



Société  
canadienne  
du cancer

# Myélome multiple

*Comprendre le diagnostic*



1 888 939-3333 | [cancer.ca](https://cancer.ca)

# Myélome multiple

## Comprendre le diagnostic

Lorsqu'on lui annonce qu'elle a un cancer, une personne peut se sentir seule, avoir peur et être dépassée par l'énorme quantité d'information à assimiler et les décisions à prendre.

« *Tout ce que j'ai pu entendre, c'est "cancer". J'ai entendu mon médecin me dire quelque chose comme "nous allons entreprendre votre traitement le plus tôt possible". Je n'ai pas entendu un mot par la suite.*

Cette brochure contient des renseignements utiles qui pourront vous aider, ainsi que vos proches, à apprivoiser cette nouvelle réalité qui vous touche – le myélome multiple. Le fait d'avoir plus d'information vous aidera à mieux maîtriser la situation et à participer avec votre équipe soignante au choix des soins qui sont les plus appropriés à votre cas.

### **Pour de plus amples renseignements**

Vous pouvez trouver de plus amples renseignements sur le myélome multiple sur [cancer.ca](http://cancer.ca). Vous pouvez également nous appeler au 1 888 939-3333 pour en apprendre plus sur le cancer, le diagnostic, le traitement, le soutien et les services offerts près de chez vous.

Regardez notre série de vidéos sur des aspects courants du cancer. Courtes et simples, ces vidéos abordent des sujets tels que *Qu'est-ce que le cancer?* et *Faire face à l'annonce d'un diagnostic de cancer.*

**Découvrez la série à [cancer.ca/lesbasesducancer](http://cancer.ca/lesbasesducancer).**

## Qu'est-ce que le cancer?

Le cancer est une maladie qui prend naissance dans nos cellules. Notre organisme compte des milliers de millions de cellules, regroupées en tissus et en organes (muscles, os, poumons, foie, etc.). Chaque cellule contient des gènes qui régissent son développement, son fonctionnement, sa division et sa mort. Normalement, nos cellules suivent les instructions qui leur sont données et nous demeurons en bonne santé.

Mais il arrive parfois que les instructions deviennent confuses dans certaines cellules, qui adoptent alors un comportement inhabituel. Le cancer apparaît lorsque la croissance des cellules devient totalement anarchique.

## Qu'est-ce que le myélome multiple?

Le myélome multiple est un cancer qui se forme dans les plasmocytes, cellules fabriquées dans la moelle osseuse. La moelle osseuse est le tissu mou et spongieux à l'intérieur des os. Les plasmocytes sont un type de globules blancs dont le rôle est de produire des anticorps (aussi appelés immunoglobulines) qui aident à combattre les infections.

Les personnes atteintes d'un myélome multiple présentent un grand nombre de plasmocytes anormaux, ou cellules myélomateuses. En proliférant de manière désordonnée, ces cellules finissent par supplanter les globules normaux dans la moelle osseuse et les empêchent de bien faire leur travail. Ce dérèglement risque d'entraîner un nombre accru d'infections, des saignements et de l'anémie. Les plasmocytes

anormaux peuvent aussi s'affaiblir et causer des dommages aux os.

La maladie porte le nom de myélome multiple parce qu'elle affecte plusieurs os. (Lorsque les cellules myélomateuses forment une tumeur unique, il s'agit alors d'un plasmocytome\*.)

Les cellules myélomateuses produisent de grandes quantités d'une globuline particulière (appelée immunoglobuline monoclonale ou protéine M) qui est libérée dans le sang et l'urine. Il est possible de mesurer la quantité de protéines M en laboratoire afin de déceler un problème au niveau des plasmocytes.

## Diagnostic du myélome multiple

Il se peut que votre médecin soupçonne la présence d'un myélome multiple après avoir noté vos symptômes, vérifié vos antécédents médicaux et procédé à un examen physique. Pour confirmer son diagnostic, le médecin aura recours à certaines analyses, qui pourront également servir à planifier le traitement.

