Clap santé

Le magazine santé des jeunes

HORS-SÉRIE

Les cancers dans le monde



Le cancer expliqué aux enfants

Sweetie raconte sa maladie

Où en est la recherche ?

Une infogr'affiche à détacher

LA LIGUE CONTRE LE CANCER

n° 1 (Hors-série)
Octobre, novembre, décembre 2016
0,38 €

On parle beaucoup du cancer. Pourtant, qui connaît vraiment cette maladie ? Entre idées reçues, découvertes incessantes et questions que l'on n'ose pas poser, il y en a des choses à raconter sur ce crabe !

ILLUSTRATION : PIERRE BOTHEREL

Le cancer, une maladie

Avec les progrès de la médecine, on parle beaucoup du cancer au point d'avoir l'impression qu'il est nouveau. En réalité, il existe depuis longtemps, TRÈS longtemps.



De plus en plus de malades

355 000 nouveaux cancers sont recensés chaque année en France. Dans le monde, la maladie touche plus de 14 millions de personnes. Ce chiffre risque malheureusement d'augmenter. D'après les experts, 22 millions de personnes pourraient souffrir d'un cancer dans le monde en 2030. Un triste record... Et pourtant, le cancer n'a rien de neuf, au contraire.

Le cancer, c'est quoi ?

Le cancer est une histoire de cellules. Elles constituent notre corps. Nos organes, nos muscles, notre peau... des cellules, encore des cellules, et toujours des cellules. Leur durée de vie est limitée, mais comme la nature est plutôt bien faite, le corps a prévu un mécanisme pour les renouveler.
En temps normal, les cellules naissent à rythme régulier pour remplacer celles qui ne vont pas tarder à disparaître. **Parfois la machine s'emballe, comme un ordinateur qui bugue, et les cellules se multiplient trop vite, trop fort, de manière désordonnée, jusqu'à former un amas : une tumeur.**
Lorsque cette tumeur est « bénigne », c'est-à-dire pas trop grave, une petite intervention chirurgicale suffit souvent à s'en débarrasser. Lorsqu'elle est « maligne », décidée à faire des dégâts, elle peut s'attaquer aux organes alentour pour les détruire et se répandre dans d'autres parties du corps. C'est ce que l'on appelle un cancer.
Rendez-vous page 12 ***pour en savoir plus.***

Hey, toi, le crabe !

Peut-être t'es-tu demandé pourquoi nous avions dessiné un crabe en couverture... Tout simplement parce que le mot cancer vient du latin karkinos, qui signifie crabe. C'est Hippocrate, le grand médecin grec, qui a fait ce drôle de rapprochement entre la forme des pattes du crustacé et la manière dont se propagent les tumeurs dans le corps d'un malade. Tout cela, vers 400 ans avant JC. **La maladie n'a donc rien de nouveau !**
Les traces les plus anciennes du cancer se trouvent dans les fragments de squelettes humains datant de la préhistoire. Dans les pyramides égyptiennes, certaines momies vieilles de 4000 à 5000 ans semblent aussi porter les signes de la maladie. Selon des récits de l'antiquité qui ont

moderne ?

Mais alors, pourquoi y a-t-il plus de cancers aujourd'hui ?



En voilà une bonne question ! Il y a plusieurs réponses...

➔ La médecine a permis d'éradiquer de nombreuses maladies comme la tuberculose ou le choléra qui faisaient beaucoup de victimes dans les villes et les villages, et ainsi, d'augmenter l'espérance de vie des hommes. Mais comme ceux-ci vivent plus longtemps, ils ont plus de probabilité de voir leurs cellules « s'emballer »… et donc de développer un cancer. C'est pour cette raison que la disparition de certaines maladies a laissé la place au développement d'autres maladies comme le cancer, ou les maladies du cœur.

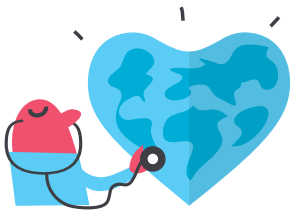
➔ D'autre part, dans le passé, des personnes décédaient sans que l'on sache toujours pourquoi. Or, aujourd'hui, nous sommes capables de détecter la plupart des cancers, et cela, de plus en plus tôt. On sait également mieux soigner les gens : ils peuvent guérir ou vivre plus longtemps, même lorsqu'ils ne guérissent pas ! On comptabilise donc plus de personnes vivant avec un cancer. Avec les possibilités de guérison, les gens ne se cachent plus et la maladie est plus visible ; on en parle plus. Cela participe aussi à la sensation qu'il y a plus de cancers.

➔ Enfin, les chercheurs ont pu identifier certains de nos comportements qui favoriseraient le développement du cancer. Il y a, par exemple, la consommation de tabac et d'alcool, le manque d'exercice physique, une mauvaise alimentation, mais aussi des facteurs environnementaux tels que la pollution ou l'utilisation de pesticides dans les champs. Ces éléments relativement nouveaux ont fait l'objet d'une médiatisation importante. Si cela peut dissuader certains comportements à risques, très bien ! Le revers de la médaille, c'est que certains peuvent avoir l'impression que le cancer est très moderne, alors que, pas du tout, c'est une maladie ancienne.

Il est cependant plus fréquent avec l'âge et certains modes de vie de nos sociétés modernes.



traversé les siècles, Atossa, reine de Perse vers 500 ans avant JC souffrait d'un cancer du sein... Grâce à toutes ces informations, les historiens étaient presque certains que les cancers existaient depuis longtemps. Il leur manquait une preuve irréfutable. En 1990, des archéologues ont découvert une momie de femme très bien préservée dans une plaine aride au sud du Pérou, en Amérique latine. Dans son bras, les médecins ont trouvé une tumeur intacte. Avant d'être momifiée, l'Indienne avait eu un cancer de l'os... Et elle était âgée de plus de 1000 ans ! Plutôt vieux pour une maladie que l'on croyait moderne, non ?



Des cancers différents

Comme tu t'en doutes, le cancer ne s'arrête pas aux frontières ! Il peut toucher les hommes, les femmes et les enfants de tous les pays. En route pour un petit tour du monde !





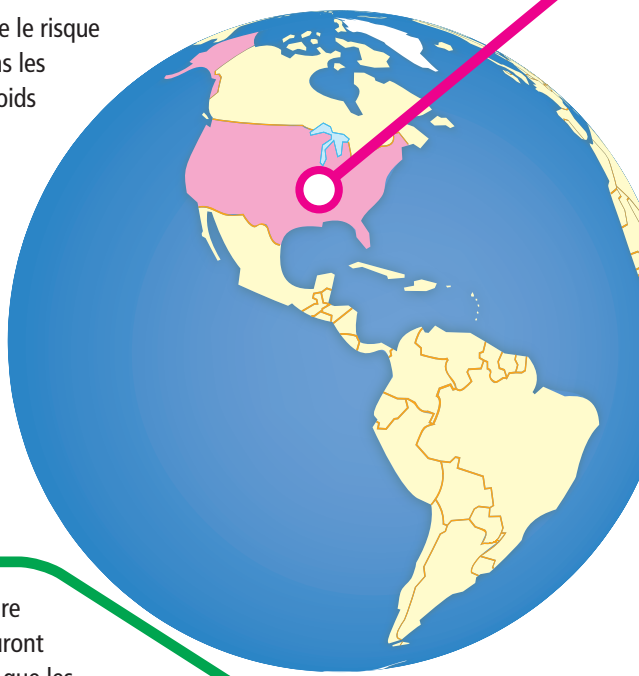
À lire avant le départ

En 2030, les experts estiment que 22 millions de personnes pourraient souffrir d'un cancer dans le monde. Le périple que tu vas faire va te permettre de découvrir quelques causes du cancer. Il y en a d'autres, évidemment. Nous avons choisi celles-ci car elles sont très représentatives des différents modes de vie aux quatre coins de la planète.

Aux Etats-Unis



● Il y a quelques décennies, l'obésité concernait surtout les Etats-Unis. Aujourd'hui, avec une alimentation de moins en moins saine, **le surpoids augmente partout dans le monde,** surtout dans les pays en développement.
En 1980, dans le monde, 857 millions de personnes étaient considérées en surpoids ou obèses. En 2013, elles étaient 2,1 milliards ! Terrible augmentation, non ?
Un poids trop élevé augmente le risque de développer un cancer. Dans les pays à hauts revenus, le surpoids est responsable de 30 à 50% des cancers de l'endomètre (paroi interne de l'utérus) et de 25 à 35% des cancers de l'œsophage.





