-432.

2. Bardwell W. et Ancoli-Israel S. Breast Cancer and Fatigue. *Sleep Medicine Clinics* 2008;3:61-71.

3. Goldstein D. *et al.* Cancer-Related Fatigue in Women With Breast Cancer: Outcomes of a 5-Year Prospective Cohort Study. *J Clin Onco* 2014;30:1805-1812.

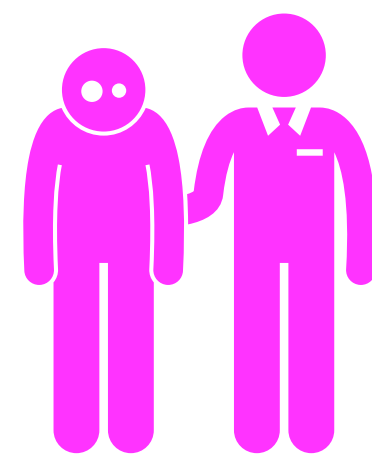
# 1 • Quelles sont les spécificités de la **fatigue liée aux cancers** ?



## CAUSES ET MÉCANISMES SOUS-JACENTS

### Une origine multifactorielle, très variable selon les patientes<sup>1</sup>

- Facteurs mis en évidence dans toutes les études



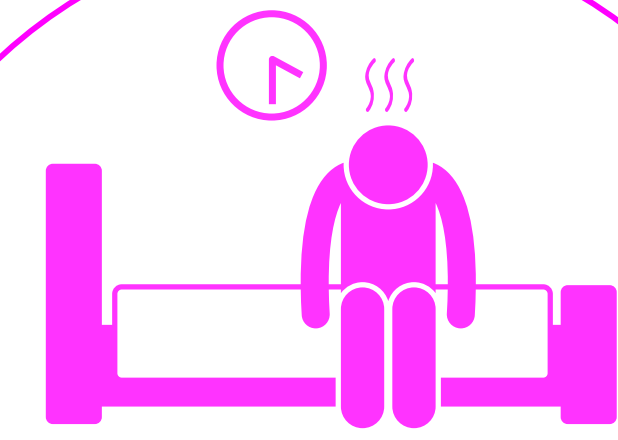
#### Dépression

En lien avec la détérioration de l'état de santé



#### Personnalité

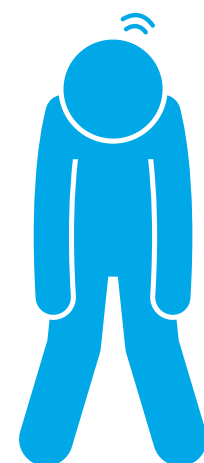
Tendance à la dramatisation, au pessimisme, manque de combativité



#### Troubles du sommeil

Insomnie, apnées, jambes sans repos

- Facteurs variant selon les études



#### Anémie



#### Inflammation

IL-6,  
Néoptérine,  
TNF alpha<sup>2</sup>

## La prévention de la fatigue est possible chez les patientes prédisposées<sup>2</sup>

1. Wang XS. *et al.* Prevalence and characteristics of moderate to severe fatigue: A multicenter study in cancer patients and survivors. *Cancer* 2014;120:425-432.

2. Monk J. *et al.* Assessment of Tumor Necrosis Factor Alpha Blockade As an Intervention to Improve Tolerability of Dose-Intensive Chemotherapy in Cancer Patients. *J Clin Onco* 2006;24:1852-1859.