**Symptômes :** Le myélome multiple est souvent asymptomatique durant ses premiers stades. Les symptômes commencent à se manifester à mesure que le nombre de cellules myélomateuses augmente. Ils peuvent aussi se développer si la structure osseuse s'affaiblit ou que les reins ne peuvent pas fonctionner normalement en raison d'une accumulation

---

\* Pour obtenir plus de renseignements sur le plasmocytome et les autres cancers des plasmocytes, appelez notre Service d'information sur le cancer au 1 888 939-3333.

de protéines M. Les signes et symptômes les plus fréquents du myélome multiple sont notamment les suivants :

- douleur aux os, habituellement attribuable à une fracture au niveau du dos, du thorax, des côtes, des hanches ou du crâne;
- sensation de faiblesse, de fatigue, d'essoufflement ou d'étourdissement;
- infections et fièvres fréquentes;
- saignements inhabituels (ex. : saignement du nez ou des gencives);
- très grande soif;
- mictions fréquentes;
- faiblesse, engourdissement ou fourmillement dans les muscles.

Les étapes menant au diagnostic peuvent sembler longues et fastidieuses, mais le médecin doit vérifier toutes les possibilités avant de tirer une conclusion.

Pour poser son diagnostic, le médecin pourra avoir recours aux examens suivants.

**Analyses sanguines :** À partir d'échantillons de votre sang, on vérifie la quantité et l'apparence des différents types de cellules sanguines. Les analyses peuvent aussi mesurer la concentration sanguine de la protéine M, de calcium ou d'autres substances chimiques, ce qui permet de voir si vos organes fonctionnent normalement ou de déceler des signes de maladie. Les résultats de ces tests peuvent être des indicateurs de cancer.

**Analyses d'urine** : Des échantillons d'urine sont analysés pour vérifier la présence de la protéine M.

**Ponction et biopsie de moelle osseuse** :

Une petite quantité de moelle osseuse et d'os sera prélevée dans l'os de la hanche ou dans un autre os de grande taille. On examinera ensuite l'échantillon au microscope pour vérifier la présence de plasmocytes anormaux. Il y a deux façons d'obtenir un échantillon de moelle osseuse.

- Lors d'une ponction de moelle osseuse, le médecin utilise une fine aiguille pour prélever des échantillons de moelle.
- Pour une biopsie de moelle osseuse, il utilisera une aiguille plus grosse afin de retirer l'échantillon de moelle ainsi qu'un petit fragment d'os.

Dans les deux cas, on utilise un anesthésique local pour insensibiliser la région sous examen. On vous administrera peut-être aussi un médicament pour vous aider à vous détendre. Vous pourriez ressentir une douleur lors de l'intervention, mais cela ne devrait durer que quelques secondes. Les ponctions et biopsies de moelle osseuse sont souvent pratiquées en même temps, dans une clinique ou un hôpital.

**Analyses d'imagerie** : À l'aide de la radiographie, de la tomодensitométrie [TDM], de l'imagerie par résonance magnétique [IRM] ou de la tomographie par émission de positrons [TEP], l'équipe soignante procède à un examen plus approfondi des tissus, des organes et des os. La radiographie est la technique la plus

couramment utilisée pour diagnostiquer le myélome multiple. Des radiographies du crâne, de la colonne vertébrale, des jambes, des bras, des côtes et du bassin indiqueront si les os sont cassés ou amincis. Une radiographie spéciale (test de densité osseuse) peut être effectuée pour mesurer la perte osseuse.

**Analyses des chromosomes** : Certains chromosomes sont absents ou réarrangés chez les personnes atteintes d'un myélome multiple. Des tests permettent de vérifier la présence de tels changements.

**Examens supplémentaires** : Votre médecin voudra peut-être vous faire passer d'autres examens pour préciser son diagnostic et pour mieux planifier votre traitement.

### **Est-ce que tout ira bien pour moi?**

La plupart des personnes atteintes de cancer veulent savoir à quoi s'attendre. Peuvent-elles être guéries?

Un pronostic indique, selon la meilleure estimation de votre médecin, quels effets le cancer aura sur vous et comment il va répondre au traitement. Un pronostic tient compte de bien des facteurs, entre autres :

- du type et du stade du cancer;
- de votre âge, de votre sexe et de votre état de santé général.