En Côte d'Ivoire

● Le professeur **Innocent Adoubi** y est un des cancérologues les plus connus.
"Chez nous, les cancers les plus courants sont les cancers des seins et du col de l'utérus chez la femme, et ceux de la prostate et du foie chez l'homme.
Depuis quelques années, l'alimentation des Ivoiriens ressemble de plus en plus à celle de l'Occident.
La nourriture devient plus riche en graisse animale.
Les gens sont aussi de plus en plus sédentaires.
Conséquence ou pas, le nombre de cancers du sein a beaucoup augmenté.
Cela ne veut pas dire que les Ivoiriens auront les mêmes cancers que les Européens dans quelques années, car **les facteurs génétiques sont aussi très importants.** Les cancers par infections, plus répandus dans les pays en développement comme le nôtre, reculent. Le dépistage a permis de détecter des virus responsables de cancers avant que la maladie ne se déclare. C'est une très bonne chose... mais il y a encore du travail. »



selon les régions ?

En Russie



Bienvenue au pays de la Place Rouge... mais aussi des fumeurs ! En Russie, plus de 50% des hommes fument. Dans le monde, 1,3 milliard de personnes fument. Depuis quelques années, les femmes s'y mettent de plus en plus, ainsi que les habitants des pays en plein développement ! Auprès d'eux, les fabricants de cigarettes cherchent de nouveaux consommateurs en faisant beaucoup de publicité. **Dans les pays développés, le tabac est le premier responsable des cancers.** La cigarette peut en causer plus de seize : cancer de la bouche, de l'œsophage, du foie, de l'estomac, du rein.... et des poumons.

En Asie

La Chine et l'Inde regroupent près de la moitié des nouveaux cas de cancer dans le monde. 450 villes chinoises sont appelées « les villages du cancer », car des milliers d'entreprises rejettent des matières toxiques dans l'environnement. Or, **la pollution favorise l'apparition de nombreux cancers.**

En Moldavie

Avec 18,22 litres d'alcool en moyenne par an et par habitant, les Moldaves sont les premiers consommateurs d'alcool devant les Tchèques, les Hongrois et les Russes. **L'alcool est la deuxième cause de cancer en Europe.** Il est responsable d'au moins huit formes de cancers.



Welcome to Australia

Tu connais les koalas, les surfeurs et... le soleil ? Pour la carte postale, c'est super. Pour la peau, beaucoup moins ! La quantité de rayons qui atteignent la surface d'un pays dépend de sa position géographique, de la qualité de l'air et de l'état de la couche d'ozone qui le protège. En Australie, ces rayons sont particulièrement forts. **Associé à la pratique des sports de plein air, le cancer de la peau y fait des ravages !** Toutefois, que l'on se trouve en Australie ou dans des régions françaises comme le Nord ou la Bretagne, le soleil reste le soleil : il faut s'en protéger !



En Afrique sub-saharienne



Ici, en République démocratique du Congo, comme dans le reste de l'Afrique sub-saharienne, ce sont les infections qui sont à l'origine d'un grand nombre de cancers. **Pas du tout contagieux, le cancer peut se développer à la suite d'une infection** transmise par des rapports sexuels non protégés, une mauvaise hygiène... En Afrique sub-saharienne, 32,7 % des cancers sont liés à une infection contre 7,4 % dans les pays développés. Parmi ces infections, la bactérie Helicobacter pilori (présente dans le tube digestif) est à l'origine de près de 90 % des cancers de l'estomac. Il y a aussi les hépatites B et C, causant le cancer du foie, ou le papillomavirus humain (appelé HPV), principal responsable du cancer du col de l'utérus.



Pourquoi le cancer ?

Pourquoi moi ? Une personne atteinte d'un cancer aura toujours tendance à se poser cette question.



Il est pourtant impossible de répondre à ce genre d'interrogations. **Le développement d'une maladie dépend d'un équilibre complexe entre des histoires de gènes, d'environnement, de comportements et de hasard.** Tu connais le jeu du 1000 bornes où il faut parcourir 1000 km grâce à des cartes ? Dans ce jeu, il suffit d'une crevaison, d'une panne d'essence ou d'un feu rouge pour ralentir la course. Heureusement, les joueurs peuvent éviter ces pièges en faisant les bons choix. Dans la vie, c'est à peu près pareil: même si tu n'es pas à l'abri d'un aléa, tu peux décider d'adopter les bons comportements pour ta santé! Sauf que le cancer est beaucoup plus compliqué qu'une partie de cartes.

Ce qui protège

Chacun peut minimiser ses risques de développer un cancer au cours de sa vie. Voici une petite liste des facteurs protecteurs. Teste-toi ! Es-tu déjà un/une pro en matière de prévention ?



☐ **Mange équilibré.**
C'est facile, c'est manger un peu de tout, en quantité raisonnable, en se faisant plaisir aussi. Favorise les fruits et les légumes et réduis les graisses, le sel et …les sucreries. Bien nourries tes cellules résistent mieux aux agressions !

☐ **Pratique 30 minutes d'activité physique par jour.**
Un corps qui a l'habitude de bouger sera mieux armé face aux risques de cancer.

☐ **Pense à la visite chez le médecin.**
Des rendez-vous réguliers permettent de détecter les traces d'une éventuelle maladie. Plus les cancers sont dépistés tôt, et plus il est facile de les soigner.

☐ **Prends soin de ton environnement.**
Pas de pollution, pas de produits toxiques, une hygiène de vie irréprochable... Voilà un bon bouclier contre la maladie.

☐ **Fais-toi vacciner.**
Le vaccin contre le cancer n'existe pas. Les vaccins renforcent les défenses immunitaires. En revanche, tu peux te protéger contre certaines infections qui risquent de provoquer des cancers comme les papillomavirus ou l'hépatite B. As-tu vérifié que tu étais bien à jour dans tes vaccinations ?

☐ **Résiste !**
Il est parfois difficile de ne pas faire comme les autres ! Et pourtant... parfois il vaut mieux faire bande à part. Des copains qui se mettent à boire ou fumer ? Tu as le droit de dire non.



Ce qui met en danger

Voici une liste de comportements qui favorisent l'apparition de cancers. Attention ! Les malades n'ont jamais mérité ce qui leur arrive. Quelqu'un qui met sa santé en danger agit souvent en fonction de son éducation ou de difficultés rencontrées au cours de sa vie. C'est ton cas ? Pour te protéger, tu peux encore tirer un trait sur ces habitudes (avec l'aide de médecins, si besoin).

☐ **Consommer des drogues (tabac, alcool).**
Le tabac est la première cause de cancer en France. Les dangers de l'alcool sont moins mis en avant. Et pourtant.... Un homme buvant 3-4 boissons alcoolisées par jour a trois fois plus de risques d'avoir un cancer du foie qu'un homme qui n'en consomme pas.



☐ **Prendre le soleil sans se protéger.**
L'exposition sans protection aux rayons du soleil ou l'utilisation de cabines de bronzage sont des facteurs bien connus de cancers de la peau. Près de 70% des cancers de la peau sont liés à l'exposition aux rayons UV.

☐ **Souffrir d'obésité.**
Trop de viandes, trop de sucreries, pas assez d'activité physique... Ces mauvaises habitudes augmentent le risque d'être en surpoids, ce qui favorise certains cancers.

☐ **Vivre dans un environnement pollué.**
Souvent invisible, la pollution peut aussi causer des cancers. Et cela ne concerne pas que les particules émises par les voitures en circulation ! Le mot englobe aussi les pesticides que l'on trouve dans l'alimentation, ou les produits chimiques que certains professionnels manipulent au travail.



☐ **S'exposer aux infections.**
Le cancer n'est pas contagieux, mais il peut se développer suite à une infection par un virus. L'hépatite B, par exemple, est une maladie sexuellement transmissible très répandue sur la planète. Elle provoque 2 millions de décès par an dans le monde : c'est la deuxième cause mondiale de cancer après le tabac.

