

LE RÉSEAU DES KINÉS DU SEIN

LA KINÉSITHÉRAPIE, UN SOIN SUPPORT ESSENTIEL
LORS D'UN CANCER DU SEIN



Une femme sur huit est touchée par le cancer du sein. Premier cancer féminin, c'est environ 60 000 nouveaux cas qui sont diagnostiqués chaque année. Les traitements actuels (chirurgie, radiothérapie, chimiothérapie, hormonothérapie, reconstructions) sont longs, épuisants, et douloureux, et ont des effets secondaires importants sur les patientes. Certains de ces effets peuvent cependant être diminués grâce à la kinésithérapie.

En effet, le kinésithérapeute formé en sénologie peut intervenir dans le parcours de soins pour soulager la patiente grâce à une prise en charge adaptée. Depuis février 2020, une association de kinésithérapeutes formés en sénologie, Le Réseau des Kinés du Sein (RKS), œuvre pour faire connaître aux patientes et au corps médical la spécificité et surtout la nécessité de cette prise en charge.

1. AUX ORIGINES DU RKS, LA MÉCONNAISSANCE DE LA KINÉSITHÉRAPIE ADAPTÉE

Le Réseau des Kinés du Sein s'est formé suite à un constat sur le terrain. Dans son cabinet, Dorothee Delecour, kinésithérapeute libérale spécialisée dans le cancer du sein et co-fondatrice du

RKS, recevait régulièrement des femmes opérées d'un cancer du sein qui avaient été orientées tard, voire trop tard, chez un kinésithérapeute formé. Ces patientes avaient passé des mois, des années à souffrir suite à des traitements déjà lourds alors que la kinésithérapie adaptée aurait pu les soulager beaucoup plus tôt. Devant cette méconnaissance du corps médical et face à ce constat observé également par ses confrères et ses consœurs, Dorothee Delecour ainsi que trois kinés, Kim Duneme, Marion Dubes, Catherine Fishesser et une patiente, Florence Géricot, fondent alors le Réseau des Kinés du Sein, le RKS.

Cherche à fédérer les kinésithérapeutes.

Cette association cherche à fédérer les kinésithérapeutes formés à la sénologie pour proposer aux patientes un réseau de confiance composé de professionnels. L'équipe du bureau du RKS est aujourd'hui composée de cinq personnes : Dorothee Delecour,



présidente de l'association ; Kim Dunème, kinésithérapeute et vice-présidente; Sandrine Derhée, kinésithérapeute et trésorière du RKS; Hélène Marty, patiente et secrétaire générale qui a souhaité apporter son aide pour faciliter le parcours de soin; Laurie Huet, secrétaire administrative et chargée de communication du RKS. En région, le Réseau des Kinés du Sein se développe grâce à l'action de 53 bénévoles référents qui, localement, dynamisent le réseau en organisant des réunions, en accueillant les nouveaux adhérents, ou bien encore en établissant des contacts avec les professionnels de santé locaux pour faire connaître le RKS.

2. UN ACCOMPAGNEMENT SPÉCIFIQUE POUR FACILITER LA VIE DES PATIENTES

La kinésithérapie en sénologie est complexe et nécessite une connaissance précise des choix thérapeutiques proposés, de leurs conséquences sur les patientes et des reconstructions possibles. Le kinésithérapeute joue un rôle essentiel puisqu'il accompagne la patiente tout au long de son parcours de soins : en pré-opératoire, en post-opératoire ou encore pendant les traitements (chimiothérapie, radiothérapie). Par le biais de sa rééducation, le masseur-kinésithérapeute intervient à plusieurs niveaux : la douleur, le traitement des cicatrices, la posture générale (éviter de l'attitude de protection du sein), le lymphoedème, la souplesse tissulaire, la reprise de l'effort.

La kinésithérapie en sénologie est donc une prise en charge globale qui participe à l'amélioration de la qualité de vie des patientes atteintes d'un cancer du sein. Aussi, le kinésithérapeute apporte un soutien psychologique certain tout au long du parcours de soins qui peut être très stressant et déstabilisant.

L'amélioration de la qualité de vie.

3. AMÉLIORER SA PRATIQUE PAR LA CONNAISSANCE ET LE PARTAGE

Peu de formations initiales pour être kinésithérapeute proposent des modules sur la sénologie. C'est donc généralement dans le cadre de la formation continue que les praticiens découvrent cette prise en charge et sa complexité. Les techniques de traitement, opératoires ou autres, évoluent rapidement et il est essentiel pour le kinésithérapeute d'actualiser ses connaissances en la matière pour adapter sa prise en charge. Aujourd'hui, la kinésithérapie du sein n'est pas que drainage lymphatique manuel et récupération articulaire de l'épaule. Depuis l'exérèse du ganglion sentinelle, il y a trois fois moins de gros bras.

