

## Les soins de support

Pour vous aider à surmonter les difficultés liées à votre hospitalisation et votre traitement, vous pouvez bénéficier d'un soutien de services médicaux ou paramédicaux du Centre :

*Prise en charge psycho-oncologique*  
*Soutien social*  
*Prise en charge de la douleur*  
*Prise en charge palliative*  
*Kinésithérapie*  
*Nutrition et diététique*  
*Soins socio-esthétiques et de mieux-être*  
*Sophrologie*  
*Sexologie*  
*Arrêt du tabac*  
*Activité physique adaptée*  
*Espace de Rencontre et d'Information (ERI®)*  
*Espace jeunes*  
*Aumônerie et coordination des cultes*

## Le médecin traitant

Votre médecin traitant et votre médecin spécialiste gardent un rôle important tout au long de la période de maladie. Ils sont tenus au courant des examens, résultats d'analyses, traitements ou interventions, par le biais de comptes-rendus qui leur sont adressés.

N'hésitez pas à les consulter si besoin.

**L'équipe médicale et soignante reste à votre  
entière disposition pour répondre à vos questions**

# Bien s'alimenter pour éviter la dénutrition



UNICANCER



## CENTRE HENRI-BECQUEREL

Centre de Lutte Contre le Cancer de Normandie-Rouen  
Rue d'Amiens - CS 11516 - 76038 Rouen Cedex 1  
Tél. 02 32 08 22 22 • Fax 02 32 08 22 70  
[www.centre-henri-becquerel.fr](http://www.centre-henri-becquerel.fr)

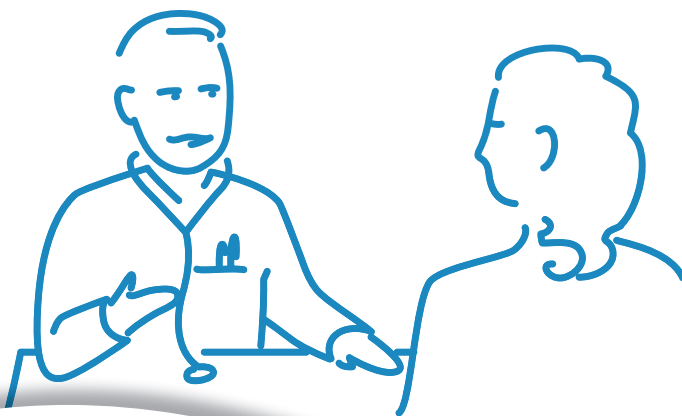


Au Centre Henri-Becquerel, la prise en charge des patients atteints de cancer ne s'arrête pas à la mise en place des traitements contre la maladie.

Un accompagnement complémentaire, dit « soins de support », peut leur être proposé gratuitement, afin de les aider à mieux vivre leur maladie en améliorant leur qualité de vie et leur confort.

Dans le cadre de votre maladie, il est essentiel de conserver un bon état nutritionnel.

Vos apports alimentaires ont peut-être diminué ces derniers temps. Ils peuvent ne plus être suffisants pour couvrir les besoins de votre organisme et amener ainsi une **perte de poids involontaire** pouvant entraîner une **dénutrition**. Cette dernière engendre une augmentation de la toxicité des traitements, un risque de complications post-opératoires et une durée d'hospitalisation plus longue ①.



## En pratique

Afin d'éviter la survenue d'une dénutrition, nous vous conseillons de suivre ces quelques conseils.

- Veillez à **conserver un rythme alimentaire régulier** : un petit-déjeuner, un déjeuner, un dîner et si possible une collation dans la matinée et un goûter dans l'après-midi.

En effet, **vous absorberez plus d'énergie en multipliant le nombre de vos repas.**

**N'hésitez pas à recourir aux plats préparés du commerce si vous vous sentez trop fatigué(e) pour cuisiner.**

- Afin de satisfaire vos besoins en protéines, **chacun de vos repas** (midi et soir) **comportera idéalement au moins une portion de viande, poisson ou œuf** avec un accompagnement (féculents et légumes), un **produit laitier** et un dessert. A chacune de vos collations, n'oubliez pas de consommer au moins **un produit laitier** (yaourt, fromage, fromage blanc...), eux aussi source de protéines.

- Pour un apport énergétique suffisant, **évités les produits allégés** et favorisez au contraire l'ajout de **matières grasses** dans votre alimentation (beurre, crème, huile)
- Faites-vous également plaisir et **savourez desserts sucrés, pâtisseries...**

## Complémentation orale

Si vous continuez à perdre du poids malgré ces conseils, n'hésitez pas à solliciter votre médecin pour qu'il vous prescrive des **compléments nutritionnels oraux**. Ces produits, intégralement pris en charge par l'assurance maladie et disponibles en pharmacie, vous permettront de compléter vos repas.

En cas de besoin, votre médecin pourra éventuellement vous conseiller de rencontrer une des diététiciennes de l'établissement.

① D'après « prévenir la dénutrition du cancer et son traitement » du Réseau National Alimentation Cancer Recherche (NACRe)