L'importance des gènes

Les anomalies génétiques qui favorisent l'emballement des cellules peuvent parfois se transmettre de génération en génération. Certaines personnes naissent ainsi avec des prédispositions pour le cancer (c'est-à-dire qui augmentent son risque). Cela ne signifie pas avec certitude qu'elles développeront la maladie. En revanche, elles devront se faire dépister régulièrement. Ainsi, si jamais la maladie venait à les toucher, elles pourraient se faire soigner plus vite et éviter les complications.

Mais alors, pourquoi elle ? Lui ? Moi ?

La réponse est un mélange des raisons évoquées dans cette double page. Au départ, les gènes peuvent jouer un rôle dans le développement ou non d'un cancer. La suite dépend d'une combinaison de facteurs de risques et de facteurs protecteurs. Chacun de nous peut décider d'adopter des comportements positifs pour protéger sa santé. Les bons gestes pourront même parfois annuler les risques pris dans le passé. Cela ne garantit à personne qu'il échappera à la maladie, mais cela multiplie les chances de rester en bonne santé. Si tous les enfants de ta génération adoptent les bonnes habitudes, le nombre de cancers diminuera de façon importante dans quelques décennies !

Ils ont vécu



Baptiste, 11 ans,

vient d'entrer en sixième. Il a eu une tumeur au rein avec des métastases* aux poumons lorsqu'il avait huit ans. Aujourd'hui, il est en rémission complète. Sa mère, Catherine, confie également son vécu de la maladie.

Baptiste : "J'ai fait une chute au judo un lundi soir. J'ai eu un peu mal, mais rien d'extraordinaire. La douleur dans mon ventre est venue après. J'avais de plus en plus mal. Le lendemain matin, mes parents ont dû me conduire à l'hôpital. C'était le 5 novembre 2013. Les médecins m'ont expliqué que j'avais une boule de 13 cm autour du rein et que la chute l'avait fait bouger. Je n'avais pas compris que c'était un cancer. J'avais très mal à cause de la chute. Tellement mal que je ne voulais même pas que les infirmières m'expliquent ce qu'elles me faisaient. Je suis resté deux semaines à l'hôpital. Ensuite, je suis rentré à la maison, et j'ai commencé la chimio. Ma mère m'avait un peu expliqué la maladie et comment j'allais être soigné. J'ai passé Noël et Nouvel an à l'hôpital pour me faire opérer. Ensuite, j'ai refait de la chimio, des rayons, et encore un peu d'hôpital. Entre novembre et mars, je ne suis pas retourné à l'école. Cela ne m'a pas manqué. Mes copains, si ! Certains sont venus me voir à la maison. J'ai aussi reçu des lettres. Cela m'a fait plaisir. Après l'opération, j'ai pu retourner un peu au judo. Tout le monde faisait très attention. A la maison, mes sœurs aussi étaient très gentilles. C'est parce que je les embêtais beaucoup moins (rires). Pendant ces mois de traitement, j'ai dormi et joué aux jeux-vidéo. Je n'ai pas complètement échappé aux devoirs car les maitresses de mon école sont venues me faire la classe à la maison. Enfin, quand elles me trouvaient. Je commençais toujours par me cacher quand je savais qu'elles allaient arriver !"

Catherine : "Avec son papa, nous étions très inquiets, mais le médecin nous a tout de suite dit que Baptiste allait s'en sortir. Cela nous a permis de rassurer ses deux sœurs qui transmettaient le message à l'école. A ce moment-là, elles étaient en CM2. Elles ont su être très autonomes pour continuer à faire vivre la maison pendant que nous nous occupions de leur petit frère. La maladie a eu un impact sur toute la famille. Baptiste nous a beaucoup impressionnés. Il n'a jamais voulu mettre le bonnet qu'il avait choisi. Il préférait sortir sans cheveux comme s'il voulait dire aux gens : regardez, je suis malade, et je suis content quand-même."

* *Rendez-vous page 13* ***pour en savoir plus.***



Anne-Caroline Chausson, 38 ans,

est multiple championne du monde de VTT. En 2015, elle a eu un cancer des ovaires.

"En juin 2015, en pleine saison de coupe du monde de VTT, j'ai ressenti des fatigues intenses et une grosseur dans le ventre. Il a fallu m'opérer pour se rendre compte que j'avais une tumeur aux ovaires. Ensuite, j'ai subi une seconde opération. Rapidement, les médecins m'ont fait commencer une chimiothérapie complémentaire. J'avais une séance toutes les trois semaines. Je ne pouvais pas m'entraîner comme avant, mais dès que je me sentais en forme, j'allais en montagne pour faire de la marche, de la moto ou du vélo. C'était important pour garder le moral. Au début, je n'ai pas voulu parler de

la maladie



Gwen, alias Sweetie, 22 ans,

fait des vidéos sur YouTube. En mai 2014, les médecins lui ont diagnostiqué un cancer du système lymphatique plus connu sous le nom de lymphome hodgkinien.

« J'avais une boule dans le cou, au niveau de la clavicule. Parfois, elle me faisait mal lorsque je portais un sac à main. J'avais aussi des nausées, des sueurs froides la nuit, et des plaques qui me démangeaient. A 20 ans, on ne pense pas aux maladies graves. J'ai attendu quatre mois avant de consulter. Avec le recul, je me dis que j'ai pris des risques inutiles.

Mon médecin m'a tout de suite envoyée vers l'Institut Gustave Roussy. C'est à ce moment-là que j'ai compris que j'avais un cancer. J'ai enchaîné les examens, dont une biopsie qui m'a fait extrêmement mal. Les rendez-vous allaient vite, trop vite pour que les médecins répondent à toutes mes questions. J'ai toujours été intéressée par le corps humain. Du coup, j'ai passé des heures à lire pour comprendre ce qui m'arrivait. J'avais besoin de connaître mon cancer pour mieux le combattre. La seule réponse que je n'ai pas trouvée, c'est pourquoi moi ?

J'étais le genre de nana à faire du sport et manger cinq fruits et légumes par jour.

Quelques jours avant le début du traitement, j'ai utilisé une coloration de supermarché horrible sur mes cheveux. Vraiment horrible : genre jaune poussin raté ! C'est la technique que j'avais trouvée pour être contente de les couper avant d'attaquer la chimio. Avec les traitements, j'ai perdu 7 kg. Comme mes défenses immunitaires étaient faibles, je ne pouvais pas sortir de chez moi. J'en ai profité pour me remettre aux loisirs créatifs.

Je tenais à continuer les vidéos. Je me suis montrée le crâne chauve. Certains n'ont pas apprécié, mais cela m'est égal. Pourquoi changer mon apparence puisque je me sentais bien comme cela ? Les médecins m'ont annoncé en rémission en septembre 2014. Je ne suis plus la même depuis la maladie. La Gwen d'avant était colérique.

Elle se prenait la tête pour rien. Maintenant, je profite de la vie à fond. Le cancer m'a aussi permis de faire un tri dans mes amis.

Je suis beaucoup plus heureuse aujourd'hui. »

- Chaîne YouTube de Gwen : https://www.youtube.com/channel/UCt5bOT55e0PthlvxXtEWK7w
- Pour visionner son témoignage de la découverte de son cancer *(à partir de 9mn50 de vidéo)* : https://www.youtube.com/watch?v=3ohxYTBNc9E

ma maladie à ma famille, car mon père est décédé d'un cancer il y a quelques années. J'avais peur d'inquiéter ma mère. C'est mon copain qui en a parlé à mes proches. Il a eu raison. J'ai attendu janvier et la fin de mon traitement avant de l'annoncer à mes fans sur les réseaux sociaux. J'avais besoin de leur dire la vérité pour tourner la page. Suite à cela, j'ai reçu des témoignages de malades ou de proches qui m'ont remerciée. Dans le monde du sport, la plupart des gens qui ont eu un cancer n'osent pas parler. C'est dommage car ils pourraient montrer qu'il y a plein de gens qui s'en sortent. En août, j'ai participé à une compétition au Canada. Je suis loin de mon niveau d'avant, mais j'ai tenu 6h sur mon vélo avec de bons chronos. "



