



Information
patients

Soins de support en cancérologie

www.centre-henri-becquerel.fr

PROPOSÉS GRATUITEMENT
aux patients et proches



CENTRE de Lutte Contre le Cancer
**HENRI
BECQUEREL**
NORMANDIE-ROUEN



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

Un accompagnement complémentaire, dit **soins de support**, est proposé gratuitement aux patients ainsi qu'à leurs proches, tout au long de la maladie, et ce dès l'annonce du diagnostic du cancer.

En quoi consistent les soins de support ?

Ces soins prennent en compte les conséquences de la maladie et des traitements, afin d'aider à mieux vivre malgré la maladie en améliorant la qualité de vie et le confort.

Pour cela, des professionnels médicaux et paramédicaux de différentes disciplines se coordonnent afin de répondre aux besoins de chaque patient : gestion de la douleur ou de la fatigue, prise en charge des troubles alimentaires, de l'image corporelle, accompagnement psychologique ou social.



Pour prendre rendez-vous
contactez le secrétariat :

02.32.08.29.18

du lundi au vendredi
de 9h à 12h30 / 14h à 17h

Sommaire

Les soins de support

- | | |
|---|------|
| 1. Prise en charge psycho-oncologique | p.04 |
| 2. Soutien social | p.05 |
| 3. Nutrition et diététique | p.05 |
| 4. Prise en charge de la douleur | p.06 |
| 5. Prise en charge palliative | p.06 |
| 6. Kinésithérapie | p.07 |
| 7. Soins socio-esthétiques et de mieux-être | p.08 |
| 8. Sophrologie | p.09 |
| 9. Arrêt du tabac | p.09 |
| 10. Sexologie | p.10 |
| 11. Activité physique adaptée | p.11 |

Des espaces d'accueil

- | | |
|--|------|
| 12. Espace de Rencontres et d'Information (ERI®) | p.13 |
| 13. Espace jeunes | p.15 |
| 14. Aumônerie et coordination des cultes | p.15 |

Les soins de support



Prise en charge psycho-oncologique

L'annonce de la maladie et des traitements peut être responsable de bouleversements sur tous les plans (personnel, relationnel, professionnel, social...) et conduire à des difficultés psychologiques.

S'il est important de parler avec son entourage, solliciter une aide et un accompagnement auprès de professionnels peut s'avérer précieux et permettre de ménager ses proches. La prise en charge psycho-oncologique permet de faire face à la maladie et aux difficultés individuelles et familiales qu'elle entraîne. Ce temps d'écoute et d'échange aide le patient à exprimer ce qu'il ressent.

Une première rencontre avec le médecin psychiatre ou un psychologue du Centre n'entraîne pas forcément un suivi au long cours.

Pourquoi consulter ?

Pour toute souffrance psychologique (répercussions de la maladie et des traitements, difficultés au niveau personnel, familial, professionnel...).

Quand ?

Certains patients peuvent en ressentir le besoin tout au long de leur maladie, d'autres à des moments plus spécifiques (lors de l'annonce de la maladie, en cas de rechute, ou au contraire "lorsque tout va mieux "...).

Pour qui ?

Le patient, mais aussi ses proches (conjoint, enfants, parents...) pour lesquels vivre la maladie aux côtés de la personne malade peut engendrer un besoin d'accompagnement.

Consultation mémoire

Les patients traités pour un cancer, notamment par chimiothérapie, peuvent présenter des troubles cognitifs tels que des troubles de la mémoire, de l'attention ou de la concentration.

Un psychologue du Centre spécialisé en neuropsychologie suit de façon spécifique certains patients pour lesquels ces dysfonctions semblent avoir un impact négatif sur leur qualité de vie. Il leur propose si nécessaire une prise en charge, après un premier entretien (bilan cognitif individuel).



Soutien social

Les personnes atteintes de cancer peuvent rencontrer des difficultés dans leur vie quotidienne et professionnelle, liées à leur statut de malade.

Les assistantes sociales du Centre accompagnent les patients et leur famille tout au long de la prise en charge, et les aident à résoudre les difficultés économiques et sociales en lien avec leur maladie.