# 1 • Quelles sont les spécificités de la **fatigue liée aux cancers** ?

## EN SYNTHÈSE

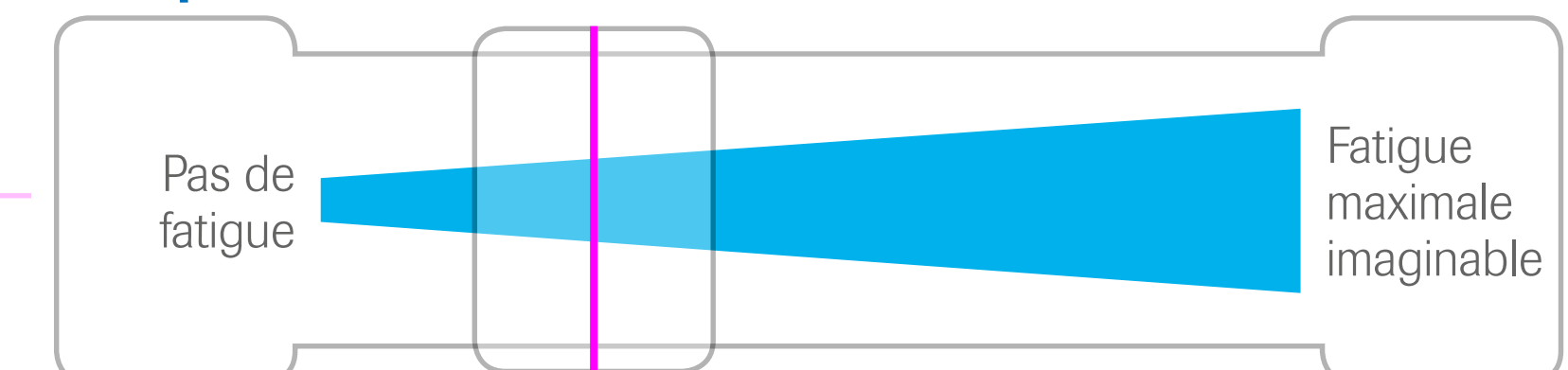
- **Symptôme le plus fréquent et le plus invalidant lié au cancer et à ses traitements**
- **Parfois présente avant même le diagnostic et jusqu'à 10 ans après une rémission complète**
- **Des facteurs prédisposants identifiés et une prévention possible**

## 2 • Comment **évaluer la fatigue** liée à un cancer ?

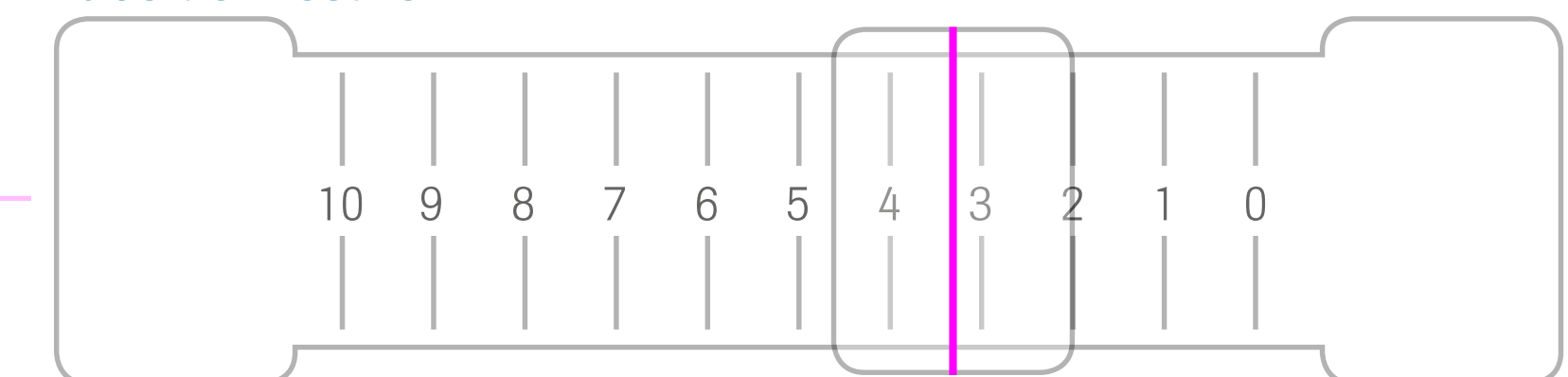


- **Le dépistage systématique de la fatigue liée au cancer est recommandé, même en l'absence de plainte** <sup>1</sup>
- **Penser à une fatigue** devant :
  - Morosité, irritabilité, anxiété
  - Troubles du sommeil
  - Plainte de l'entourage
  - Absence de reprise des activités quotidiennes
- La dépister à l'aide d'une **échelle visuelle analogique** <sup>1</sup>
- Le cas échéant, la préciser et la quantifier à l'aide d'un questionnaire spécifique
- **La réévaluer régulièrement**