PHOTOS, DROITS RÉSERVÉS



Le cancer n'est pas qu'une maladie humaine

L'anaconda du zoo de La Palmyre a eu une tumeur au rein

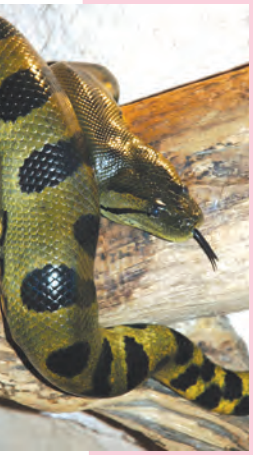
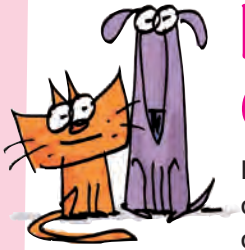


PHOTO : F. PEYROUX, ZOO DE PALMYRE

C'est l'histoire d'un anaconda qui n'a pas de nom. "Souvent, on n'en donne pas aux serpents", explique Thierry Petit, vétérinaire au zoo de La Palmyre depuis 27 ans, qui chaque année, recense près de 70 cas de tumeurs chez les pensionnaires de son parc animalier. En février 2013, un de ses trois anacondas, (le numéro 3607), a une grosseur de 8 cm qui a poussé au bout de son corps. "L'animal ne semblait pas souffrir », souligne Thierry Petit. « J'ai quand même réalisé une échographie et une radio. Je me suis alors rendu compte qu'il avait un carcinome (un type de cancer) au rein. Seule solution pour le soigner : l'opération ». En mars, le vétérinaire a donc endormi l'anaconda (un mâle d'Amérique du Sud de plus d'un mètre !) pour lui enlever le rein atteint. "La tumeur pesait 935 g, c'est énorme pour un animal qui pèse 7 kg", raconte Thierry Petit. Depuis, l'anaconda se porte bien. Il a juste mis un peu de temps à retrouver l'appétit. Avant le diagnostic, le serpent avait mangé en février. Il a attendu fin avril pour avaler un nouveau cochon d'Inde. Une grève de la faim ? Pas vraiment. En temps normal, les anacondas ne se nourrissent que toutes les deux semaines !



Les chats et les chiens aussi !

Le cancer n'épargne pas les animaux domestiques. Les vétérinaires estiment qu'un chien sur quatre, et un chat sur six, développeront des tumeurs au cours de leur vie. Certaines races, comme les bouviers bernois, sont plus sensibles que d'autres. Cela fait partie de leur patrimoine génétique. En partageant notre mode de vie, nos animaux sont aussi victimes de nos comportements. Un chat ou un chien entouré de fumeurs risque un cancer du museau, de la gorge ou du poumon. Les chats peuvent développer des cancers plus graves, car ils adorent se lécher. Si le domicile qui les accueille est celui de fumeurs, ils ingurgitent sans le savoir les substances toxiques déposées sur leurs poils. Mettre sa propre santé en danger n'est déjà pas malin. Quand il s'agit de la santé de nos compagnons qui n'ont rien demandé… fumer n'est pas cool !

Le rat-taupe-nu n'y échappe plus



Jusqu'à l'année dernière, on pensait ce drôle d'animal naturellement protégé contre la formation de tumeurs. En 2015, deux rats-taupes-nus des zoos de Brookfield, près de Chicago, et de Washington, ont développé des cancers. Mais alors, existe-t-il des êtres vivants épargnés par la maladie ? L'attention des chercheurs porte désormais sur les **baleines boréales,** qui peuvent vivre jusqu'à 230 ans !



Envie d'en savoir plus?
Rendez-vous sur www.ligue-cancer.net/clap-sante

trucs et astuces de Cactus

La petite histoire de Clap'santé



L'infogr'affiche : de

Facteurs diminuant le risque de cancer



Légumes

Activités physiques



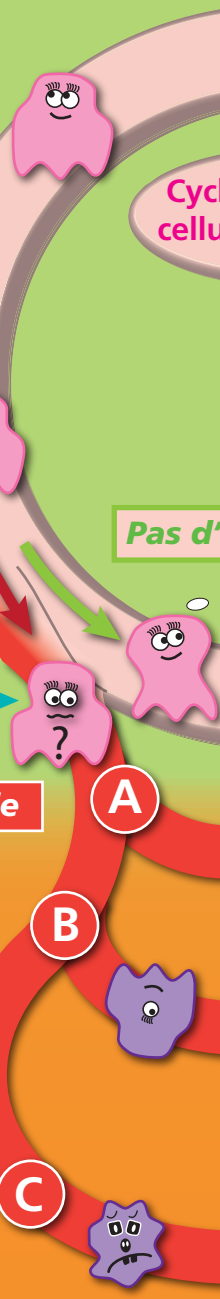
Alimentation équilibrée

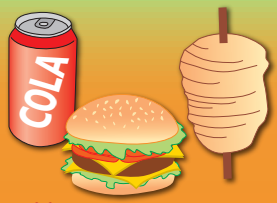


Fruits

A cause des gènes qui viennent de muter ou de certaines agressions (tabac, alcool, UV…), une cellule se dérègle. Son fonctionnement n'est plus normal. Le corps va-t-il le détecter ?

2





Aliments saturés en gras et en sucre



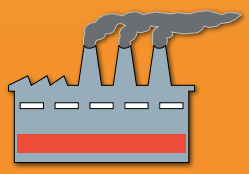
Pollution des véhicules à moteur thermique



Produits toxiques



Virus hépatite B et hpv



Pollution industrielle



Alcool



Tabac

Facteurs augmentant le risque de cancer

la cellule au cancer

Voici, une cellule.
C'est la plus petite unité vivante, l'unité de base de tous les tissus du corps. Tous les êtres vivants sont constitués de cellules.

1

le de division
ulaire normale

3

Cette cellule, comme toutes les autres, a une durée de vie limitée.
Grâce à la division cellulaire, le corps renouvelle son stock en permanence.

anomalie

Youpee !

Effets positifs du soleil :
il permet la fabrication de la vitamine D

Effets négatifs du soleil :
une exposition trop importante provoque des cancers de la peau

Le corps a bien joué son rôle.
Il répare la mutation.

Plop

Le corps a bien joué son rôle.
Il pousse la cellule à s'auto-détruire pour éviter qu'elle ne nuise à l'organisme.

La cellule anormale ne se détruit pas comme elle aurait dû le faire et continue de se reproduire, sans tenir compte des autres cellules.

Tumeur

Métastases

Les cellules anormales se multiplient et se regroupent pour former des **tumeurs**.
C'est le cancer.
Parfois, les cellules **malignes** parviennent à se déplacer dans le corps sur de plus ou moins longues distances pour s'installer dans d'autres organes.
C'est ce que l'on appelle des **métastases**.

Pour se détendre

Face au cancer, les malades (et leurs proches) sont souvent confrontés à des émotions très différentes. Tu connais ces sentiments. Mais saurais-tu les retranscrire en dessin sur ces chats ?

La peur



La solitude



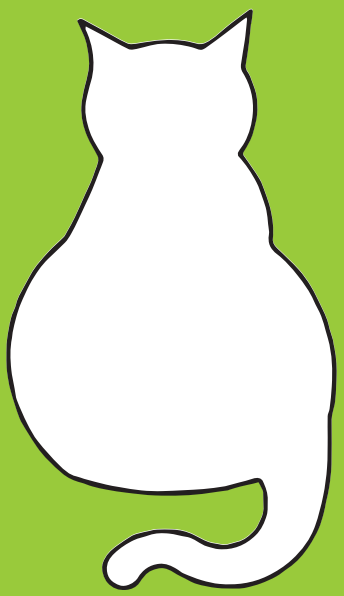
La colère



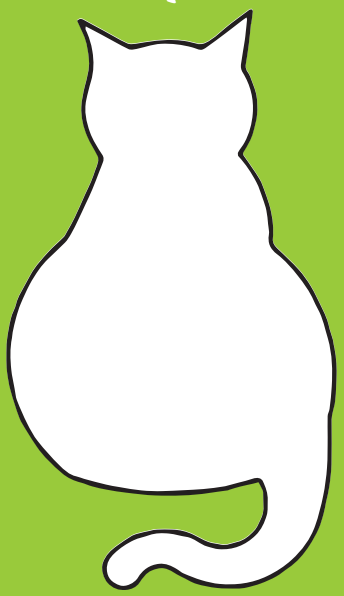
La tristesse



La douleur



L'espoir

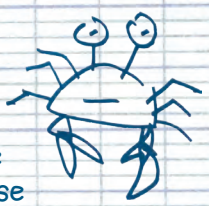




Retrouve sur le site de la Ligue contre le cancer, les dessins des émotions réalisées par l'équipe de *Clap'santé* : www.ligue-cancer.net/clap-sante

Le journal de la maladie de Sophie

Sophie a 40 ans. Elle vient de se faire diagnostiquer une tumeur au sein. Pour les cancers, les patients mènent le combat contre la maladie à leur façon. Sophie a accepté de nous raconter le sien. En plus, il finit bien ! Voilà à quoi pourrait ressembler son journal intime.



