

# CANCER DU SEIN

Le cancer du sein est une maladie caractérisée par la croissance excessive et incontrôlée de cellules mammaires anormales qui forment une masse, appelée tumeur maligne.

On distingue différents types de cancers du sein, selon le type de cellules à partir desquelles ils se forment. Les cancers les plus fréquents (95 %) sont des adénocarcinomes : ils se développent à partir des cellules épithéliales (=carcinome) de la glande mammaire (= adéno).

Pour les autres types de cancer du sein, voir <https://www.e-cancer.fr>

Lorsqu'un adénocarcinome apparaît, les cellules cancéreuses sont d'abord peu nombreuses et limitées aux canaux ou aux lobules du sein : c'est ce que l'on appelle un carcinome in situ.

Si aucun traitement n'est effectué, il existe un risque que la tumeur infiltre le tissu qui entoure les canaux et les lobules. Il s'agit alors de cancer ou carcinome infiltrant. Des cellules peuvent alors se détacher de la tumeur et emprunter les vaisseaux sanguins ou les vaisseaux lymphatiques pour atteindre d'autres parties du corps. Les nouvelles tumeurs formées s'appellent des métastases.

## QUELS SONT LES FACTEURS DE RISQUE ?

Le sexe féminin est le facteur de risque de cancer du sein le plus important. Seul 0,5-1 % des cancers du sein touchent des hommes et le traitement suit alors les mêmes principes que chez la femme.

Certains facteurs accroissent le risque de cancer du sein, notamment l'âge, l'obésité, l'abus d'alcool, des antécédents familiaux de cancer du sein, une exposition aux radiations, les antécédents gynécologiques, le tabagisme et un traitement hormonal post-ménopause... Près de la moitié des cancers du sein touchent des femmes qui ne présentent aucun facteur de risque particulier autre que le sexe (féminin) et l'âge.

## QUELS SONT LES SIGNES OU LES SYMPTOMES ?

**Détecté tôt, le cancer du sein est traité avec succès dans 90 % des cas !**

Le cancer du sein peut présenter une association de différents symptômes, notamment aux stades plus avancés. La plupart des nouveaux cas sont asymptomatiques.

Les symptômes du cancer du sein sont notamment :

- une masse ou un épaississement dans le sein, souvent indolore,
- un changement de la taille, de la forme ou de l'apparence du sein,
- des fossettes, des rougeurs, une peau d'orange ou d'autres changements cutanés,
- une modification de l'apparence du mamelon ou de la peau qui l'entoure (aréole),
- un écoulement mamelonnaire anormal ou sanglant.

## **En cas de masse anormale dans le sein, même indolore, il convient de consulter un médecin.**

La plupart des masses de ce type ne sont pas cancéreuses. Le traitement des masses qui sont cancéreuses est plus efficace lorsqu'elles sont de taille réduite et ne se sont pas étendues aux ganglions lymphatiques environnants.

La pratique de l'autopalpation peut aider à dépister une anomalie (<https://www.cancerdusein.org/les-cancers-du-sein/le-depistage-precoce/lauto-examen-des-seins>) ou bien la campagne de dépistage organisée en France permet d'identifier précocement le femmes porteuses de tumeurs mammaires <https://www.cancerdusein.org/les-cancers-du-sein/le-depistage-precoce/le-depistage-organise-en-france>.

## **QUELS SONT LES TRAITEMENTS POSSIBLES ?**

Aujourd'hui, il existe plusieurs traitements possibles face aux différents types et stades de cancers du sein tels que la radiothérapie, la chimiothérapie, l'immunothérapie, l'hormonothérapie, la chirurgie, les thérapies ciblées...

En fonction des traitements, les patientes souffrent plus ou moins d'effets secondaires au niveau physique ou mental tels que les nausées, vomissements, troubles digestifs, inflammation des muqueuses, troubles des sens, ralentissement cognitif, fatigue, , bouffées de chaleur, hypo ou hypertension, chaleurs ou frissons, céphalées, troubles de l'humeur, baisse de libido, déprime, angoisse...

## **COMMENT SOULAGER CES DOULEURS ET MIEUX SUPPORTER LES TRAITEMENTS DU CANCER AVEC LE SHIATSU OU LE TAI CHI ?**

Si le shiatsu et le tai chi peuvent soulager certains effets secondaires des traitements, ils ne remplacent en aucun cas les traitements habituels du cancer du sein.

### **LE SHIATSU COMME SOUTIEN FACE AU CANCER DU SEIN**

Le shiatsu est un soin manuel japonais issu de la Médecine Traditionnelle Chinoise. Cette technique a pour objectif de stimuler le processus naturel d'autorégulation du corps et d'aider à équilibrer le système des organes et des viscères en exerçant des pressions sur des points (« tsubos » en japonais) et des lignes déterminés (méridiens).