Face patient



Face de mesure

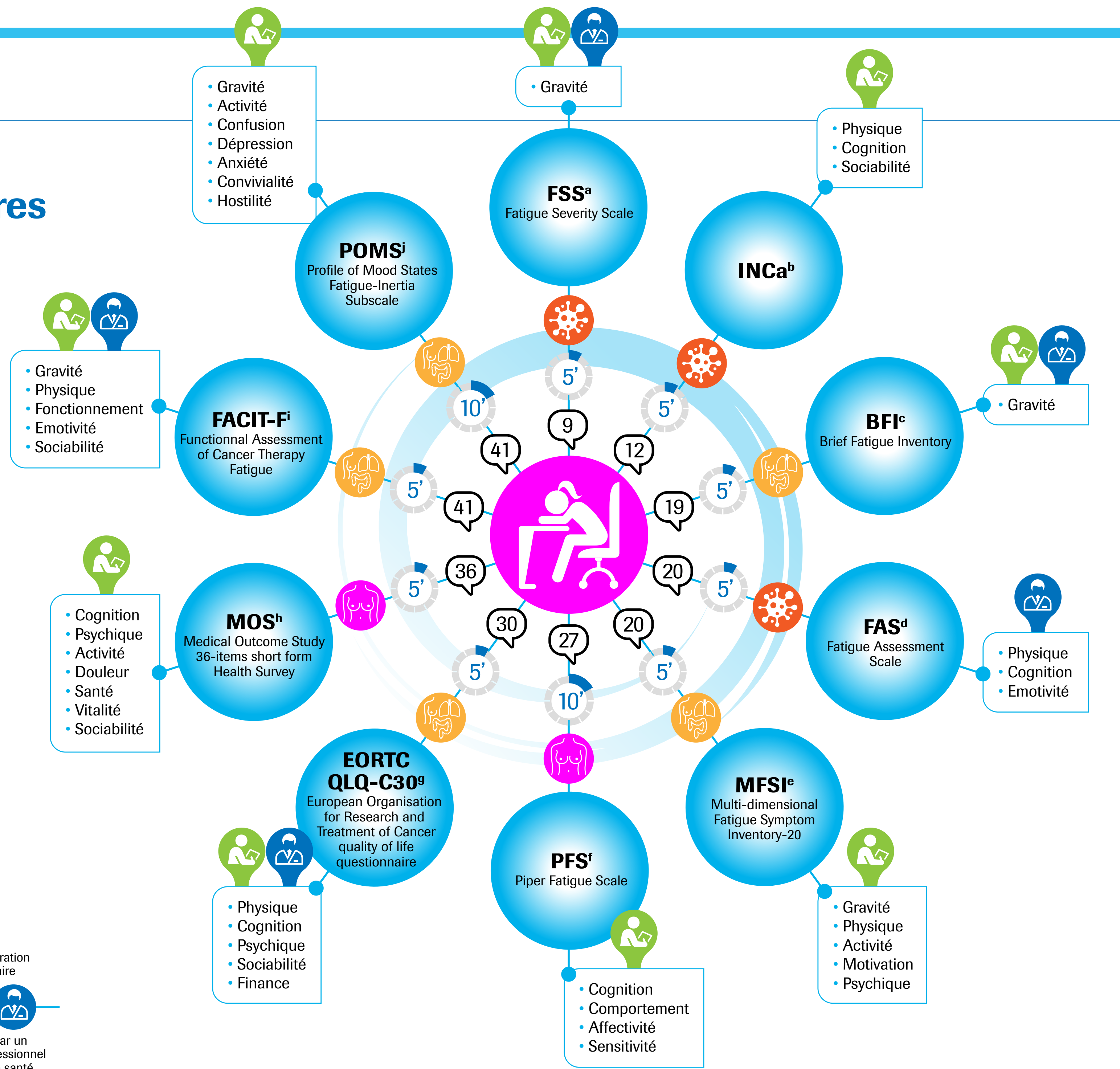


Le + simple Le - variable

## 2 • Comment évaluer la fatigue liée à un cancer ?

### Exemples de questionnaires et échelles

- De nombreux outils disponibles
- Validés dans le cancer du sein
- Auto-administrés par les patients ou utilisés en face-à-face par un professionnel de santé