En fonction des besoins, elles participent aussi à la préparation de la sortie d'hospitalisation.

Soutien social à plusieurs niveaux

- Administratif : droits en matière de prestations sociales et médicales (recours à l'Affection Longue Durée...), démarches administratives, dossiers d'allocation...
- Financier
- Familial
- Logement
- Lié à l'âge et à la dépendance

- Lié à l'emploi : maintien dans l'emploi, reprise en mi-temps thérapeutique, reconnaissance en tant que travailleur handicapé, orientation vers la cellule de consultation médico-psycho-sociale de retour au travail organisée par le CHU de Rouen...
- Organisation de la sortie d'hospitalisation : mise en place d'aides pour le retour au domicile, orientation vers une autre structure de soins (Centre de Soins de Suite et de Réadaptation...)



Nutrition et diététique

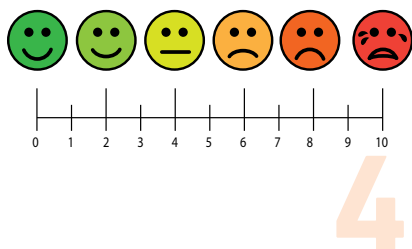
L'équipe, composée d'un médecin nutritionniste et de diététiciennes, veille à l'équilibre nutritionnel des patients et axe principalement ses actions sur les problèmes éventuels de dénutrition liés aux traitements ou à la maladie.

Cette équipe conseille le patient, durant son hospitalisation ou en consultation externe, s'il éprouve une baisse d'appétit, une gêne pour déglutir, des troubles digestifs et/ou un amaigrissement. Il est important de prendre soin de soi

pendant le traitement, ce qui implique une alimentation équilibrée et adaptée à sa pathologie.

Rôle de l'équipe dans la prise en charge

- Prévention et prise en charge de la dénutrition
- Conseils et prescriptions diététiques : effets secondaires des traitements, perte ou prise de poids, nutrition artificielle (sonde gastrique ou voie intraveineuse), complémentation alimentaire orale...
- Animation d'atelier collectifs pour les patients.



Prise en charge de la douleur

La douleur en cancérologie est un phénomène complexe. Qu'elle qu'en soit l'origine (séquelles de la maladie, effets secondaires des traitements, progression de la maladie), il existe aujourd'hui des solutions efficaces pour la soulager. Qu'elle soit aiguë, ou chronique, il est essentiel d'en parler aux professionnels.

Le Centre récemment labellisé Structure Douleur Chronique est fortement engagé dans la prise en charge de la douleur, ce qui implique une collaboration étroite entre les équipes soignantes des services d'oncologie, d'hématologie, de chirurgie ou des services médico-techniques et l'équipe des " Soins de Support ".

L'équipe est constituée de divers professionnels (médecins, infirmières, psychologues, kinésithérapeutes, psychiatre...) et est là pour écouter, soutenir et aider. Son rôle est alors d'évaluer et de soulager la douleur avec des techniques médicamenteuses et/ou non médicamenteuses. Lorsque cela est nécessaire, l'équipe travaille en lien étroit avec d'autres professionnels du Centre.



Prise en charge palliative pour l'équipe mobile de soins palliatifs

Ces soins actifs s'adressent aux patients pour lesquels la guérison n'est plus envisageable. Soulageant la douleur dans sa globalité et les symptômes d'inconfort (difficultés respiratoires, angoisses, insomnie),

cette prise en charge vise à maintenir autant que possible la qualité de vie du patient et à apporter un soutien à son entourage. Le but est d'agir sur les quatre dimensions de la douleur dite « totale » : souffrance physique, psychique (stress, peur de la souffrance et/ou de la mort), existentielle (quête de sens, religieuse ou non), sociale (perte du statut socio-familial, difficultés administratives ou financières).

