

Mon Parcours de soins

(document de travail)

C'est ma prise en charge médicale

Pour assurer la continuité de mes soins

Avant mon traitement j'ai :

- Le diagnostic
Cela veut dire : le médecin a trouvé ma maladie
- La décision du traitement
Par exemple :
 - De la chirurgie : je vais me faire opérer
 - De la chimiothérapie
 - Immunothérapie
 - La radiothérapie

Je peux avoir plusieurs traitements en même temps

Une infirmière coordinatrice sera ma référente :

- Pendant mon traitement
- Après mon traitement

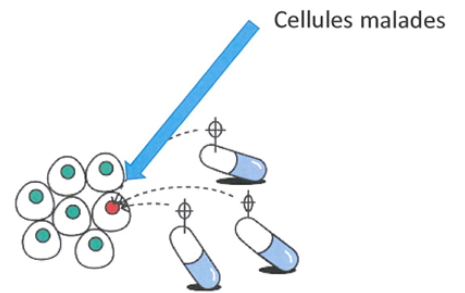
L'infirmière coordinatrice est un relais :

- Pour toutes les questions que je me pose
- Pour les soins et le soutien pendant ma maladie
- Pour parler des soins palliatifs pour améliorer ma vie
- Pour m'aider pour les examens complémentaires

Les traitements

➤ La chimiothérapie

C'est un traitement médical contre le cancer



- Par perfusion



- Par cachets



La chimiothérapie peut se faire :

- A l'hôpital



- A la maison



Je peux avoir des **effets secondaires**

Des effets secondaires c'est des **réactions**

- Je peux être fatigué



- Je peux avoir des troubles digestifs
Cela veut dire j'ai mal au ventre



- Je peux avoir des engourdissements
Cela veut dire j'ai des picotements



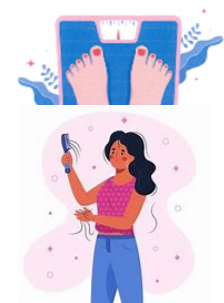
- Je peux avoir des aphtes
C'est une plaie à l'intérieur de la bouche



- Je peux faire de l'anémie
Cela veut dire :
J'ai moins de globules rouges dans mon sang
Je me sens faible



- Je peux perdre du poids
Je peux perdre l'appétit
- Je peux perdre mes cheveux



- Mon humeur peut changer

Par exemple : je peux passer du rire aux larmes



- Je risque des infections

Cela veut dire je peux attraper les maladies de tout le monde



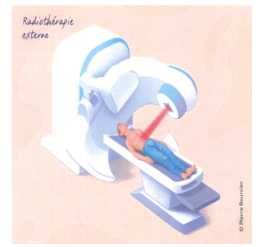
- Je peux être infertile

Cela veut dire j'ai des difficultés à avoir des enfants



➤ La radiothérapie

C'est un traitement par des rayons



Les rayons détruisent les cellules du cancer



Je peux avoir des effets secondaires

- Je peux avoir la peau sèche
Je peux avoir des rougeurs
Je peux avoir des démangeaisons

Une démangeaison c'est la peau qui gratte



- Je peux avoir des difficultés à manger



- Je peux avoir des aphtes
Je peux avoir ma bouche sèche



- Je peux avoir des troubles digestifs



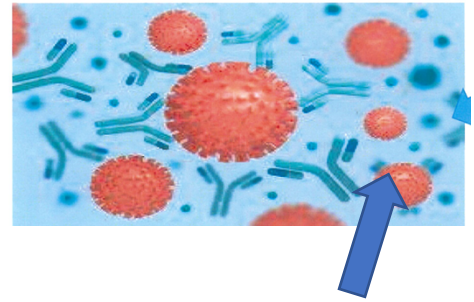
➤ L'immunothérapie

C'est un traitement

Le traitement agit sur le **système immunitaire**

Cela veut dire on me donne des anticorps

Les anticorps attaquent les cellules du cancer



Les anticorps attaquent
Les cellules du cancer

- Par perfusion

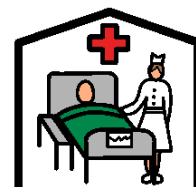


- Par cachets



L'immunothérapie peut se faire :