Téléchargez les questionnaires

MOS

PFS

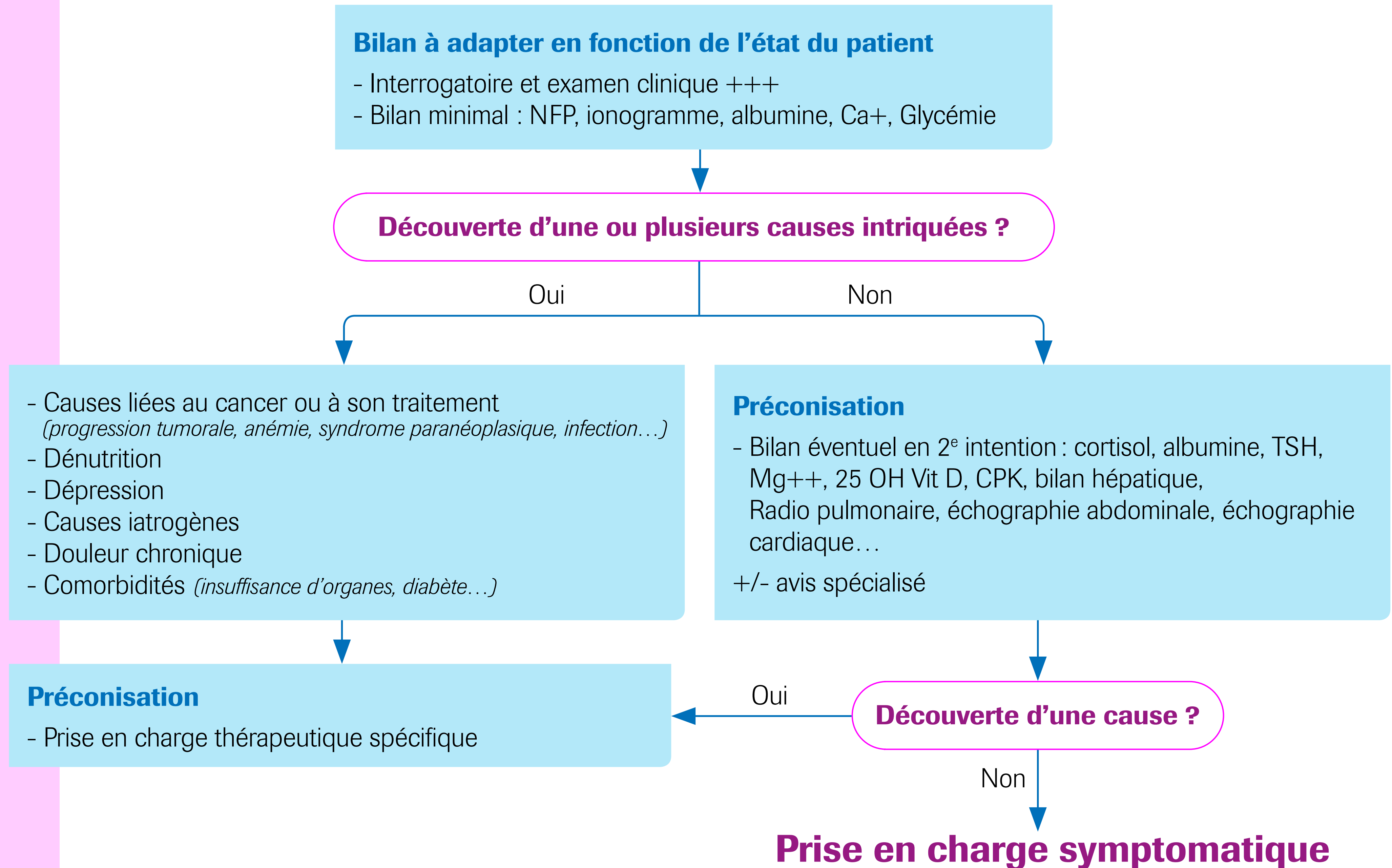


## 2 • Comment **évaluer la fatigue** liée à un cancer ?



### EXPLORER LA FATIGUE

En cas de cancer évolutif en cours de traitement<sup>1</sup>



## 2 • Comment **évaluer la fatigue** liée à un cancer ?



### EN SYNTHÈSE

- **A dépister systématiquement et à réévaluer régulièrement**
- **Existence de nombreux questionnaires d'évaluation, plus ou moins maniables en pratique**
- **Stratégie diagnostique étiologique bien définie**



3

- En cas de fatigue importante dans le cancer du sein métastatique HER2+, peut-on **suspendre le traitement** ?