Dans tous les cas, il s'agit de respecter les priorités et les choix exprimés par la personne malade, via ses "directives anticipées", ou par l'intermédiaire de sa personne désignée " personne de confiance " (En savoir plus : www.bec-quereel.fr/le-patient/vos-droits/)



Kinésithérapie

La kinésithérapie occupe une place importante dans la prise en charge des complications de certains cancers et des traitements (chirurgie, radiothérapie...).

Les masseurs-kinésithérapeutes du Centre sont des professionnels paramédicaux spécialisés dans la

rééducation fonctionnelle des différentes parties du corps. Leur intervention a pour but de soulager le patient et de l'aider à maintenir ou récupérer une facilité de mouvements afin de préserver son indépendance, son autonomie et sa qualité de vie.

Une prise en charge adaptée, régulière, parfois préventive, associée ou non à des techniques médicales, permet de retrouver ou de maintenir un certain bien-être.

Cette rééducation se fait sur prescription médicale, en partenariat avec l'équipe soignante. Elle peut s'effectuer dans la chambre du patient ou dans la salle de kinésithérapie du Centre.

Rôle de la kinésithérapie dans la prise en charge

- Evaluer afin d'adapter les techniques aux besoins et aux maux du patient
- Soigner par diverses techniques passives ou actives : massage, drainage lymphatique, renforcement musculaire, posture, mobilisation articulaire, rééducation sensitivo-motrice ou des troubles de l'équilibre, kinésithérapie respiratoire
- Accompagner le patient dans son projet personnel afin d'améliorer son autonomie et son confort de vie

Consultation d'ostéopathie

Certains patients peuvent bénéficier, sur prescription d'un médecin du Centre, d'une consultation dispensée par un ostéopathe. Cela constitue un traitement complémentaire qui accompagne et facilite les traitements contre la maladie.



Soins socio-esthétiques et de mieux-être

La maladie fragilise et les traitements peuvent avoir des conséquences physiques et/ou psychologiques. Dans ces situations, une pause de douceur et de détente, des conseils de beauté et de confort rassurent, améliorent le moral et permettent d'oublier un temps la maladie.

Les socio-esthéticiennes, qui interviennent au Centre proposent gratuitement aux patients des soins qui contribuent à retrouver l'estime de soi, le mieux-être, le confort et la restauration de l'image corporelle.

Elles travaillent en concertation et en complémentarité avec le personnel soignant. Leurs interventions se font dans la chambre du patient, en hôpital de jour ou dans la salle de soins socio-esthétiques du Centre.

Objectifs des soins socio-esthétiques proposés aux patients

- Se sentir mieux dans son corps : soins du visage, manucure, hydratation du corps, massage-détente
- Restaurer son image
- Reprendre confiance en soi
- Éprouver du bien-être
- Bénéficier de conseils personnalisés : maquillage-correcteur, conseils en dermo-cosmétique, soins du cuir chevelu, pose du foulard, information sur les prothèses capillaires
- Se faire accompagner dans l'après-cancer



Sophrologie

La pratique de la sophrologie peut soulager les patients et les aider à réinvestir leur esprit et leur corps malmenés par la maladie et les traitements.

Lors de ces séances, individuelles ou en groupe, la Sophrologue-Caycédiennne® utilise des techniques de relaxation simples et accessibles à tous, basées sur la respiration, l'activation douce du corps, la visualisation, la concentration...

L'objectif est de renforcer et d'harmoniser l'équilibre du corps et de l'esprit. Ces interventions se font à tous les stades de la prise en charge médicale, après un entretien préalable.

Indications pour un accompagnement de sophrologie

- Angoisses, stress, phobies
- Préparation aux interventions chirurgicales et examens (claustrophobie pour certains examens radiologiques)

- Tensions, douleurs
- Troubles psychosomatiques
- Certains effets secondaires des traitements contre la maladie
- Insomnie
- Souffrance affective
- Besoin de se réapproprier son corps
- Relations familiales ou sociales difficiles, aide à la reprise du travail



Arrêt du tabac

L'accompagnement à l'arrêt du tabac constitue un élément à part entière du traitement d'un cancer et doit être commencé le plus tôt possible. Un fumeur a beaucoup plus de chances d'arrêter s'il reçoit l'aide d'un professionnel de santé. Les patients ou patientes qui le souhaitent peuvent être accompagnés dans cette démarche au sein du centre.