23 août 2015

Ce matin, j'ai eu rendez-vous chez mon gynécologue pour ma visite annuelle. Je lui ai parlé de la boule que j'ai sentie sous mon aisselle en prenant ma douche. Louis, mon mari, pense que je travaille trop. Le docteur me propose de réaliser une mammographie, par précaution. Selon lui, je ne dois pas m'inquiéter.

6 septembre

La mammographie n'était pas douloureuse. Ils ont aperçu une tache dans mon sein gauche. Les médecins m'ont conseillé une biopsie "pour vérifier". Ils veulent s'assurer qu'il ne s'agit pas d'une tumeur maligne. Je commence à m'inquiéter.

24 septembre

Le gynécologue m'a appelé sur mon portable. Il a les résultats de ma biopsie et veut que je passe le voir demain matin. J'ai un mauvais pressentiment mais j'ai tellement de dossiers sur lesquels je dois avancer au bureau... Je risque de louper un jour de travail.



25 septembre

Un cancer. Mon médecin a essayé de me l'annoncer avec douceur. Il ne peut pas se prononcer sur le pronostic. Pour la suite, il m'a donné les coordonnées d'un oncologue qu'il connaît bien. J'ai du mal à réaliser ce qui m'arrive. Pourquoi moi ? J'ai demandé à Louis de rentrer plus tôt pour lui parler avant que les garçons ne rentrent du collège. Il semble plus inquiet que moi. J'aurais voulu qu'il me dise qu'on allait s'en sortir...

27 octobre

Rencontre avec l'oncologue. Il a répondu à beaucoup de mes questions, mais pas à toutes... Avec ce rendez-vous, ma maladie devient réelle. J'ai le planning des différents traitements que l'on me propose, et en premier une chimiothérapie. Plus de doute, c'est bien de mon corps que l'on parle. D'ailleurs, j'ai besoin de parler. L'oncologue m'a proposé de prendre rendez-vous avec un psychologue. Ce soir, j'ai expliqué à Théo et Mathurin, mes jumeaux, que leur maman avait une maladie. Ils n'ont pas posé de questions. A 13 ans, les garçons ne sont pas toujours très bavards.

16 novembre

Cela fait longtemps que je n'ai pas écrit. J'ai passé mes journées à courir de rendez-vous en rendez-vous. Il faut être en bonne santé pour entamer une chimiothérapie. J'ai même dû faire soigner mes dents pour éviter qu'elles ne s'infectent. Et je suis allée chez le coiffeur pour me faire couper les cheveux très courts afin de retarder leur chute.

Hors-série cancer



17 novembre

Demain, première chimio. Ma famille est au courant. Mes amis, pas encore. Quand j'ai annoncé à mon supérieur au travail que j'allais devoir m'arrêter pendant quelques mois, il m'a regardé comme si je n'allais jamais revenir... C'est fou comme les gens peuvent penser au pire quand on prononce le mot cancer !

18 novembre

Je me sens mal. J'espérais échapper aux effets secondaires de la chimiothérapie, mais non.... Le traitement me donne la nausée. J'ai passé la journée à vomir. Ce soir, les garçons mangeront sans moi.

30 novembre

Et voilà, j'ai perdu ma première touffe de cheveux à cause de la chimiothérapie. Je n'ai jamais vraiment aimé mes cheveux frisés. Maintenant qu'ils commencent à tomber, je me rends compte que j'aimais bien les bouclettes héritées de ma grand-mère.

7 décembre

J'ai rencontré une socio-esthéticienne. Il n'a pas été simple d'en trouver une ! Ma sœur m'a accompagnée. J'avais besoin de son avis pour choisir ma perruque. Blonde et raide : autant se faire plaisir ! Je suis contente qu'elle ait pu se libérer aujourd'hui. Pas facile de se regarder dans le miroir avec la boule à zéro ! Maintenant que je n'ai plus de cheveux, ma maladie devient visible. Il suffit que ma perruque bouge, et tout le monde saura que j'ai un cancer.

24 décembre

Joyeux Noël ! Cela m'a fait du bien de voir ma famille. Nous n'avons même pas parlé de la maladie. Un bonheur. Enfin, jusqu'au repas. Mes traitements me rendent hyper-sensible aux odeurs. La dinde...un enfer. Même l'odeur des chocolats m'a dégoûtée. Et pourtant, j'adore ça !

17 février

Encore un mois sans écrire. La première étape de ma chimiothérapie est terminée. Prise de sang, radio, scanner... J'ai réalisé un tas d'examens dont j'attends encore les résultats. A partir de ce bilan d'évaluation, l'oncologue me dira ce qu'il prévoit pour moi par la suite.

18 février

Aujourd'hui, j'ai rencontré d'autres malades au Comité départemental de la Ligue contre le cancer. J'ai de super-amis, mais j'avais besoin de rencontrer des femmes qui traversaient les mêmes épreuves que moi. J'ai l'impression que les gens qui n'ont jamais eu de cancer ne peuvent pas comprendre ce que je vis. J'en ai marre des "Il faut te battre", "tu es positive, tu vas y arriver", "ah, mais, ce n'est pas fini les traitements ?" À la Ligue, on se comprend et on me comprend.

24 février

L'oncologue prévoit maintenant une opération pour enlever ma tumeur avant qu'elle ne contamine d'autres organes.

10 mars

Je me suis fait opérer ce matin. J'ai un sein en moins. Je suis bouleversée, mais l'idée de ne plus avoir cette tumeur en moi me soulage. Le chirurgien m'a parlé d'une reconstruction du sein.

1er avril

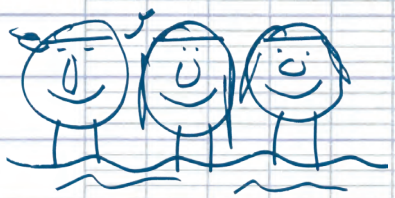
C'est reparti pour la chimiothérapie (et ce n'est pas un poisson d'avril). Je vais suivre une radiothérapie en parallèle. Cela va compléter l'action de la chirurgie et renforcer le résultat.

10 mai

Les médecins m'ont conseillé de faire de l'activité physique adaptée. Ils disent que je dois être en forme pour me battre. J'ai commencé les entraînements de natation synchronisée avec des filles rencontrées à la Ligue. Il y a encore du boulot avant le gala, mais le coach est super.

20 mai

Aujourd'hui, c'est le spectacle de fin d'année au collège de mes jumeaux. Je suis épuisée et



ça se voit... Rien à voir avec les autres mamans qui sortent du bureau. J'ai décidé d'y aller quand même : mes deux garçons rappent pour la première fois. Hors de question que je loupe ça !

8 juin

Aujourd'hui, je vais revoir un psychologue. Avec la maladie, j'ai l'impression d'avoir délaissé ma famille ces derniers mois. J'ai même loupé le mariage de ma meilleure amie. Le cancer, c'est un problème de cellules, mais ça chamboule tout.

25 juin

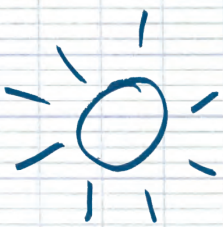
Les vacances tombent à l'eau. Il me reste quelques séances de chimiothérapie et je ne peux pas m'éloigner de l'équipe médicale qui me suit. À la place, j'ai proposé à Louis, Mathurin et Théo de partir quelques jours camper près de chez nous.

