Pleine Vie

PAYS :France
PAGE(S) :36-38
SURFACE :273 %
PERIODICITE :Mensuel

DIFFUSION :703416
JOURNALISTE :Sandrine Coucke…

► 1 novembre 2023 - N°449

NOS EXPERTS

Corinne Chenet, socio-esthéticienne en charge de patients en oncologie.

Dorothée Delecour, kinésithérapeute à Bordeaux et présidente du Réseau des kinés du sein.

Dr Bingkai Liu, médecin chercheur, chef du centre intégré de médecine chinoise à l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière (AP-HP), Paris.

Dr Jean-Loup Mouysset, médecin oncologue à Aix-en-Provence, président fondateur du centre Ressource.

Dr Damien Tomasso, médecin référent soins de support post-cancer, groupe hospitalier Diaconesses Croix Saint-Simon (Paris XIIe et XXe).

©KATARZYNA BIALASIEWICZ, ART-4-ART / GETTYIMAGES

CANCER
Les soins de support gagnants

Aujourd'hui, l'efficacité des protocoles conventionnels dans le traitement des cancers, notamment du sein, est complétée par des soins de support. Focus sur quatre d'entre eux.

LA KINÉSITHÉRAPIE, POUR RÉDUIRE LES CICATRICES ET DRAINER APRÈS UNE CHIRURGIE MAMMAIRE

Qu'est-ce que c'est précisément ?

Dorothée Delecour, kinésithérapeute et présidente du Réseau des kinés du sein (RKS) avertit d'emblée que le professionnel doit impérativement être formé en sénologie (spécialisation en pathologies du sein), au risque de faire plus de mal que de bien. Le thérapeute accompagne les patientes pendant plusieurs mois et peut prévenir, diminuer, voire supprimer (dans certains cas) les conséquences de l'opération telles que les cicatrices (inesthétiques ou présentant des adhérences), les douleurs, les œdèmes ou encore les fibroses liées à la radiothérapie. Le kinésithérapeute adopte des gestes spécifiques manuellement ou utilise une technologie dédiée, comme Cellu M6 Alliance Medical développé par LPG notamment, qui équipe de nombreux cabinets.

Que peut-on en attendre ?

Une récupération plus rapide et moins douloureuse après le geste chirurgical, qu'il y ait reconstruction mammaire immédiate ou non. La kinésithérapie prépare la radiothérapie – qui intervient généralement six semaines après l'opération – et se fait bras en l'air. Il est important alors que le bras soit bien mobile et le sein non douloureux. Le kiné prend aussi en charge les lymphœdèmes ("gros bras") avec un protocole qui fonctionne bien (drainage lymphatique, plus bandage et activité physique).

En pratique

C'est généralement le chirurgien qui oriente vers cet accompagnement en kinésithérapie, pris en charge par l'Assurance maladie. À défaut, le médecin oncologue ou le médecin traitant peut gérer la prescription. En préopératoire, ces kinésithérapeutes spécialisés ont aussi un rôle de conseil à jouer : *"Quand nous voyons les patientes avant l'opération, c'est encore mieux, car on peut alors expliquer à quel point mobiliser son bras et son épaule juste après l'opération est essentiel,* assure Dorothée Delecour. *Beaucoup de femmes gardent le coude collé au corps par crainte, mais, ce faisant, rallongent le temps de récupération et augmentent les risques de douleurs et de sein dur."*

Pour s'orienter vers un kinésithérapeute formé en sénologie : reseaudeskinesdusein.fr

Pour consulter un kinésithérapeute équipé de la technologie LPG : monkinevoitrose.fr