Conseiller l'arrêt du tabac, c'est aussi accompagner le sevrage et prévenir les rechutes pour : réduire les risques opératoires (infection, retard à la cicatrisation, complications respiratoires), la survenue de certaines toxicités liées aux traitements et les risques de nouveaux cancers, améliorer la qualité de vie physique et psychique des malades.



Sexologie

Les patients présentent souvent des difficultés ou une insatisfaction sexuelle qu'ils attribuent à la maladie, et ce parfois même après l'arrêt de leurs traitements.

En cause :

- Les traitements : chirurgie, chimiothérapie, radiothérapie, hormonothérapie...
- La fatigue induite par la maladie
- Le contexte psychologique : annonce de la maladie, altération de l'image de soi et de son rapport au corps, peur du regard de l'autre, perturbations de la vie du couple, de la vie familiale et sociale...

La consultation d'onco-sexologie est ouverte à toute personne, seule ou en couple, homme ou femme, qui se questionne ou ressent une souffrance par rapport à sa vie affective, relationnelle et sexuelle.

Elle permet d'aborder les difficultés psycho-sexuelles consécutives à la maladie, d'informer des conséquences éventuelles sur sa sexualité, d'en parler ouvertement... Elle peut avoir lieu avant, pendant ou après les traitements.

La sexologie aide à :

- Reprendre confiance en soi
- Se sentir mieux dans son corps et dans sa sexualité
- S'informer sur les conséquences des traitements et l'impact de la maladie sur la vie affective et sexuelle.



Activité Physique Adaptée

De nombreuses études scientifiques montrent que la pratique d'une activité physique modérée mais régulière, associée à une bonne hygiène de vie, apporte de nombreux bénéfices aux personnes atteintes d'un cancer.

Il est recommandé, dans la mesure du possible, de rester actif, pendant et après les traitements, quel que soit son âge, que l'on ait ou non déjà pratiqué un sport. Lorsque cela est possible, et sous condition de la délivrance d'un certificat médical (par un médecin du sport, le cancérologue référent ou le médecin traitant), il est conseillé de participer à un programme d'Activité Physique Adaptée (APA) dont les séances tiennent compte des répercussions à la fois physiques et psychologiques de la maladie et de ses traitements.

Les activités préconisées (marche nordique, pilate, fitness, yoga, tennis...)

sont souvent collectives, ce qui permet de sortir de l'isolement parfois présent au cours de la maladie et de favoriser l'entraide et la solidarité dans l'effort.

Des bénéfices psychologiques :

- Lutter contre le stress, l'anxiété et le risque de dépression
- Améliorer la qualité de vie pendant et après la maladie
- Se réapproprier son corps
- Retrouver confiance en soi

Des bénéfices physiques :

- Combattre efficacement la fatigue, aider à mieux dormir
- Lutter contre certains effets secondaires des traitements
- Gérer la douleur
- Renforcer, assouplir ses muscles et ses articulations
- Eviter de prendre du poids

Enfin, la pratique régulière d'une activité physique pourrait diminuer le risque de récurrence de certains cancers.



Programme d'Activité Physique Adaptée pendant et après un cancer du sein

Ce programme s'adresse aux femmes atteintes d'un cancer du sein en cours de traitement (chimiothérapie ou radiothérapie). Il peut débuter dès l'annonce du diagnostic et jusqu'à 6 mois après la fin des traitements. Toute intervention chirurgicale occasionnera une pause de 6 à 8 semaines afin de permettre la cicatrisation.

Ce programme associe le tennis adapté, à la marche nordique et au fitness (plaquette disponible à l'ERI® et sur : www.becquerel.fr). Il consiste en 4h30 d'activités par semaine sur 30 semaines. Les séances se déroulent sous forme d'ateliers collectifs (petits groupes) encadrés par des professionnels formés qui guident progressivement dans les mouvements et les activités.