30 juin

Nous avons présenté notre première chorégraphie de natation synchronisée. C'est qui, les meilleures ?

3 août

Je dors, je dors, je dors.



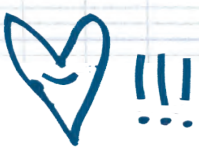
23 août 2016 : 1 an

31 août

Les garçons préparent leur rentrée scolaire. Depuis que j'ai terminé mes traitements, je dois manger équilibré. Toute la famille en profite. Mathurin s'est même découvert une passion pour la cuisine.

5 octobre

Voilà plus d'un an que tout a commencé. Mon médecin dit que je suis en voie de rétablissement. Ce soir, extra ! Pizza et glace à la maison. Les mois prochains, je pourrai reprendre le travail, en temps partiel thérapeutique. Mes collègues m'ont fait livrer un énorme bouquet de fleurs. Je vais préparer des gâteaux et les apporter au bureau pour les remercier, mais je ne resterai pas tard. A 18h, j'ai piscine. Je ne vais pas abandonner mes équipières comme ça !





le petit dico des hôpitaux

✚ **Une mammographie.** Radiographie du sein qui permet, grâce à des rayons X, de détecter d'éventuelles anomalies à l'intérieur du sein.
✚ **Une biopsie.** Opération qui consiste à prélever un fragment de tumeur pour l'observer au microscope et déterminer s'il s'agit d'une tumeur maligne ou bénigne et définir le type de cancer pour personnaliser les traitements.
✚ **Une chimiothérapie.** Traitement destiné à détruire les cellules cancéreuses grâce à des médicaments très forts sous forme de pilules ou de piqûres. Les médicaments sont donnés par cycle alternant phase de traitement et de repos.
✚ **Une ablation de tumeur.** Acte chirurgical qui consiste à retirer la tumeur cancéreuse, en partie, ou de préférence en totalité.
✚ **Une radiothérapie.** Traitement qui consiste à utiliser des rayons X pour bombarder la tumeur à fortes doses afin de détruire les cellules cancéreuses et réduire la taille de la tumeur, voire la faire disparaitre ; ou compléter une ablation pour empêcher les rechutes locales.

Retrouve les autres définitions sur le site de la Ligue : www.ligue-cancer.net/clap-sante



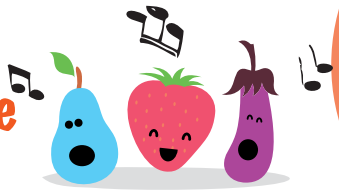
Si tu as besoin de parler, tu peux aussi appeler le service d'écoute de la Ligue contre le cancer :
0 800 940 939
(appel gratuit depuis un poste fixe ou un portable)

Chaque histoire avec la maladie est différente. Chaque parcours de soin aussi. D'autres traitements sont possibles comme les thérapeutiques ciblées si l'analyse de la tumeur le justifie. Celui que t'a présenté Sophie n'est pas forcément celui qui sera proposé à un autre malade. Ce sont les professionnels de santé qui proposent le parcours et l'ordre des traitements le plus adapté à chaque cas.

La petite histoire de Clap'santé

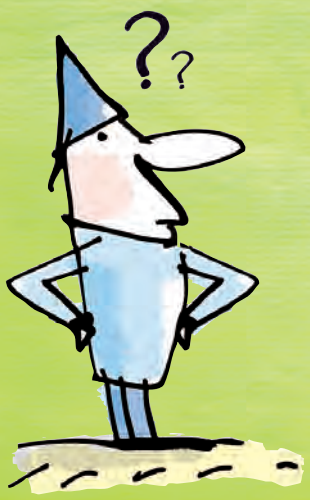
Trop fort la Ligue !

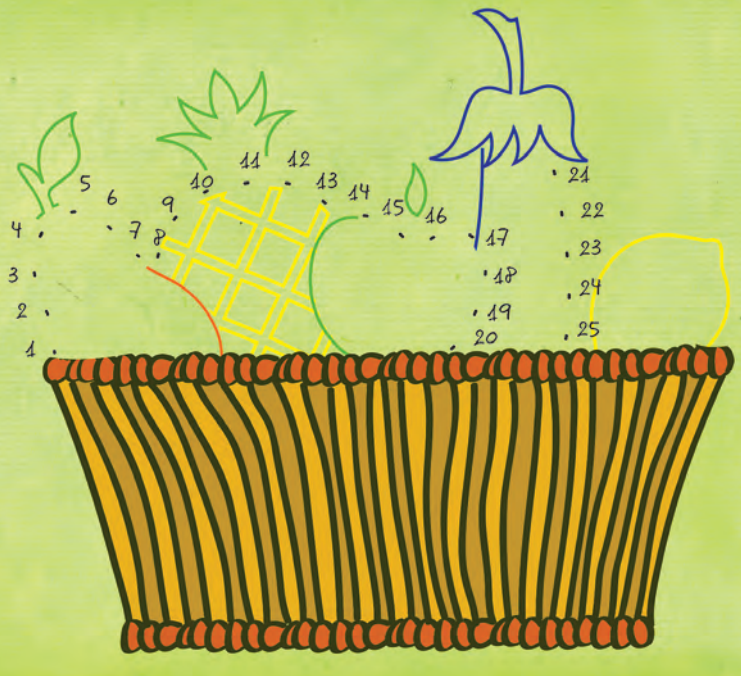




Points à relier

Relie les chiffres du plus petit au plus grand. Tu découvriras un bon bouclier contre le cancer.

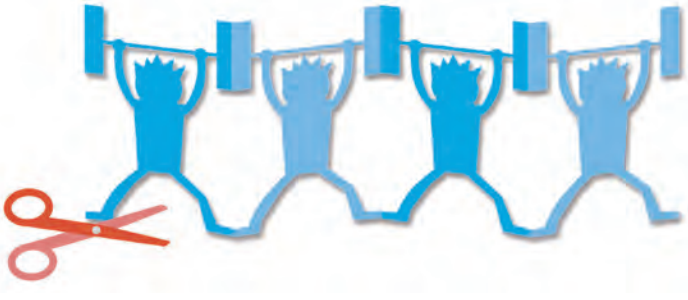




Bricolage - Fabrique ta guirlande de sportifs !

Tu as besoin de papier, d'un crayon et d'une paire de ciseaux, c'est tout !

- Découpe une bande d'environ 5 cm de large dans la longueur d'une feuille de papier.
- Plie-la en accordéon jusqu'à ce que la totalité de ta bande soit repliée dans un petit rectangle bien régulier. Plus tu auras de plis, et plus tu auras de bonhommes !
- Dessine un sportif sur la première face de ton accordéon. Ses mains et ses pieds doivent toucher les bords de ton rectangle.
- Avec ta paire de ciseaux, découpe ton personnage.
- Tu peux déplier. Si tu as bien réalisé les étapes précédentes, te voilà avec une ribambelle de champions. Il ne te reste plus qu'à dessiner leurs habits de sportifs. Choisis les activités que tu veux leur faire pratiquer !



Rébus

Sauras-tu deviner quel traitement se cache derrière ces images ?



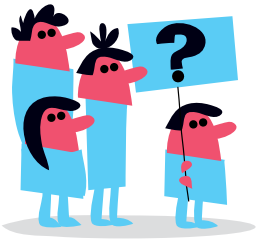
Réponse : radiothérapie

Devinette

- On me trouve dans les prisons, mais aussi dans les corps.
- Je ne disparais jamais même si parfois je m'endors.
- Je me divise sans cesse et sans effort.
- Il m'arrive même de me multiplier à tort.

Qui suis-je ?

Réponse : une cellule



Nos réponses

Les interrogations autour du cancer ne manquent pas... y compris chez les adultes ! Vous avez été nombreux à nous faire part de vos questions. Nous en avons sélectionné quelques-unes.



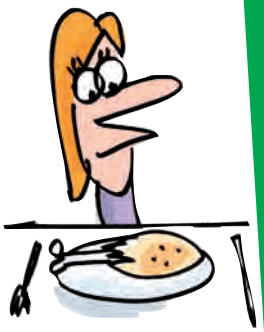
Comment sait-on si on a un cancer ?