Même avec tous ces renseignements, votre médecin aura peut-être beaucoup de mal à prévoir exactement ce qui va arriver. Chaque cas est unique.

Votre médecin est la seule personne qui peut vous donner un pronostic. Demandez-lui quels sont les facteurs à considérer dans votre pronostic et ce qu'ils signifient pour vous.

## Stadification

Une fois qu'un cancer est diagnostiqué, il faut en établir le stade. Vous et votre équipe soignante pouvez ainsi prendre une décision plus éclairée quant au traitement qui vous convient le mieux.

Le stade du cancer sert à décrire l'étendue ou l'ampleur de la maladie et ses effets sur l'organisme.

Au Canada, les médecins ont recours à deux systèmes pour définir le stade d'un myélome multiple :

- le système international de stadification (International Staging System ou ISS);
- la classification de Durie et Salmon.

Chaque système comprend trois stades; plus le chiffre est élevé, plus le cancer est avancé.

## Traitements pour le myélome multiple

Votre équipe soignante prendra en considération votre état de santé général ainsi que le type et le stade du cancer dont vous êtes atteint pour vous recommander les traitements les plus appropriés pour vous. Vous serez appelé à participer aux décisions finales avec les membres de votre équipe soignante. N'hésitez pas à les consulter si vous avez des questions ou des préoccupations.

Le myélome multiple se développe souvent de manière très lente et ne provoque pas nécessairement de symptômes. Si votre myélome est asymptomatique, vous n'aurez peut-être pas besoin de traitements sur-le-champ.



Votre équipe soignante surveillera de près l'évolution de votre état de santé; c'est ce qu'on appelle l'observation vigilante.

Lorsque les symptômes du myélome multiple auront commencé à se manifester, une ou plusieurs des options thérapeutiques qui suivent pourront être retenues.

**Traitement ciblé** : Le traitement ciblé a recours à des médicaments ou d'autres substances pour s'attaquer à des molécules spécifiques (habituellement des protéines) à la surface des cellules cancéreuses. Ce type de traitement inhibe la croissance des cellules cancéreuses et limite les dommages causés aux cellules saines.

Le traitement ciblé peut entraîner des effets secondaires comme de la somnolence, de la fatigue, de la constipation ou de la névralgie. Ces effets se dissipent habituellement une fois le traitement terminé.

**Chimiothérapie** : La chimiothérapie consiste à traiter le cancer au moyen de médicaments, administrés sous forme de comprimés ou par injection dans une veine. Les médicaments chimiothérapeutiques détruisent les cellules cancéreuses, mais ils endommagent aussi les cellules qui sont en santé.

Les cellules saines pourront se rétablir avec le temps, mais dans l'intervalle, le traitement provoquera peut-être chez vous certains effets secondaires tels que : perte de cheveux, douleur dans la bouche, perte d'appétit, fatigue ou risque accru d'infection. Souvent, la chimiothérapie est aussi administrée avant ou

après une greffe de cellules souches.

**Greffe de cellules souches** : La greffe de cellules souches (ou de moelle osseuse) permet de remplacer les cellules souches et d'ainsi régénérer la moelle osseuse qui a été endommagée par la maladie ou par de fortes doses de chimiothérapie ou de radiothérapie. Les cellules souches sont les cellules de base à partir desquelles toutes les autres cellules se développent, notamment les cellules sanguines.

Avant la greffe, on prélèvera vos propres cellules souches ou celles d'un donneur compatible. Par la suite, ces nouvelles cellules souches seront injectées dans votre sang et, en quelques semaines, commenceront à fabriquer des cellules sanguines.

Une greffe de cellules souches est une intervention complexe, pratiquée par des équipes de professionnels de la santé extrêmement qualifiés, dans des centres ou des hôpitaux spécialisés. Les effets secondaires peuvent s'avérer très sérieux, jusqu'à mettre la vie en péril. Après la greffe de cellules souches, vous ferez l'objet d'une étroite surveillance de la part de votre équipe soignante. Il faut parfois compter plusieurs mois avant de se remettre totalement d'une greffe de cellules souches. Les effets secondaires les plus souvent observés à la suite d'une telle intervention sont les infections, les saignements et l'anémie.