Ce programme "sport sur ordonnance" est intégralement pris en charge (hors transport), uniquement dans le cas d'une prescription médicale d'Activité Physique Adaptée (APA) et de la délivrance d'un certificat médical par le médecin cancérologue référent ou le médecin traitant.

Projet porté par la Ligue Normandie de tennis, le Mont-Saint-Aignan Tennis Club, le Centre National pour le Développement du Sport (CNDS).

Programme d'Activité Physique Adaptée après un cancer du sein

Le Centre, après une consultation auprès du médecin du sport, propose aux patients opérés d'un cancer du sein, ayant terminé leurs traitements, de participer à un programme spécifique de 10 séances gratuites dispensées par un coach sportif dans différentes villes de la région (Liste présente dans la plaquette qui est disponible à l'ERI® et sur : www.becquerel.fr).

L'objectif est d'accompagner les patients dans la reprise d'une activité physique en levant les éventuelles appréhensions et en donnant l'opportunité de découvrir des disciplines sportives. Les activités sont adaptées à chaque participant en fonction de son passé de sportif ou non, de ses conditions médicales, des répercussions de la maladie et des traitements...

Elles sont dispensées par des professionnels formés.

Activité proposée en partenariat avec l'IRMSHN.

Projet régional porté par le réseau Onco-Normand en collaboration avec l'ARS Normandie, le Centre National pour le Développement du Sport (CNDS), le Ministère des Sports, l'ADIR assistance, la CARSAT Normandie, Emma, la Ligue Contre le Cancer, la ville d'Yvetot, la ville de Dieppe, l'Hôpital d'Yvetot, le CH intercommunal Caux-Vallée de Seine, le CHU-Hôpitaux de Rouen, le Centre Henri-Becquerel, le GH du Havre et l'USL Lillebonne.

Des espaces d'accueil



Espace de Rencontres et d'Information (ERI®)

L'ERI® est un lieu convivial d'information et de soutien dédié aux patients et à leurs proches, situé dans le hall principal.

L'accompagnatrice santé du Centre est à votre disposition et à votre écoute. Elle vous permet également de rencontrer les associations de patients et de participer à diverses animations.

Lieu d'information

- Vous pouvez y trouver : de la documentation sur les différents types de cancers, les traitements, le dépistage, la prévention, les effets secondaires

des traitements, la diététique, la socio-esthétique, l'arrêt du tabac, l'Activité Physique Adaptée, la reconstruction mammaire, l'après-cancer...

- Les coordonnées des services d'aide en ville (associations de patients, groupes de parole, organismes d'état...)
- Des informations sur les soins de support à votre disposition au Centre ou à l'extérieur, sur les activités de loisirs (lecture, ateliers créatifs ou multimédia)...

Lieu de rencontres

L'ERI® est aussi un lieu privilégié pour trouver un accueil convivial, une présence, une écoute attentive, pour prendre le temps d'échanger ou simplement s'accorder un temps de pause. Le bureau permet des entretiens individuels dans le respect de l'intimité de chacun.

Des associations à votre écoute

Il existe de nombreuses associations, rassemblant aussi bien des patients, des proches, des professionnels ou des bénévoles. Tous animés par la même envie : venir en aide aux malades atteints de cancer et à leurs proches, en les soutenant de diverses manières, afin de leur permettre de mieux vivre avec leur maladie.

N'hésitez pas à les contacter que ce soit pour vous informer, échanger ou partager avec d'autres personnes qui

traversent les mêmes épreuves que vous. Leurs membres sont là pour vous apporter une relation complémentaire à celles de votre entourage et des professionnels de santé. Ils sont des témoins, des tiers solidaires, disponibles, offrant un réconfort, une écoute et une présence.



Contactez
l'accompagnatrice
santé de l'ERI®
au 02 32 08 29 33
pour qu'elle vous
oriente

Consultez la liste des associations (Ligue Contre le Cancer, Vivre comme avant, Jalmau, AF3M, SILLC, CCM, Unies pour elles, Vivre sans Thyroïde... - à l'ERI® ou sur : www.becquerel.fr) avec lesquelles le Centre Henri-Becquerel a passé une convention de partenariat, afin de vous proposer, un accompagnement au sein de l'établissement (permanences mensuelles, visite en chambre, animations...) ou à l'extérieur (groupe de parole....), ou bien de participer à diverses activités.