Le cancer, à ses débuts, ne fait pas forcément mal. D'ailleurs, beaucoup de tumeurs sont découvertes par hasard, à l'occasion d'un contrôle médical de routine. D'où l'importance de consulter régulièrement, surtout si l'on sait que l'on est une personne à risque ! Parfois, les tumeurs sont tellement grosses ou si proches de la surface de la peau qu'elles sont visibles à l'œil nu, mais c'est plutôt rare. Il arrive aussi que le cancer soit détecté beaucoup plus tard. Lorsque la maladie a commencé à s'attaquer aux organes, le patient souffre. Rien ne sert de fuir les rendez-vous médicaux si tu sens que quelque chose ne tourne pas rond dans ton corps. Un cancer diagnostiqué tôt sera plus facile à soigner. Consulter son médecin permet aussi de se rassurer. On ne développe pas un cancer tous les jours. La plupart du temps, il ne s'agit que de petits bobos !

Quelle est la différence entre un cancer et une tumeur ?



On parle de tumeur lorsque les cellules en croissance « déraillent » et forment une grosseur.
Les tumeurs peuvent apparaître sur n'importe quels tissus. Quand elles sont bénignes, elles ne sont pas dangereuses, comme les verrues par exemple. Elles peuvent facilement être extraites : on peut les séparer du corps.
Lorsqu'elles sont malignes, on parle alors de cancer. Elles sont difficiles à séparer des organes, c'est pourquoi on doit prélever le tissu qui est autour. Certaines tumeurs malignes envoient des cellules à distance, des métastases qui peuvent se propager dans tout le corps. Les métastases peuvent entraîner le dysfonctionnement ou la mort de l'organe affecté. Tu l'auras compris : toutes les tumeurs ne sont pas des cancers mais tous les cancers ont commencé par une tumeur.



Que se passe-t-il si on mange un animal qui a le cancer ?

Il est très peu probable que tu te retrouves avec une tumeur dans ton assiette. D'abord parce que le cancer du muscle est très rare, et que c'est généralement cette partie-là de l'animal que l'on transforme en viande. Ensuite, parce que les animaux très malades ne sont pas conduits dans les abattoirs destinés à l'alimentation humaine. Si cela devait vraiment arriver, tu ne craindrais de toute façon pas grand-chose. Le cancer ne s'attrape pas : il n'est pas contagieux.
Il n'y a donc aucun risque que tu puisses être l'acteur dans un film-réalité : *« Le retour du steak haché qui donnait le cancer ».*

à tes questions

Si on a un cancer des yeux, devient-on aveugle ? Si on a un cancer des jambes, est-ce que l'on ne peut plus marcher ?

Le cancer de l'œil existe, mais il est extrêmement rare. Grâce aux progrès médicaux, les médecins savent désormais le soigner en évitant au maximum d'endommager la vue. D'une manière générale, ce n'est pas parce que l'on a un cancer dans une partie du corps que celle-ci ne fonctionnera plus. Pour parler de la jambe, par exemple, un malade peut avoir un cancer de l'os au niveau de la cuisse sans que cela n'empêche ses muscles de fonctionner. Il pourra donc toujours marcher ! Avec les traitements désormais proposés aux malades, les séquelles ont beaucoup diminué. Les cicatrices des opérations restent visibles mais une fois soigné, l'organe reprend souvent son fonctionnement d'avant la maladie.





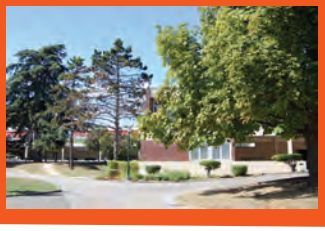
Ça existe, le cancer des sourcils ?

Mon petit doigt me dit que tu as vu une personne, atteinte d'un cancer, qui n'avait plus de cheveux ni de sourcils... Attention à ne pas confondre la maladie et les effets secondaires des traitements contre le cancer. Lors d'une chimiothérapie, les médicaments donnés aux patients sont tellement forts qu'ils peuvent faire tomber les poils et les cheveux. Mais ensuite, ceux-ci repoussent! Les sourcils, comme tous les poils, sont principalement composés d'une protéine appelée kératine. Il s'agit d'une macromolécule et non d'une cellule. Comme tu as déjà dévoré ton *Clap'santé,* tu sais que les cancers sont liés au dysfonctionnement de la division des cellules. Tu n'as donc rien à craindre pour tes poils !

Combien de jours reste-t-on à l'hôpital ?

Tu connais les réponses de Normands? C'est comme cela qu'on appelle une réponse très floue, évasive... En bref, une réponse qui n'en est pas une ! Pour cette question, la réponse de Normand s'impose car il n'y a pas de temps d'hospitalisation imposé. Tout dépend des patients ! Certains malades resteront longtemps à l'hôpital, car le cancer a eu le temps de bien s'installer dans leur corps ou qu'ils sont extrêmement fatigués. D'autres n'y passeront que quelques jours, et viendront simplement à l'hôpital pour les consultations et les traitements avant de rentrer se reposer à la maison.

Clap'santé remercie particulièrement les élèves de l'année scolaire 2015-2016, en CM2 à l'école Marie-Curie de Saint Leu la Forêt, et en 6ème 6 au collège Croix d'Argent de Montpellier,.







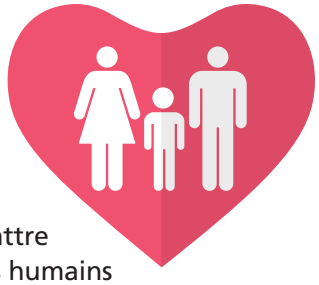
Quoi de neuf, docteur ?

Le cancer fait partie des thématiques qui mobilisent le plus les chercheurs. Grâce à eux, les traitements sont en évolution constante et les découvertes se multiplient.



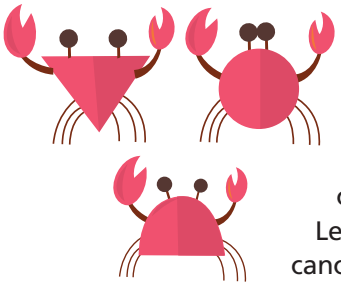
La France, championne de la recherche

Près de 6000 scientifiques travaillent sur le cancer dans l'hexagone. Si l'on met ce chiffre en relation avec le nombre d'habitants, notre pays est celui qui s'intéresse le plus à la maladie. Chaque année, près de 150 millions d'euros de subventions publiques sont attribués aux scientifiques. A elle seule, la Ligue Nationale contre le Cancer distribue 40 millions d'euros pour aider les chercheurs dans leurs projets. Costaud, mais c'est parce qu'il y a encore du boulot !



L'immunothérapie, une piste pour l'avenir

Et si les malades pouvaient se battre tout seuls contre la maladie? Les humains sont dotés d'un bouclier naturel : le système immunitaire. Les cancers endorment ce système pour mieux se propager. Depuis quelques années, des équipes entières tentent de comprendre ce mécanisme pour réveiller le système immunitaire des malades. C'est l'immunothérapie. Grâce à la recherche, la majorité des cancers se soignent bien. Avec cette nouvelle technique, cela pourrait être encore mieux.



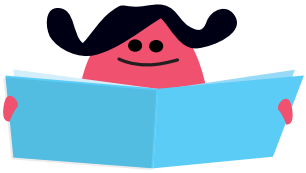
Il n'y a pas un, mais DES cancers

Ces dix dernières années, l'univers de la recherche a connu une révolution. Les malades avaient un cancer du poumon, du rein, du cerveau ? Les scientifiques travaillaient sur ces parties du corps. Puis, ils se sont rendus compte que la maladie était plus complexe ! Deux cancers du poumon peuvent être très différents ! Ils ont donc changé de méthode de travail pour se concentrer sur les cellules, là où naissent les tumeurs, suite à une (ou souvent plusieurs) anomalie(s) génétique(s). En comprenant l'origine et les effets précis de ces anomalies, ils pourraient trouver des solutions intéressantes contre les cancers, peu importe l'organe dans lequel ils se développent.

Les médicaments, mais pas seulement!