**Radiothérapie** : En radiothérapie externe, on utilise un gros appareil qui permet de diriger un faisceau de rayons vers un endroit précis du corps. Le rayonnement endommage toutes les cellules qui se trouvent dans la trajectoire du faisceau – les cellules normales comme les cellules cancéreuses. La radiothérapie n'est pas un traitement habituel pour le myélome multiple. On y a recours dans les cas de plasmocytome (lorsque les cellules myélomateuses forment une tumeur unique dans un os). La radiothérapie peut également servir à atténuer certains symptômes comme la douleur aux os.

Les effets secondaires de la radiothérapie varient selon la partie du corps qui est traitée. Vous pourriez vous sentir plus fatigué qu'à l'ordinaire, avoir la diarrhée ou remarquer un changement de l'aspect de votre peau (elle peut devenir rouge ou sensible au toucher) à l'endroit traité.

**Pour de plus amples renseignements sur le traitement**, vous pouvez lire nos brochures *Chimiothérapie et autres traitements médicamenteux* et *Radiothérapie*.

**Chirurgie** : On a parfois recours à la chirurgie dans les cas de myélome multiple, notamment pour soutenir les os affaiblis et prévenir les fractures, traiter d'urgence la moelle épinière si elle est comprimée, ou retirer une tumeur à l'extérieur de l'os ou de la moelle osseuse.

Le type de chirurgie pratiqué dépend surtout de l'endroit où se trouve la tumeur, des symptômes qui y sont associés ainsi que d'autres facteurs, comme l'âge et l'état de santé général.

Les effets secondaires varient selon le type d'intervention; il n'est pas rare d'éprouver de la douleur de même que des nausées et des vomissements. Ces effets secondaires sont temporaires et peuvent être maîtrisés.

### **Attention aux analgésiques contre la douleur osseuse**

La douleur aux os est un symptôme fréquent du myélome multiple, que la prise de médicaments peut aider à atténuer. Certains analgésiques, toutefois, risquent d'accroître le risque de dommages rénaux chez les personnes atteintes d'un myélome multiple. Consultez votre médecin avant de prendre des anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) comme l'ibuprofène (Motrin, Advil) ou le naproxène (Naprosyn, Aleve).

**Essais cliniques :** Les essais cliniques évaluent de nouvelles façons de traiter le cancer, par exemple de nouveaux médicaments, types de traitements ou associations de traitements. Ces études fournissent de l'information sur l'innocuité et l'efficacité des nouvelles approches afin de déterminer si elles devraient être offertes à grande échelle. Demandez à votre médecin s'il existe un essai clinique pouvant constituer un traitement envisageable dans votre situation. Votre participation pourrait se révéler profitable, autant pour vous que pour d'autres personnes atteintes du cancer.

**Notre brochure** *Les essais cliniques* fournit plus de détails et explique, entre autres, comment trouver un essai clinique.

**Thérapies complémentaires** : Les thérapies complémentaires (par exemple, la massothérapie ou l'acupuncture) sont utilisées *en plus* des traitements standards contre le cancer, le plus souvent pour faciliter la détente ou atténuer le stress ainsi que les autres effets secondaires du traitement. Ces techniques n'ont pas d'effet curatif sur le cancer lui-même. Des recherches plus approfondies seront nécessaires pour vérifier l'efficacité de ces thérapies et comprendre leur fonctionnement.

Si vous pensez suivre une thérapie complémentaire, il est important de recueillir d'abord toute l'information possible à ce sujet et d'en discuter avec votre équipe soignante. Une telle thérapie pourrait avoir des répercussions sur vos autres traitements ou sur les résultats de vos tests.

Les thérapies parallèles sont utilisées *au lieu* de la médecine classique. Il n'y a pas eu suffisamment d'évaluations pour conclure que ces méthodes sont efficaces, ou encore sans danger. Utiliser seulement des thérapies parallèles comme traitement du cancer peut entraîner des effets graves sur la santé. Consultez votre équipe soignante avant d'entreprendre une thérapie parallèle.