**La Ligue contre
le Cancer**

Cette association propose :

Des groupes de parole pour les patients, proches ou personnes endeuillées.

Des ateliers d'Art-Thérapie, des séances l'activité physique adaptée, de musicothérapie, de sophrologie... Des visites des patients hospitalisés par les bénévoles. La plaquette d'information est disponible à l'ERI®.

Comité de Seine-Maritime

39 rue de l'Hôpital, BP 512, 76005 Rouen Cedex -
Permanence du lundi au vendredi :
9h00-13h00 / 14h00-17h30
Tél. 02 35 89 20 26
cd76@ligue-cancer.net
www.ligue-cancer.net/cd76

Comité de l'Eure

14 rue du Général Leclerc, 27000 Evreux
Permanence du lundi au vendredi : 9h-12h30
/ 13h30-17h00 et samedi : 8h30-12h30 -
Tél. 02 35 39 39 45
cd27@ligue-cancer.net
www.ligue-cancer.net/cd27



**L'association France
Lymphome Espoir**

Cette association propose :

un soutien et une information pour les personnes touchées par le lymphome ainsi que leurs proches. Les bénévoles de FLE tiennent une permanence à l'ERI®, une fois par mois. Que vous soyez un patient ou un proche, si vous êtes concerné par le Lymphome, cette permanence s'adresse à vous. Venez rencontrer et échanger avec des personnes qui vivent la même chose que vous.



Espace jeunes

Le Centre dispose d'un espace dédié à tous les jeunes patients (16 à 30 ans) afin d'améliorer leur quotidien pendant les périodes d'hospitalisation. Il est situé dans le hall principal.

Diverses activités multimédia y sont proposées : ils peuvent venir y jouer à la console, aux jeux de société, regarder la TV ou avoir une connexion internet wifi illimitée.

Ce lieu leur permet aussi de rencontrer d'autres jeunes s'ils le souhaitent, ou même d'y recevoir leur famille et leurs amis pour partager un moment convivial avec eux.

Les bénévoles de l'Association Cheer Up!, jeunes étudiants de NEOMA Business School à Mont Saint Aignan (76), y interviennent également pour la réalisation de projets auprès des jeunes patients hospitalisés.



Contactez
l'animatrice de
l'espace jeunes
au 02 32 08 29 33

Chaque mercredi, l'animatrice de l'Espace Jeunes est là pour proposer divers ateliers et animations (loisirs artistiques, ou créatifs, atelier photo, atelier musique...).

Vous n'osez pas y aller tout seul ? Appelez-la, elle vous fera visiter l'Espace Jeunes !



Aumônerie et coordination des cultes

Le Centre dispose d'un lieu de prière et de silence qui permet à chaque patient et sa famille de venir se ressourcer quelle que soit son approche religieuse, situé en face du Bureau des Entrées.

La coordinatrice des cultes et l'équipe de bénévoles proposent aux patients : des visites, une présence fraternelle, un dialogue en toute liberté, le partage d'une prière, la communion ou tout autre sacrement. Ils sont à la disposition des familles qui le souhaitent, et assurent le lien avec les autres cultes.

Contactez la coordinatrice
des cultes au 02 32 08 29 29

CENTRE HENRI BECQUEREL



CANCER INFO

Service d'information dédié aux patients et à leur entourage lancé par l'Institut National du Cancer, en partenariat avec La Ligue nationale contre le Cancer.

0 805 123 124

Service & appel
gratuits

Service téléphonique anonyme d'information accessible du lundi au samedi, de 9 h à 19 h.

www.e-cancer.fr



Centre Henri-Becquerel

Rue d'Amiens - CS 11516 - 76038 Rouen Cedex 1

Tél. 02 32 08 22 22

www.centre-henri-becquerel.fr