- A l'hôpital
- A la maison



Je peux avoir des effets secondaires :

- Je peux tousser



- Je peux avoir des troubles digestifs



- Je peux avoir une prise de sang perturbée
Cela veut dire la prise de sang n'est pas bonne



➤ J'ai des **nausées** et de vomissement
Des nausées **c'est avoir envie de vomir**



- Je ne mange pas trop gras



- J'évite de fumer



- Je mange lentement

Je mange des petites quantités



Je sépare mes repas

Par exemple :

Je mange le matin

Je mange le midi

Je mange le soir

➤ J'ai des diarrhées

- Je bois 2 litres par jour

Je peux boire :

De l'eau

De la soupe

Du thé



- Je mange des aliments pauvres en fibres

Par exemple :

Des pâtes

Des bananes



- J'évite de boire du café

J'évite de boire des boissons froides

J'évite de boire du lait

J'évite de manger des légumes crus



➤ Je suis **constipé**

Etre constipé veut dire

J'ai des difficultés à aller aux toilettes



- Je bois 2 litres d'eau par jour



- Je fais du sport



- Je mange des aliments riches en fibres



➤ J'ai des aphtes



- Je me brosse les dents avec une brosse à dents souples



- Je fais un bain de bouche avec :

De l'eau gazeuse

Une cuillère à soupe de bicarbonate de soude

- Je bois beaucoup



- Je suce des glaçons



- J'arrête de boire de l'alcool



- J'arrête de fumer



➤ Je perds mes cheveux



- J'utilise un shampoing doux



- J'évite de brosser mes cheveux



- Je ne fais pas de teinture



➤ Pour éviter les infections



- Je porte un masque
J'évite les personnes malades



- Je me lave bien les mains



- J'évite la foule



- Je ne bois pas de lait cru



- Je ne mange pas de crustacés crus



Les soins de supports en hospitalisation

Les soins de supports en consultation

Ce sont les soins et le soutien pendant ma maladie

- En hospitalisation



- En consultation



Je peux me faire aider par :

- Le médecin



- Le psychologue



- La diététicienne



- L'assistante sociale



Je peux me faire aider pour :

- Lutter contre la douleur
Pour avoir moins mal



Je peux demander de faire :

- Une activité physique adaptée
- De l'arthérapie



Je peux voir :

- Une socio esthéticienne
- Un **stomathérapeute**



J'ai une poche par exemple :

- Pour faire sortir mes urines
- Pour faire sortir mes selles

Le stomathérapeute peut m'aider

C'est un infirmier spécialisé



Les soins palliatifs

Ce sont des soins pour améliorer la vie

Pour les personnes avec une maladie grave ou en fin de vie

Je peux faire les soins palliatifs :

- A la maison



- En consultation



- A l'hôpital



C'est pour :

- Me soulager
- M'accompagner
- Me soutenir
- M'écouter
- Mes soins
- Ma qualité de vie
- Mon confort
- Mon projet de vie
- Mon entourage

Les soins palliatifs aident à me sentir mieux

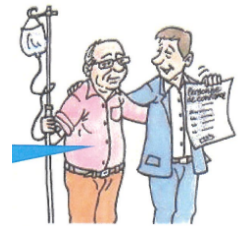
Mes droits

- **Je peux nommer une personne de confiance**

J'ai le droit de désigner une personne de confiance

Ma personne de confiance m'aide à exprimer

Ce que je souhaite pour ma santé



- **Je peux écrire mes directives anticipées**

C'est un texte

J'écris comment je veux être soigné en fin de vie

Je ne sais pas écrire

Je me fais aider



Mes numéros en cas d'urgence

- L'infirmière coordinatrice :



- Mon médecin traitant :



- Mon infirmière libérale :



- Ma pharmacie :



- Le stomathérapeute : 03 27 32 40 32



- Les urgences de la polyclinique : 03 27 32 41 00



- Le service d'hospitalisation : 03 27 32 40 41



➤ J'ai des questions ?



➤ En cas de besoin

Par exemple : je ne me sens pas bien



Je peux contacter l'infirmière coordinatrice



J'ai besoin de souffler

J'ai besoin de rencontrer d'autres personnes



Je contacte l'Espace Ressources Cancers (ERC)