### Recommandations ESMO 2017 <sup>1</sup>

- **Continuer le traitement anti-HER2 pendant toute la durée de prise en charge “active” de la maladie métastatique <sup>2</sup>**
  - Durée optimale de traitement inconnue <sup>1</sup>
- **Situation particulière des patientes en rémission complète au long cours <sup>1</sup>**
  - Absence de données permettant à ce jour de recommandations

1. Cardoso F. *et al.* 4th ESO-ESMO International Consensus Guidelines for Advanced Breast Cancer (ABC 4). *Annals of Oncology* 2018;29:1634-1657.

2. Gligorov J *et al.* Sixièmes recommandations pour la pratique clinique de la prise en charge des cancers du sein de Nice - St Paul de Vence. 2015.

# 4 • Comment **prendre en charge la fatigue** liée aux cancers ?



## Recommandations de l'AFSOS<sup>1</sup>

### Préconisations

- Rassurer les patients
- Ne pas conseiller repos et sieste (absence de bénéfices voir effets délétères)

### Ne pas oublier

*Prise en charge nutritionnelle adaptée*

Favoriser les techniques d'économie d'énergie

**Conseils pour la vie quotidienne**

Approche médicamenteuse

**Des médicaments peuvent-ils lutter contre la fatigue liée au cancer ?**

Approche psychologique

**Intervention du psychologue**  
- Pour qui ?  
- Qu'en attendre ?

Réhabilitation physique ++++

**Comment l'organiser en pratique ?**



## 4 • Comment **prendre en charge la fatigue** liée aux cancers ?



### **Approche médicamenteuse<sup>1</sup>**

- Traitement d'une éventuelle **anémie**
- Pas d'intérêt des corticoïdes, des progestatifs et de la L-carnitine par rapport au placebo
- Intérêt non confirmé du Ginseng et des amphétamines
- Aucun médicament n'a un niveau de preuve suffisant pour être recommandé

## 4 • Comment **prendre en charge la fatigue** liée aux cancers ?



### Approche psychologique<sup>1</sup>

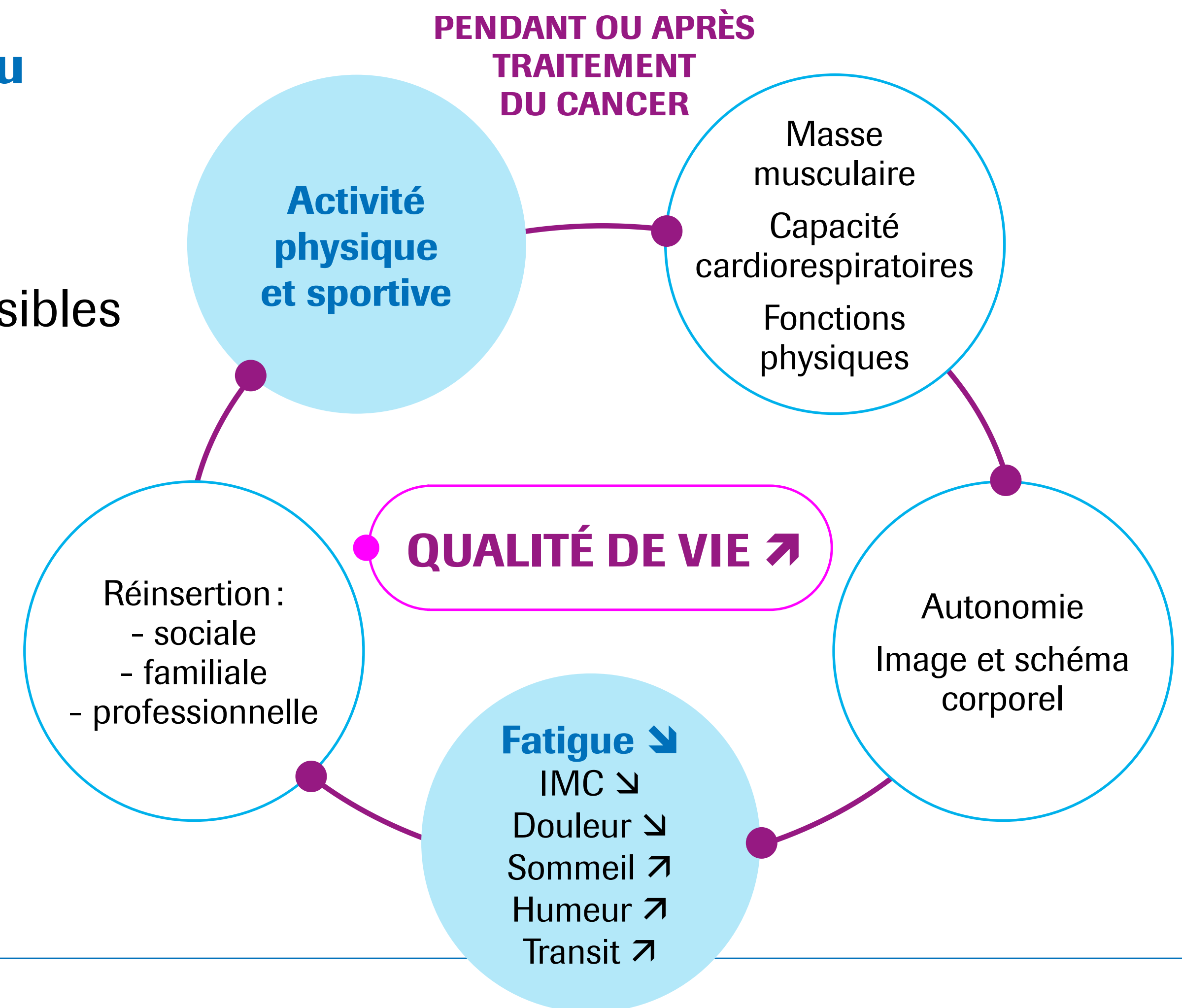
- **L'intervention d'un psychologue est à proposer systématiquement si :**
  - **EVA > 6**
  - **Impact sévère sur la vie quotidienne**
- **Les objectifs sont clairs**
  - Favoriser la verbalisation
  - Rechercher des signes dépressifs
- **Intérêt pour le suivi médical**
  - Disposer d'une évaluation quantitative et qualitative précise et régulière de la fatigue
  - Apprécier les déterminants psychologiques de la fatigue