Tous droits de reproduction réservés

Pleine Vie

PAYS :France
PAGE(S) :36-38
SURFACE :273 %
PERIODICITE :Mensuel

DIFFUSION :703416
JOURNALISTE :Sandrine Coucke…

► 1 novembre 2023 - N°449

Par Sandrine Coucke-Haddad

LA SOCIO-ESTHÉTIQUE, POUR SE RÉCONCILIER AVEC SON CORPS

Qu'est-ce que c'est précisément ?
La socio-esthétique est une spécialisation des métiers de l'esthétique. En d'autres mots, ce sont des soins esthétiques adaptés aux besoins et aux profils des malades. La formation homologuée répond à des critères précis (les socio-esthéticiennes interviennent uniquement auprès des publics fragiles, en cancérologie notamment) et existe depuis une cinquantaine d'années. *"C'est une approche humaine,* explique Corinne Chenet, socio-esthéticienne, *qui s'inscrit dans le panel des soins de support en cancérologie, en particulier chez les femmes atteintes d'un cancer du sein, car leur parcours est souvent traumatisant, physiquement et mentalement. Ce n'est pas superflu – d'ailleurs nous travaillons toujours dans le cadre d'une équipe pluridisciplinaire, aux côtés des médecins –, et nous avons tout à la fois un rôle de conseil et de mieux-être physique."*

Que peut-on en attendre ?
Des conseils pour mieux gérer les effets secondaires des chimiothérapies et des radiothérapies sur la peau et les ongles, ou apprendre les bons gestes pour masser les cicatrices en postopératoire. *"Dans le cancer du sein, les chimiothérapies entraînent toujours une perte des cheveux et parfois des sourcils,* ajoute Corinne Chenet, *ce qui est difficile à vivre pour les femmes touchées. Nous pouvons les aider grâce au maquillage, mais aussi proposer des massages de bien-être, du visage, de mains ou des pieds."* Des soins qui permettent de se libérer des angoisses, et de garder momentanément la maladie à distance.

En pratique

La socio-esthétique est aujourd'hui bien implantée en oncologie, y compris en hôpital de jour. Les socio-esthéticiennes peuvent intervenir dès le début du parcours de soins et accompagner les patientes tout au long de leurs traitements, sans coût supplémentaire. *"Ce sont les fonds de dotation des hôpitaux, les associations ou le mécénat de grandes marques (de cosmétique souvent), qui prennent en charge le coût",* rappelle Corinne Chenet. L'association RoseUp, par exemple, dispense des soins en ville, dans ses maisons RoseUp de Paris et Bordeaux.
Plus d'informations : rose-up.fr →

Tous en rose en octobre !

Lancée en 1994 en France, la vaste campagne de sensibilisation aux cancers du sein dure chaque année tout le mois d'octobre. Les acteurs de la santé et le monde associatif s'unissent pour proposer des actions partout en France et insister sur l'importance du dépistage de ces cancers qui touchent 59 000 femmes par an, selon l'Assurance maladie. L'association Ruban rose, symbole d'Octobre rose, axe cette année sa campagne sur la recherche. Plus d'informations : cancerdusein.org

L'AVIS DE L'EXPERT

© DR

Dr Damien Tomasso, médecin référent soins de support post-cancer, groupe hospitalier Diaconesses Croix Saint-Simon (Paris XIIe et XXe).

L'oncologie intégrative (on parle aussi de soins de support) fait aujourd'hui partie intégrante du parcours de soins en cancérologie. Pourquoi ?
Les soins en oncologie sont de plus en plus spécifiques et la prise en charge de plus en plus longue quand la maladie se chronicise. Soulager la douleur ne suffit plus, même si c'est évidemment un point essentiel. L'oncologie intégrative aborde le malade dans sa globalité, et plus seulement par le seul prisme de son cancer.

Quel est l'intérêt immédiat pour le patient ?
Le soutien physique (moins de fatigue par exemple) ou psychologique permet un meilleur déroulement des protocoles de soins, car les patients sont plus résistants et subissent moins les effets secondaires. On améliore aussi nettement la qualité de vie, pendant et après les traitements.

Quels sont les soins de support les plus courants ?
La gestion des douleurs, le soutien psychologique, la diététique forment aujourd'hui le triptyque de base en oncologie intégrative. Mais les possibilités sont plurielles et j'invite tous les malades à en profiter quand ils peuvent en bénéficier.

Tous droits de reproduction réservés

Pleine Vie

PAYS :France
PAGE(S) :36-38
SURFACE :273 %
PERIODICITE :Mensuel

DIFFUSION :703416
JOURNALISTE :Sandrine Coucke…

► 1 novembre 2023 - N°449

LE QI GONG, POUR MIEUX SUPPORTER LES TRAITEMENTS DES CANCERS

Qu'est-ce que c'est précisément ?