## ***Effets secondaires des traitements***

Certains traitements anticancéreux causent des effets secondaires tels que de la fatigue, une perte de cheveux ou des nausées. Comme la réaction au traitement varie d'une personne à l'autre, il est difficile de prédire quels seront les effets secondaires dans votre cas - si vous en avez.

Il est souvent possible de bien maîtriser et même de prévenir les effets secondaires. Si vous avez des inquiétudes à ce sujet, discutez-en avec votre équipe soignante et posez-lui des questions. On vous indiquera les effets secondaires qui doivent être signalés immédiatement et ceux qui peuvent attendre jusqu'à votre prochain rendez-vous.

Si vous éprouvez des effets secondaires ou des symptômes inattendus, parlez-en le plus rapidement possible à votre équipe soignante. Elle vous aidera à obtenir les soins et l'information dont vous avez besoin.

## Vivre avec le cancer

Les personnes atteintes du cancer et leurs aidants peuvent compter sur diverses formes de soutien.

**Notre brochure** *Faire face au cancer* contient des renseignements plus détaillés ainsi que des ressources.

**Votre équipe soignante** : Si vous avez besoin d'aide pratique ou de soutien affectif, les membres de votre équipe soignante peuvent vous recommander des services offerts dans votre collectivité. S'il le faut, ils peuvent aussi vous orienter vers les ressources d'une clinique d'oncologie ou vers des professionnels de la santé mentale.

**Votre famille et vos amis** : Les personnes qui vous sont les plus chères peuvent être d'un grand réconfort. Acceptez le soutien qui vous est offert. Si quelqu'un vous demande : « Qu'est-ce que je peux faire pour toi? », dites-le-lui. Il peut s'agir de gestes aussi simples que faire les courses, préparer un repas ou vous conduire chez le médecin.

**D'autres personnes qui ont vécu une expérience semblable à la vôtre** : Il peut être bénéfique d'échanger avec d'autres personnes qui sont « passées par là » et d'apprendre d'elles. Envisagez la possibilité de vous joindre à un groupe d'entraide ou de parler, en personne, par téléphone ou en ligne, à quelqu'un qui a survécu au cancer. N'hésitez pas à essayer différentes formules pour voir laquelle vous convient le mieux.

**Vous-même** : Bien composer avec le cancer ne signifie pas qu'il faut toujours afficher un visage heureux ou souriant, mais peut vouloir dire prendre soin de vous en pratiquant des activités relaxantes et agréables, qui vous permettent de vous ressourcer mentalement, spirituellement ou physiquement. Prenez le temps de réfléchir à des moyens de vous adapter à la situation. Au besoin, adressez-vous à un thérapeute pour obtenir de l'aide.

### **Parler à quelqu'un qui est passé par là**

Si vous voulez parler à une personne qui a vécu une expérience de cancer semblable à la vôtre, vous pouvez entrer en contact par téléphone avec un bénévole spécialement formé qui saura vous écouter, vous apporter de l'espoir et vous suggérer des idées pour faire face à la situation – toujours avec le point de vue d'une personne qui est elle aussi passée par là.

Inscrivez-vous à ce programme gratuit à [match.cancer.ca](http://match.cancer.ca) ou appelez-nous au 1 888 939-3333.

### **Vous souhaitez échanger en ligne avec quelqu'un?**

Si vous désirez vous joindre à notre communauté en ligne, visitez [ParlonsCancer.ca](http://ParlonsCancer.ca). Vous pourrez lire des nouvelles, vous joindre à des groupes de discussion, obtenir du soutien et aider les autres en même temps. Vous y trouverez des personnes attentionnées et dévouées.



## Après le traitement

Les soins de suivi peuvent vous aider, ainsi que votre équipe soignante, à vérifier l'évolution de votre état et à évaluer comment vous vous remettez du traitement. Au début, vous rencontrerez peut-être un des spécialistes de votre équipe soignante. Votre médecin de famille pourra éventuellement prendre le relais.