## 4 • Comment **prendre en charge la fatigue** liée aux cancers ?



### Activité physique<sup>1</sup>

- **Est la seule à faire preuve d'efficacité sur l'asthénie** dans les méta-analyses en l'absence de cause curable (70 % des études ont inclus des patientes atteintes d'un cancer du sein)<sup>2</sup>
- **Diminue de 20 à 30 % le niveau de fatigue**<sup>3</sup>
- Améliore le **pronostic global** des cancers du sein hormonosensibles (si IMC > 25 kg/m<sup>2</sup>)<sup>2</sup>
- Améliore certaines causes de la fatigue<sup>2</sup>
  - Meilleure qualité du sommeil
  - Diminution de la consommation de psychotropes et d'opioïdes forts



1. Cardoso F. *et al.* 4th ESO-ESMO International Consensus Guidelines for Advanced Breast Cancer (ABC 4). *Annals of Oncology* 2018;29:1634-1657.

2. Ranque-Garnier S. *et al.* Activité physique et cancer du sein. *La lettre du Gynécologue* 2016;400: 26-38.

3. Association Francophone des Soins Oncologiques de Support (AFSOS). (2010). Fatigue et cancer. [online] Disponible sur : [www.afsos.org/wp-content/uploads/2016/09/fatigue\\_et\\_cancer.pdf](http://www.afsos.org/wp-content/uploads/2016/09/fatigue_et_cancer.pdf) (consulté le 03/01/2019)

## 4 • Comment **prendre en charge la fatigue** liée aux cancers ?



### Activité physique<sup>1</sup>

- **Mise en place d'un programme personnalisé en pratique<sup>1,2</sup>**
  - Planifié dès le début de la prise en charge
  - Diversifié pour favoriser l'observance
  - Par un personnel qualifié (professeur STAPS, connaissant le cancer)
  
- **Activité physique**
  - Adaptée au patient et progressive
  - En aérobie (marche, vélo...) et en résistance
  - D'intensité modérée à soutenue (55 à 75 % de la FC max – FC max : 220 – âge)
  - 30 minutes minimum (idéalement 45-60)
  - Au moins 2 à 5 fois par semaine

*D'après 1 et 2*

**Hypnose, yoga et acupuncture peuvent aussi améliorer la fatigue<sup>2</sup>**



## 5 • Quels **conseils pratiques** à donner aux patients pour surmonter leur fatigue ?



### ECONOMISER/GÉRER SON ÉNERGIE<sup>1</sup>

- **Hiérarchiser** les objectifs quotidiens
- **Déléguer** les tâches difficiles
- **Répartir** les tâches ménagères
- **Aménager des pauses** en fractionnant les activités