"Ce qi gong thérapeutique – le guolin qi gong – à destination des malades se distingue du qi qong traditionnel", souligne le Dr Bingkai Liu, médecin chercheur, chef du centre intégré de médecine chinoise à l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière (AP-HP), à Paris. *"C'est une méthode qui intègre des traitements conventionnels et une approche « corps-esprit » personnalisée, qui s'adapte à l'état physique et mental du patient."* Le guolin qi gong repose sur la combinaison de différentes vitesses de marche et d'un travail de respiration spécifique. Les séances se déroulent en extérieur dans le but *"d'oxygéner le corps naturellement et calmement, tout en préservant le fonctionnement du cœur,* détaille le Dr Bingkai Liu. *C'est une pratique qui tient compte de l'état de fatigue dû à la maladie ou aux traitements."* Les séances sont ainsi plus ou moins longues, et la marche entrecoupée de pauses.

Que peut-on en attendre ?

"En général, après deux ou trois semaines de marches quotidiennes, les patients observent une baisse de la fatigue, une augmentation de l'appétit, un meilleur sommeil et moins d'essoufflement, indique notre expert. *En plus, nous constatons souvent une meilleure résistance à l'aplasie* [diminution des globules blancs, NDLR] *et aux effets secondaires des médicaments."*

En pratique

Le Dr Bingkai Liu propose ce protocole pour les malades suivis en oncologie dans les hôpitaux de la Pitié-Salpêtrière et Tenon à Paris. Il forme aussi des confrères, pour que la pratique se diffuse dans d'autres hôpitaux.

LES GROUPES DE PAROLE, POUR SOUTENIR LE MENTAL

Qu'est-ce que c'est précisément ?

Le centre Ressource d'Aix-en-Provence a développé un programme personnalisé d'accompagnement thérapeutique (PPACT) qui *"favorise l'expression émotionnelle et l'authenticité"*, précise le Dr Jean-Loup Mouysset, oncologue à l'origine de l'initiative. *"Les échanges sont menés par un psychothérapeute pour veiller à une dynamique de groupe favorisant bienveillance, solidarité et intelligence collective. Le groupe n'est pas là pour parler de la maladie. La personne est au centre de l'attention."* Les séances réunissent toujours les mêmes patients.

Que peut-on en attendre ?

"Quand on apprend que l'on est atteint d'un cancer, c'est un vrai traumatisme. On se retrouve confronté à une crise existentielle, on est isolé, impuissant", constate le Dr Mouysset. Un soutien mental aide à mieux gérer le stress, à supporter les traitements, et augmente les chances de guérison. *"Des travaux suggèrent que l'on peut réduire de 50 % les risques de récidive du cancer du sein avec ce type de programme d'accompagnement. Nous avons onze ans de recul avec le nôtre, nous avons largement pu constater ses bénéfices."*

En pratique

Plusieurs pôles Ressource en France proposent ce programme. Vous pouvez aussi vous rapprocher des associations proches de chez vous, car les groupes de parole y sont fréquents.

Plus d'informations : association-ressource.org

Institut Rafaël, la référence en oncologie intégrative

Depuis 2018, l'institut Rafaël, situé à Boulogne-Billancourt (Hauts-de-Seine), accueille et accompagne les malades du cancer pendant et après les traitements. Il est le premier centre européen en oncologie intégrative.

Quels soins de support y sont proposés ?

Ils s'articulent autour de quatre pôles : nutrition (atelier de cuisine, naturopathie...), activité physique et santé corporelle (activité physique adaptée, psychomotricité, ergothérapie...), soutien mental (groupes de parole, hypnose, art-thérapies...) et bien-être (onco-esthétique, acupuncture, qi gong...).

Qui peut y aller ?

Toutes les personnes touchées par le cancer. L'institut reçoit les patients directement envoyés par les services d'oncologie des hôpitaux et les centres associés, mais aussi ceux qui en font la demande individuellement, peu importe leur lieu de vie (formulaire disponible sur le site). Les dossiers sont étudiés en fonction du profil et du bénéfice du parcours de soins qui dure six mois.

Combien ça coûte ?

Les soins sont gratuits.

Plus d'informations : institut-rafael.fr

Tous droits de reproduction réservés