Plusieurs études et recherches médicales démontrent l'accompagnement possible par le shiatsu et la digipuncture pour soulager les personnes des effets secondaires des traitements du cancer du sein.

Les deux ressources ci-dessous font état de la diminution de certains effets comme : les nausées, les vomissements, la sensation de fatigue, l'anxiété ou la dépression.

Par exemple, l'étude menée par l'association américaine ANA présente ces résultats :

- **85 % ont ressenti une relaxation psy et physique**
- **75 % ont ressenti du « bien-être »**
- **65 % des participants ont déclaré ressentir des changements dans la perception d'eux-mêmes**
- **La perception subjective de fatigue (35 %), nausée (35 %), anxiété (20 %) et dépression (15 %) a été diminuée**
- **Amélioration des paresthésies, du sommeil**

ANNALS of ONCOLOGY  
ESMO  
SOCIÉTÉ EUROPÉENNE D'ONCOLOGIE MÉDICALE  
SOCIÉTÉ EUROPÉENNE D'ONCOLOGIE MÉDICALE

## Shiatsu in oncology: a treatment of healing processes' activation. Observational study

S. Geremia • A. Bin • T. Bullone • A. Zanini • M. Barbara

Open Archive • DOI: <https://doi.org/10.1093/annonc/mdx438.023> PlumX Metrics

Article info  
Related Articles

Nowadays, Alternative and Complementary Medicines (CAM) is increasingly used on cancer patients, holistic approach seems to be the most functional and satisfying. In 2006, the American Nurses Association (ANA) officially recognized Holistic Nursing as a specialty area of nursing practice. For holistic nurses, healing is a dynamic process focused on caring body-mind-spirit in a complex, taking care of the whole person. *Shiatsu* is a complementary mind-body treatment; it can be considered like a psychophysical help during oncology disease. It could also be considered as a resource for well being, relaxation, and life quality improvement

The aim of this observational study is describe *shiatsu* effects in cancer patients and connection between this treatment and improvement on psychophysical well-being and quality of life (QoL).

The study involved 21 oncological patients of Day Hospital. These patients voluntarily took part in *shiatsu* treatment offered by an association that works in prevention and rehabilitation area. The study participants answered a questionnaire and EORTC-QLQ C-30 to respectively evaluate *shiatsu* effects on psychophysical well-being and QoL sensed.

*Shiatsu* treatment improved health perceptions in patients, 65% of attendees declared that *shiatsu* activated changes in perception of themselves and their body. 85% showed psychophysical relaxation and the 75% felt general well-being. Subjective perception of fatigue decreased (-35%), like emesis (-35%), anxiety (-20%), depression (-15%); also paraesthesias decreased, sleep quality and perception of energy of body and mind increased. The relationship between *shiatsu* professional and patient is rest on trust (95% of cases) because patients declared to feel embrace and well-liked from the *shiatsu* professional. 45% of sample adopted a well-being oriented life style during and after *shiatsu* treatment. The 75% of sample felt benefits days after treatment end. 65% of attendees adopted at least one CAM in the past and during the study 50% was adopting at least one type of CAM.

*Shiatsu* is an holistic treatment which shows multidimensional effects for well-being on the whole person. It could be considered a treatment that activate healing process, it could be integrated in the medical oncology care.

## Article info

Source : [https://www.annalsofoncology.org/article/S0923-7534\(20\)35017-1/fulltext](https://www.annalsofoncology.org/article/S0923-7534(20)35017-1/fulltext)

**Article**  
**Acupressure for Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting: A Randomized Clinical Trial**  
 Suzanne L. Dibble, Judy Luce, Bruce A. Cooper, Jill Israel, Misha Cohen, Brenda Nussey, Hope Rugs  
 Nausea and Vomiting, Complementary and Alternative Medicine  
 ONF 2007, 34(4), 1-8 DOI: 10.1188/07.ONF.813-820

**Purpose/Objectives:** To compare differences in the chemotherapy-induced nausea and vomiting (CINV) among three groups of women (acupressure, placebo acupressure, and usual care) undergoing chemotherapy for breast cancer.

**Design:** A multicenter, longitudinal, randomized clinical trial throughout one cycle of chemotherapy.

**Setting:** Ten community clinical oncology programs associated with the M.D. Anderson Cancer Center and nine independent sites located throughout the United States.

**Sample:** 160 women who were beginning their second or third cycle of chemotherapy for breast cancer treatment and had moderate nausea intensity scores with their previous cycles.