La recherche sur le cancer est très variée. Certains chercheurs essaient de comprendre le fonctionnement des cellules cancéreuses, c'est la recherche fondamentale. D'autres testent des nouveaux médicaments ; on parle alors de recherche clinique. Quant à ceux qu'on appelle les épidémiologistes, ils étudient les facteurs (tabac, rayonnement UV,..) qui augmentent le risque de déclencher la maladie, et ils cherchent à améliorer sa prévention et son dépistage. Enfin, certains experts s'intéressent aux aspects sociaux du cancer : l'impact sur la famille, les carrières, les relations avec les médecins... Leur objectif ? Améliorer le quotidien des malades.



Nos conseils de lecture

Tu as aimé ton Clap'santé, et tu souhaites aller plus loin ? De nombreux auteurs et dessinateurs se sont intéressés au cancer. Voici une sélection de livres et videos adaptés en fonction ton âge. Tu les retrouveras sûrement dans la bibliothèque de ton école ou de ta ville.

Pour tous

● **Le dessin animé qui explique le cancer aux enfants.**
A regarder sur http://www.cancerjeuneparent.com/le-coin-des-enfants/expliquer-le-cancer-aux-enfants/
Ils sont forts, nos cousins canadiens. Dans une vidéo de quatre minutes, ils répondent à de nombreuses questions sur la maladie. Et les dessins sont très jolis !

● **Guide pour adolescents : ton père ou ta mère a un cancer :**
Disponible sur http://www.cancer.lu/sites/cancer/files/media/Guide_ados_fr.pdf
Un guide ultra complet sur la maladie, ses traitements et ses conséquences sur la famille.

Pour les plus petits



● **La copine de Lili a une maladie grave,** *Dominique de Saint-Mars, Serge Bloch, ed. Calligram, 2004.*
Lili apprend que sa camarade Zigzou a un cancer. Elle va tout faire pour essayer de la soulager.

● **Alice au pays du cancer,** *Sophie Buyse, Martine Hennuy, Lisbeth Renardy, ed. Alice Jeunesse 2006.*



Le voyage d'une petite fille dans le monde imaginaire qu'elle associe à la maladie de sa maman.

● **Maman a une maladie grave,** *Hélène Juvigny, Brigitte Labbe et Olivier Latyk, ed Milan, 2007.*



Hugo réagit à l'annonce du cancer de sa maman et partage ses états d'âme, sa colère et ses peurs.



● **L'année où ma mère est devenue chauve,** *Ann Speltz, ed. Enfants Quebec 2007.*
Claire a 9 ans et nous ouvre les pages du journal dans lequel elle raconte la maladie de sa mère.

Pour les plus grands

● **L'aîné de mes soucis,** *roman et dvd, Carine Tardieu, ed. Actes Sud Junior, Ciné-roman, 2005.*



Un court-métrage devenu roman qui raconte les inquiétudes d'un fils face à la maladie de sa mère.

● **Nos étoiles contraires,** *John Green, Catherine Gibert, ed. Nathan jeunesse, 2013.*



Attention best-seller ! Hazel, 16 ans, tombe amoureuse d'Augustus rencontré dans un centre fréquenté par des jeunes malades. Une histoire d'amour construite autour du cancer.



● **Boule à zéro,** *une BD en 4 tomes, Ernst et Zidrou, ed. Mille bulles de l'école des loisirs, 2014.*
Zita a du caractère et le fait savoir dans l'hôpital où elle est soignée. Une BD drôle et bien pensée où la maladie est un prétexte pour parler de la vie.

● **Ne t'inquiète pas pour moi,** *Alice Kuipers, Valérie Le Plouhinec, ed Albin Michel, 2014.*



Une mère et sa famille se parlent par Post-it interposés... jusqu'au jour où la maladie s'immisce dans leur relation.

Hors-série cancer

Le mot de la Présidente de la Ligue nationale contre le cancer



Ce numéro de *Clap'santé* est très spécial car, pour la première fois, il est presque entièrement consacré au cancer. Le cancer est une maladie grave qui touche les adultes, mais aussi les enfants et les adolescents. Grâce à un « voyage » dans le corps et dans la cellule, illustré par des schémas, tu connais maintenant mieux l'origine de cette maladie. Au travers de quelques témoignages, tu peux désormais comprendre ce que ressentent les personnes atteintes par la maladie, à quel point elles se battent pour vaincre le cancer et pourquoi elles ont besoin d'être soutenues. Tu as également pu découvrir que la survenue d'un cancer dépend beaucoup de nos façons de vivre, qui sont différentes d'un pays à l'autre, et que très souvent, nous pourrions éviter d'avoir un cancer en suivant les règles d'une vie saine, comme ne pas fumer, avoir une alimentation équilibrée, faire de l'exercice.
Après avoir lu attentivement ce numéro spécial, je t'invite à agir pour te protéger, aider les autres (et surtout ceux que tu aimes) à se protéger, et aider ceux qui, malheureusement, sont déjà atteints par la maladie.
Je compte sur toi et je t'embrasse.

Professeur Jacqueline GODET

Paris, capitale mondiale contre le cancer



Il y a un début à tout ! Et tu fais partie des petits chanceux qui tiennent entre leurs mains le premier hors-série de *Clap'santé*. Pourquoi 24 pages sur le cancer ? Parce que ce magazine est publié par la Ligue nationale contre le cancer... Mais aussi parce que Paris est au cœur de la lutte contre le cancer lors d'un **congrès mondial qui se déroule du 31 octobre au 3 novembre 2016.** Pour l'occasion, la Ligue s'associe avec d'autres pays francophones. Rendez-vous sur le site de l'Aliam (www.aliam.org) pour découvrir comment avancer main dans la main.
Si le magazine t'a plu, tu peux aussi poursuivre ta lecture sur le site internet de la Ligue : www.ligue-cancer.net/clap-sante
Tu y trouveras des articles inédits et un formulaire d'abonnement qui te permettra de ne pas louper une miette des prochains numéros. Comme on te réserve de belles surprises, ce serait dommage de passer à côté !

Allo ? 0 800 940 939



Si tu as besoin ou envie de parler, tu peux appeler **le service d'écoute de la Ligue nationale contre le cancer.**
Tu y trouveras une oreille attentive, des conseils et des réponses à tes questions sur le cancer.
(appel gratuit depuis un poste fixe ou un portable).

La Ligue contre le cancer est une ONG indépendante. Ses ressources proviennent uniquement de la générosité du public.
Si tes parents souhaitent soutenir ses actions, ils peuvent adresser un don à :
Ligue contre le cancer : 14, rue Corvisart 75013 PARIS ou sur Internet : www.ligue-cancer.net
Clap'santé, le magazine santé des jeunes, est édité par la Ligue nationale contre le cancer, 14 rue Corvisart 75013 Paris.
Directrice de la publication : Jacqueline Godet. Comité de direction (administrateurs) : Jean Claude Arnal, Hervé Gautier et Albert Hirsch.
Directeur de la rédaction : Emmanuel Ricard. Rédactrice en chef : Chloé Lebeau. Journaliste : Claire Le Nestour.
Maquettiste : Jean-Pierre Neveu. Infographiste : Jean-Pierre Crivellari. Illustrateur : Pierre Botherel.
Ont collaboré à ce numéro : Innocent Adoubi, Muriel Altabef, Gwendoline Asquin, Jean-Christophe Azorin, Julien Barthot-Malat, Virginie Benmerzouk, Catherine Bocquet, Monsieur Boucher, Anne-Caroline Chausson, Florine Douay, Corinne Dubost, Caroline Friang, Virginie Haffner, Marc Keller, Baptiste Lacroix, Colette Lanusse, Marc Larguier, Elise Melennec, Lilia Nabais, Thierry Petit, Diane Pires, Nathalie Roy, Valentine Sarrut, Catherine Tymen Azoulay, Barbara Vasseur, Monsieur Van Der Woerd.

N° ISSN : 2269-6938. Abonnement : tarif annuel : 1,52 € les 4 numéros.
Tirage : 50 000 exemplaires. Imprimé par : Imprimerie Champagnac, Aurillac
Dépôt légal : octobre-novembre-décembre 2016
Clap'santé, le magazine santé des jeunes, est conforme à la loi n° 49-956 du 16 juillet 1949, modifiée par l'article 46 de la loi n° 2011-525 du 17 mai 2011

Agissez pour le recyclage des papiers avec la Ligue contre le cancer