

# Cancer

## Cancer

Cancer is caused by abnormal cells that grow quickly. It is normal for your body to replace old cells with new ones, but cancer cells grow too fast.

Some cancer cells may form growths called tumors. All tumors increase in size, but some tumors grow quickly, others slowly.

### Types of Tumors

- Sometimes tumors are not cancerous. These are called **benign** tumors. They are made up of cells much like those of healthy tissue. This kind of tumor stays in one area and does not spread to healthy tissues and organs.
- Cancer tumors are also called **malignant** tumors. Cancer from these tumors spread through the blood and lymph systems to other parts of the body.

When cancer spreads, it is called **metastasis**. Cancer cells travel through the blood or lymph system from the tumor, called the primary site, to other parts of the body.

Le cancer est provoqué par des cellules anormales qui prolifèrent rapidement. Il est normal que votre organisme remplace les vieilles cellules par des nouvelles mais, dans le cas du cancer, les cellules prolifèrent trop rapidement.

Certaines cellules cancéreuses peuvent s'agglutiner et former ce qu'on appelle des tumeurs. Toutes les tumeurs augmentent en taille, mais certaines augmentent rapidement et d'autres lentement.

### Types de tumeurs

- Parfois, les tumeurs ne sont pas cancéreuses. C'est ce que l'on appelle les tumeurs **bénignes**. Elles sont constituées de cellules ressemblant à celles des tissus sains. Ce type de tumeur se cantonne dans une zone et ne s'étend pas aux tissus sains et aux organes.
- Les tumeurs cancéreuses sont également appelées tumeurs **malignes**. Le cancer résultant de ces tumeurs se propage par le sang et les systèmes lymphatiques vers d'autres parties du corps.

Lorsque le cancer se propage, on appelle cela la **métastase**. Les cellules cancéreuses issues de la tumeur, appelée site primaire, se propagent par le sang ou le système lymphatique et atteignent d'autres parties du corps.

## Types of Cancer

There are many kinds of cancers.

- Carcinoma is the most common type of cancer. Lung, colon, breast and ovarian cancers are often this type of cancer.
- Sarcoma is found in bone, cartilage, fat and muscle.
- Lymphoma begins in the lymph nodes of the body's immune system. They include Hodgkin's and Non-Hodgkin's Lymphomas.
- Leukemia starts in the blood cells that grow in the bone marrow and are found in large numbers in the bloodstream.

## Signs of Cancer

Signs of cancer depend on the type and location of the tumor. With some cancers, there may not be any signs until the tumor is large. Common signs include:

- Feeling very tired
- Weight loss that occurs without knowing why
- Fever, chills or night sweats
- Lack of hunger
- Physical discomfort or pain
- Coughing, shortness of breath or chest pain
- Diarrhea, constipation or blood in the stool

When cancer is found, tests will be done to see if the cancer has spread to other parts of your body. Scans, x-rays and blood tests may be needed.

## Types de cancer

Il existe plusieurs types de cancers.

- Le carcinome est le type de cancer le plus courant. Ce type de cancer regroupe fréquemment le cancer des poumons, du côlon, du sein et des ovaires.
- On trouve le sarcome dans les os, le cartilage, les graisses et les muscles.
- Le lymphome commence dans les ganglions lymphatiques du système immunitaire de l'organisme. Il comprend le lymphome Hodgkinien et non-Hodgkinien.
- La leucémie commence dans les cellules sanguines qui naissent dans la moelle osseuse et que l'on trouve en grand nombre dans la circulation sanguine.

## Signes du cancer

Les signes du cancer dépendent du type et du lieu de la tumeur. Pour certains cancers, il peut n'y avoir aucun signe avant que la tumeur soit importante. Les signes les plus fréquents comprennent :

- Grande sensation de fatigue
- Perte de poids survenant sans raison particulière
- Fièvre, frissons ou suees nocturnes
- Manque d'appétit
- Gêne ou douleur physique
- Toux, difficultés à respirer ou douleurs thoraciques
- Diarrhée, constipation ou présence de sang dans les selles

Lorsque l'on trouve un cancer, on effectue des examens pour voir si le cancer s'est étendu vers d'autres parties du corps. Des scanners, des radiographies et des analyses sanguines peuvent s'avérer nécessaires.

## Your Care

Your doctor will decide what care is needed based on:

- The type of cancer
- How fast the cancer is growing
- Whether the cancer has spread to other parts of your body
- Your age and overall health

The most common cancer treatments are:

- Surgery to remove the tumor and nearby tissue
- Radiation in controlled amounts to shrink or destroy the tumor and cancer cells
- Chemotherapy medicine to slow the growth or destroy cancer cells
- Other medicines to treat side effects and help you heal better

## Votre traitement

Votre médecin décidera du traitement à utiliser en fonction :

- Du type de cancer
- De la rapidité d'évolution du cancer
- De la propagation ou non du cancer vers d'autres parties du corps
- De votre âge et de votre état de santé global

Les traitements du cancer les plus fréquents sont :

- La chirurgie pour retirer la tumeur et les tissus environnants
- Les radiations en quantité limitées pour réduire ou détruire la tumeur et les cellules cancéreuses
- Un traitement par chimiothérapie pour ralentir la prolifération et détruire les cellules cancéreuses
- D'autres traitements pour minimiser les effets indésirables et aider à mieux vous soigner

## Prevention

You can reduce your risk of cancer by:

- Not smoking or using tobacco.
- Using sunscreen, hats and clothing to protect your skin when outside.
- Limiting the amount of alcohol you drink.
- Limiting the amount of high fat foods you eat, especially from animal sources.
- Eating plenty of fruits, vegetables and high fiber foods.
- Being physically active.
- Seeing your doctor each year. Cancer screenings may help find cancers at their early, most treatable stages.

**Talk to your doctor or nurse about your cancer risks.**

## Prévention

Vous pouvez réduire votre risque de cancer si :

- Vous ne fumez pas ni n'utilisez des produits du tabac.
- Vous utilisez des crèmes solaires, des chapeaux et des vêtements pour protéger votre peau lorsque vous êtes à l'extérieur.
- Vous limitez la quantité d'alcool que vous buvez.
- Vous limitez la quantité de nourriture riche en graisses que vous mangez, particulièrement la nourriture d'origine animale.
- Vous mangez beaucoup de fruits, de légumes et de nourriture riche en fibres.
- Vous êtes physiquement actif/active.
- Vous rencontrez votre médecin tous les ans. Les dépistages du cancer peuvent permettre de détecter les cancers de manière précoce, aux stades que l'on peut traiter le plus facilement.

**Parlez à votre médecin ou votre infirmière de vos risques de cancer.**