Le RKS propose donc régulièrement à ses adhérents des webinaires ou des réunions d'information régionales autour de la thématique du cancer du sein et du parcours du soin. Chaque adhérent peut ainsi optimiser sa prise en charge en kinésithérapie. Les membres du réseau peuvent aussi échanger entre eux sur leurs pratiques, demander des conseils, des avis sur des cas de patientes. Une véritable entraide et bienveillance entre les praticiens vient ainsi renforcer le réseau. La force de ce réseau de professionnels repose sur cette solidarité et sur cette volonté de proposer aux patientes une qualité optimale des soins.

4. UN MAILLAGE TERRITORIAL IMPORTANT

Après seulement vingt mois d'existence, le Réseau des Kinés du Sein fédère aujourd'hui environ 750 kinésithérapeutes formés en sénologie et répartis sur l'ensemble du territoire, en métropole et dans les DOM-TOM. Le RKS facilite le parcours de soins des patientes en mettant à leur disposition un annuaire national via le site de l'association. Il est ainsi plus aisé pour les patientes de trouver un praticien formé à la prise en charge du cancer du sein à proximité de chez elles. A ce jour, environ 8200 personnes ont utilisé cet annuaire. Aussi, si une patiente ne trouve pas de kiné formé à proximité de chez elle, le RKS peut se mettre en

relation avec le kiné le plus proche et, à distance, le guider et l'aider dans cette prise en charge complexe. Aujourd'hui, 95 % des patientes se disent plutôt satisfaites, voire très satisfaites de leur accompagnement par un kinésithérapeute formé.

5. UN ACCOMPAGNEMENT UNIQUE ET PERSONNALISÉ

Chaque cas de patiente est particulier et demande une prise en charge unique. Généralement la première séance sert à connaître le parcours de la patiente. Un bilan global est réalisé pour évaluer son épaule, la présence ou non d'un œdème, de cordes axillaires ou de lymphocèle, l'adhérence et la souplesse de sa peau, l'état de la cicatrice, son niveau de douleur, la posture en général, etc. Ce bilan permet d'adapter au mieux les soins.

À terme, l'objectif des séances est de reconduire la patiente vers une vie fonctionnelle avec un effort adapté à sa condition. Le but est d'engager la patiente vers une vie à nouveau active, et, si sa condition physique le permet, vers une activité physique adaptée, comme l'Avirose ou le Rose Pilates, créés par Jocelyne Rolland, kinésithérapeute sénologue et marraine de l'association RKS. La reprise de l'activité physique réduit les risques de récurrence.





Reconduire la patiente
vers une vie fonctionnelle.

6. POUR UNE RECONNAISSANCE DE LA KINÉSITHÉRAPIE ADAPTÉE PAR LE CORPS MÉDICAL

Le Réseau des Kinés du Sein, porté par un projet humain fort, a un objectif précis : que la kinésithérapie adaptée fasse systématiquement partie du parcours de soins des patientes afin de faciliter les processus de guérison. Aujourd'hui, grâce à ses bénévoles très actifs sur le terrain et à l'action des référents, le RKS cherche à sensibiliser l'ensemble des professionnels de santé pouvant être en relation avec les patientes : chirurgiens, oncologues, infirmières, généralistes, psychologues, gynécologues, etc. La spécificité de cette prise en charge est encore mal connue par le corps médical et elle doit pourtant être systématisée.

EN RÉSUMÉ

Pour se développer et se faire connaître auprès des personnes qui en ont besoin ainsi qu'auprès des professionnels de santé, le RKS recherche des fonds supplémentaires sous formes de subventions ou de dons. Il est possible d'apporter sa contribution au réseau, directement sur le site internet du RKS.

<https://www.reseaudeskinesdusein.fr/>.



Jocelyne Rolland est kinésithérapeute et sénologue, spécialisée dans l'accompagnement des femmes et la rééducation après un cancer du sein. Très investie dans la formation des kinésithérapeutes, elle anime au sein de l'Hôpital américain de Paris (Neuilly-sur-Seine) des ateliers pour apprendre aux femmes à gérer leur corps après une chirurgie du sein.



Vous souhaitez connaître les gestes à faire et à ne pas faire après un cancer du sein, comment soulager les douleurs et retrouver l'aisance dans vos mouvements. Vous voulez savoir à partir de quand il est possible de reprendre une activité physique et quels sports pratiquer.

Vous cherchez des conseils adaptés à votre situation.

Vous vous demandez comment retrouver votre corps, gage de retour à la vie.

À chacune de ces demandes, décisives pour vivre mieux après un cancer du sein, ce livre fournit des réponses claires et concrètes. Il rassemble tous les conseils que je donne en tant que kinésithérapeute pour ne pas laisser les femmes dans l'ignorance de ce qui peut améliorer leur vie quotidienne.

Je réponds à toutes vos questions afin de vous apporter, dans votre parcours de soin et par la suite, des recommandations et des exercices adaptés pour vous aider à retrouver votre vie de femme. Et si tout était encore possible ?

Jocelyne Rolland