### ADOPTER UNE BONNE HYGIÈNE DE VIE<sup>1</sup>

- **“Bouger”** tous les jours
- **Eviter les siestes trop longues**  
qui peuvent perturber le sommeil nocturne  
- les troubles du sommeil sont fréquents en cas  
de cancer - jusqu'à 70 % - et sous-diagnostiqués<sup>2</sup>
- **Privilégier une alimentation adaptée**  
aliments énergétiques

1. INCa. Fatigue et Cancers. [www.e-cancer.fr](http://www.e-cancer.fr) (site consulté le 11/01/2018)

2. Medsky ME. et al. Exercise, sleep and cancer-related fatigue : Are they related ? *Neurophysiologie Clinique/Clinical Neurophysiology* 2017.



## • Conclusion

- **La fatigue liée aux cancers** est **présente** tout au long de **l'évolution de la maladie et perdure** chez un tiers des patientes **après la fin des traitements**
- **Prévenir la fatigue et la prendre en charge** dès l'instauration d'un traitement est possible
- Une **prise en charge adaptée de la fatigue** peut permettre de poursuivre le traitement dans de meilleures conditions
- **Le traitement d'un cancer métastatique en rémission est recommandé jusqu'à progression de la maladie ou toxicité inacceptable**
- **Aucune étude prospective n'a évalué l'intérêt de la suspension du traitement en cas de fatigue**

## • Bibliographie - Questionnaire et échelles



- a. Krupp, L. The Fatigue Severity Scale. *Arch Neurol* 1989;46:1121-1123.
- b. Cancer, I. Décrire sa fatigue - Fatigue | Institut National Du Cancer. [online] E-cancer.fr. Disponible sur : <http://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Qualite-de-vie/Fatigue/Decrire-sa-fatigue> [consulté le 03/01/2019].
- c. Mendoza T. *et al.* The rapid assessment of fatigue severity in cancer patients. *Cancer* 1999;85:1186-1196.  
Cleeland C.S. User Guide Version 1. The M.D. Anderson Symptom Inventory 2009:1-79.
- d. Beutel M.E *et al.* Fatigue Assessment Questionnaire : Standardization of a Cancer-Specific Instrument Based on the General Population. *Oncology* 2006;70:351-357.
- e. Smets E. *et al.* The multidimensional Fatigue Inventory (MFI) psychometric qualities of an instrument to assess fatigue. *Journal of Psychosomatic Research* 1995;39:315-325.
- f. Gledhill JA *et al.* Validation française de l'échelle de fatigue révisée de PIPER. *Recherche en soins infirmiers* 2002;68:50-65.
- g. Leng, T. *et al.* Validation of EORTC QLQ-C30 and QLQ-BR23 questionnaires in the measurement of quality of life of breast cancer patients in Singapore. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing* 2014;1:22-32.  
Urologie-chu-mondor.aphp.fr. Questionnaire sur la qualité de vie EORTC QLQ-C30 version 3. (2018). Disponible sur : [http://urologie-chu-mondor.aphp.fr/\\_recherche/protocoles/QoL.pdf](http://urologie-chu-mondor.aphp.fr/_recherche/protocoles/QoL.pdf) [consulté le 03/01/2019].
- h. Medical Outcome Study Short Form-36 (MOS SF-36) Principales échelles d'évaluation en MPR. Cofemer, pp.75-80.
- i. Kaiser K. *et al.* Content Validation of the Functional Assessment of Chronic Illness Therapy (FACIT) - Fatigue Scale in Moderately to Highly Active Rheumatoid Arthritis. *Rheumatology* 2016;6.  
Yellen S. *et al.* Measuring fatigue and other anemia-related symptoms with the Functional Assessment of Cancer Therapy (FACT) measurement system. *Journal of Pain and Symptom Management* 1997;13:63-74.
- j. Dirksen S. *et al.* Fatigue-Based Subgroups of Breast Cancer Survivors With Insomnia. *Cancer Nurs* 2009;32:404-411.  
Shahid A. *et al.* (2011). Profile of Mood States (POMS). STOP, THAT and One Hundred Other Sleep Scales 2011:285-286.