Le calendrier des visites de suivi est différent pour chaque personne. Les visites chez le médecin pourraient être plus fréquentes au cours de la première année suivant le traitement, et plus espacées par la suite. Si des symptômes persistent ou si de nouveaux symptômes apparaissent une fois le traitement terminé, faites-en part immédiatement à votre médecin, sans attendre le prochain rendez-vous prévu.

La fin d'un traitement contre le cancer peut susciter des émotions contradictoires. Vous vous réjouirez probablement de la fin des traitements et à l'idée de reprendre vos activités habituelles. Par contre, il se peut aussi que vous ressentiez de l'anxiété. Si la fin du traitement vous préoccupe, parlez-en à votre équipe soignante. Elle est là pour vous aider à traverser cette période de transition.

## Causes du myélome multiple

Le myélome multiple n'est pas attribuable à une cause unique, mais certains facteurs augmentent le risque de développer la maladie. Davantage d'hommes que de femmes sont touchés par le myélome multiple, et le risque est plus grand pour les personnes qui avancent en âge de même que pour les personnes d'ascendance africaine. Les causes de cette augmentation du risque sont encore inexplicées.

Le cancer peut toucher des personnes qui n'ont aucun facteur de risque, et en épargner d'autres qui en possèdent plusieurs.

Les facteurs de risque pour le myélome multiple sont :

- des antécédents de gammopathie monoclonale de signification indéterminée (MGUS), un trouble au niveau des plasmocytes;
- des antécédents familiaux de myélome multiple;
- l'embonpoint ou l'obésité;
- le travail sur une ferme.

D'autres facteurs comme les troubles auto-immuns ainsi que l'exposition à des produits chimiques en milieu de travail font présentement l'objet d'études et pourraient être des causes possibles du myélome multiple.

# Société canadienne du cancer

*Nous sommes là pour vous.*

Quand vous avez des questions sur le traitement, le diagnostic, les soins ou les services, nous vous aidons à trouver des réponses.

**Composez notre numéro sans frais**  
**1 888 939-3333.**



**Posez** à un spécialiste en information sur le cancer vos questions sur le cancer. Communiquez avec nous par téléphone ou par courriel à [info@sic.cancer.ca](mailto:info@sic.cancer.ca).



**Communiquez** avec notre communauté en ligne pour discuter avec d'autres personnes, obtenir du soutien et aider les autres. Visitez [ParlonsCancer.ca](http://ParlonsCancer.ca).



**Explorez** la source d'information en ligne la plus fiable sur tous les types de cancer. Visitez [cancer.ca](http://cancer.ca).

Nos services sont gratuits et confidentiels. Plusieurs sont offerts en d'autres langues grâce à des interprètes.

## **Donnez-nous votre opinion**

Envoyez-nous un courriel à [cancerinfo@cancer.ca](mailto:cancerinfo@cancer.ca) et dites-nous comment nous pouvons améliorer cette brochure.



## Ce que nous faisons

La Société canadienne du cancer lutte contre le cancer :

- en faisant tout son possible pour prévenir le cancer;
- en subventionnant la recherche pour déjouer le cancer;
- en fournissant des outils aux Canadiens touchés par le cancer, en les informant et en leur apportant du soutien;
- en revendiquant des politiques gouvernementales en matière de santé pour améliorer la santé des Canadiens;
- en motivant les Canadiens à se joindre à ses efforts dans la lutte contre le cancer.

Pour obtenir de l'information à jour sur le cancer et sur nos services ou pour faire un don, communiquez avec nous.



Société  
canadienne  
du cancer

1 888 939-3333 | [cancer.ca](http://cancer.ca)  
ATS 1 866 786-3934

Ces renseignements généraux, colligés par la Société canadienne du cancer, ne sauraient en aucun cas remplacer les conseils d'un professionnel de la santé.

Le contenu de cette publication peut être copié ou reproduit sans permission; cependant, la mention suivante doit être utilisée : *Myélome multiple : Comprendre le diagnostic*. Société canadienne du cancer, 2016.