**Methods:** Subjects were randomized to one of three groups: acupressure to P6 point (active), acupressure to S13 point (placebo), or usual care only. Subjects in the acupressure group were taught to apply an acupressure wrist device by research assistants who were unaware of the active acupressure point. All subjects completed a daily log for 21 days containing measures of nausea and vomiting and

**YOUR PRACTICE**  
 THE ONCOLOGY NURSING PODCAST

**Related Articles**  
 The Role of Hope in Patients With Cancer  
 ONF 2007, 34(2), 415-424 DOI: 10.1188/07.ONF.415-424  
 The Effect of Mindfulness-Based Music Therapy on Attention and Mood in Women Receiving Adjuvant Chemotherapy for Breast Cancer: A Pilot Study  
 ONF 2015, 42(2), 276-282 DOI: 10.1188/15.ONF.276-282  
 Animal-Assisted Activity Among Patients With Cancer: Effects on Mood, Fatigue, Self-Perception of Health, and

**JOURNAL OF CLINICAL ONCOLOGY** ASCO SPECIAL ARTICLE

**Integrative Therapies During and After Breast Cancer Treatment: ASCO Endorsement of the SIO Clinical Practice Guideline**  
 Gary H. Lyman, Heather Greenlee, Kari Bohille, Ting Bao, Angela M. DeMichele, Gary E. Deng, Judith M. Fadlallah, Brigitte Cui, Dawn L. Hershman, Sami Mansfield, Dawn M. Mansfield, Karen M. Mason, Erin Price, Susan Rife, and Lorenzo Cohen

**ABSTRACT**

**Purpose**  
 The Society for Integrative Oncology (SIO) produced an evidence-based guideline on use of integrative therapies during and after breast cancer treatment that was determined to be relevant to the American Society of Clinical Oncology (ASCO) membership. ASCO considered the guideline for endorsement.

**Methods**  
 The SIO guideline addressed the use of integrative therapies for the management of symptoms and adverse effects, such as anxiety and stress, mood disorders, fatigue, quality of life, chemotherapy-induced nausea and vomiting, lymphedema, chemotherapy-induced peripheral neuropathy, pain, and sleep disturbance. Interventions of interest included mind and body practices, natural products, and lifestyle modifications. SIO systematic reviews focused on randomized controlled trials that were published from 1990 through 2015. The SIO guideline was reviewed by ASCO content experts for clinical accuracy and by ASCO methodologists for developmental rigor. On favorable review, an ASCO Expert Panel was convened to review the guideline contents and recommendations.

**Results**  
 The ASCO Expert Panel determined that the recommendations in the SIO guideline—published in 2017—are clear, thorough, and based on the most relevant scientific evidence. ASCO endorsed the guideline with a few added discussion points.

**Recommendations**  
 Key recommendations include the following: Music therapy, meditation, stress management, and yoga are recommended for anxiety/stress reduction. Meditation, relaxation, yoga, massage, and music therapy are recommended for depression/mood disorders. Meditation and yoga are recommended to improve quality of life. Acupressure and acupuncture are recommended for reducing chemotherapy-induced nausea and vomiting. Acetyl-L-carnitine is not recommended to prevent chemotherapy-induced peripheral neuropathy because of a possibility of harm. No strong evidence supports the use of ingested dietary supplements to manage breast cancer treatment-related adverse effects. Additional information is available at: [www.asco.org/supportive-care/guidelines](http://www.asco.org/supportive-care/guidelines).

*J Clin Oncol* 36. © 2018 by American Society of Clinical Oncology



Face aux traitements du cancer, les séances de shiatsu peuvent aider à soulager certains effets secondaires douloureux et impactant le moral et la santé physique de ces personnes.

L'objectif est de :

- soutenir l'énergie des Reins, consolider les merveilleux vaisseaux REN MAI et CHONG MAI pour soulager la fatigue, éviter d'affaiblir la personne après la chimiothérapie par exemple.
- Soulager des symptômes de chaleur et d'inflammation en rééquilibrant notamment les méridiens du Foie, de la Rate et de l'Estomac
- Apaiser l'esprit face aux épreuves à laquelle la personne malade est confrontée

### LE TAI CHI POUR RÉÉDUIQUER ET SE RECONNECTER AVEC SON CORPS

Le Tai Chi est une pratique martiale douce basée sur la Médecine Traditionnelle Chinoise et de la circulation du Qi (de l'énergie).

Certains chercheurs observent les bienfaits du Tai Chi sur l'amélioration de l'équilibre et de la mobilité postopératoire du bras chez le patient suite à un cancer du sein.

Sources :

Mobilité du bras et équilibre : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9844564/>

D'après une étude publiée dans la revue Journal of Clinical Oncology, cette pratique réduirait les insomnies chez 47 % des patientes et ferait même disparaître les insomnies à long terme dans 38 % des cas.

Sources : sommeil <https://ascopubs.org/doi/full/10.1200/JCO.2016.71.0285?journalCode=jco>

Une pratique régulière de cet art martial pourrait apporter une amélioration de qualité de vie pour la personne malade. La connexion corps et esprit contribue à une amélioration de la fonction cognitive des personnes à la suite d'un cancer.

Sources : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8849166/>  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34533284/>