

MON CANCER AU QUOTIDIEN

TOUTES LES RÉPONSES À VOS QUESTIONS SUR
LES SOINS À DOMICILE ET L'AUTOMÉDICATION



Document d'information à destination des patients

CANCER ET PRISE EN CHARGE

Avec la participation de :

Dr Mario DI PALMA, Oncologue, Gustave Roussy, Villejuif

Pr Gilles FREYER, Oncologue, HCL Lyon

Pr Emmanuel GYAN, Hématologue, CHRU, Tours

Chantal MALLAY, Coach psychologique, Châlon-sur-Saône

Véronique TUAL, Cadre de santé Oncologie, AP-HP, Paris



SOINS À DOMICILE

DANS QUELS CAS PUIS-JE BÉNÉFICIER DE L'HOSPITALISATION À DOMICILE ?

Est-ce que je peux être hospitalisé(e) chez moi ? ⁽¹⁾

Selon votre situation clinique et les conditions de votre domicile, votre médecin peut vous proposer une **hospitalisation à domicile**, appelée couramment **HAD**. Vous pourrez ainsi être suivi tout au long de la maladie à votre domicile personnel ou dans un établissement d'hébergement collectif.



Les établissements d'hébergement collectif sont **ouverts à tous les patients quel que soit l'âge** : personnes âgées, personnes handicapées, personnes en situation de précarité sociale, mineurs protégés, demandeurs d'asiles... et regroupent tous les critères pour vous accueillir dans de bonnes conditions.

Qui décide d'une HAD ? ⁽¹⁾

Votre médecin traitant joue un rôle central dans votre orientation et votre suivi tout au long de votre parcours de soins.

Qu'il soit généraliste ou spécialiste, exerçant en ville ou à l'hôpital, son accord est nécessaire et donc toujours sollicité car **il prend la responsabilité médicale** des soins, conjointement, le cas échéant, avec des confrères spécialistes.

COMMENT INTERVIENT MON INFIRMIÈRE LORS D'UNE HOSPITALISATION À DOMICILE ?

Dans ce cadre, l'**infirmier(e) libéral(e)** est un(e) véritable acteur(trice) de santé publique et un maillon indispensable des « soins de ville ».

Est-ce qu'un(e) infirmier(e) à domicile peut m'aider pour mes soins ? ^(1,2)



Les services de soins infirmiers à domicile, couramment appelés SSIAD, vous seront réservés, sur prescription médicale, si vous êtes :

- Handicapé(e)s ;
- Âgé(e)s de plus de 60 ans, malades ou en perte d'autonomie ;
- Âgé(e)s de moins de 60 ans et atteint(e)s d'une maladie chronique ou nécessitant des soins particuliers.

Ces interventions, disponibles 7 jours sur 7 si nécessaire, peuvent être de courte, de moyenne ou de longue durée selon votre état de santé et vos besoins.

L'objectif de ces interventions est de vous permettre :

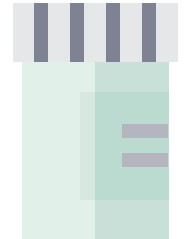
- De **garder votre autonomie** ;
- D'**éviter une hospitalisation** ;
- De **faciliter le retour à votre domicile** après une hospitalisation ;
- De **retarder une entrée dans un établissement d'hébergement**.

Si vous ressentez le besoin d'être accompagné, n'hésitez pas à en parler à votre médecin traitant.

Quels types de soins peuvent être réalisés par le SSIAD ? ⁽²⁾

Les **aides-soignant(e)s** et les **infirmier(e)s** des équipes SSIAD peuvent vous aider pour :

- Des **soins de nursing** : toilette ;
- Des **actes infirmiers** : pansements, distribution des médicaments, injections...



Ils peuvent également **assurer la coordination avec les autres intervenants et paramédicaux** : services d'aide à domicile, kinésithérapeutes, médecins...

Quel est le rôle de mon infirmier(e) ? ⁽³⁾

- Il ou elle vous **dispense des soins de nature préventive, curative ou palliative**, visant à promouvoir, maintenir, restaurer votre santé ;
- Il ou elle **vous accompagne dans votre parcours de soins** et prodigue les soins et traitements prescrits par votre médecin traitant ou spécialiste.

L'infirmier(e) libéral(e) peut vous dispenser tout type de soins : prélèvements sanguins ou urinaires, pansements, injections de médicaments, toilette...

Cela peut aller du maintien à domicile des personnes âgées ou handicapées aux soins palliatifs, en passant par tous les actes que peuvent effectuer les infirmier(e)s suivant les compétences qui leur sont légalement reconnues.

MON MÉDECIN TRAITANT ET MON PHARMACIEN INTERVIENNENT-ILS LORS DE MON HOSPITALISATION À DOMICILE ?

Quel est le rôle du pharmacien d'officine ? ⁽⁴⁾



Le pharmacien est là pour **délivrer et expliquer le traitement prescrit par votre médecin**. Il est toujours à votre écoute et peut vous guider dans le choix des médicaments délivrés sans ordonnance, la parapharmacie et l'appareillage (canne, minerve...).

Inscrit à l'Ordre des pharmaciens, il est soumis au code de déontologie de la profession. N'hésitez donc pas à lui demander des conseils pour le traitement des symptômes courants (rhume, maux digestifs...) ou encore pour le choix d'un médecin ou spécialiste (kinésithérapeute, dentiste).

Votre pharmacien **connaît la composition des médicaments et vérifie la cohérence des prescriptions** (posologie, interactions médicamenteuses...). En cas d'erreur, sa responsabilité est engagée et cela peut avoir de lourdes conséquences.

Quand une ordonnance lui paraît inappropriée, il téléphone au médecin pour s'assurer qu'il n'y a pas d'erreur ou il se renseigne auprès des infirmières.

Quel est le rôle de mon médecin traitant ? ⁽⁵⁾

- Votre médecin traitant **assure les soins habituels et de prévention** dont vous avez besoin ;
- Il **met en place un suivi médical personnalisé**, et vous dirige vers un médecin spécialiste en cas de nécessité, soit pour une consultation ponctuelle, soit pour des soins récurrents ;
- Il **tient à jour votre dossier médical, coordonne votre parcours de soins et centralise les avis des autres soignants**.



En pratique, il ne s'agit ni plus ni moins de formaliser la pratique courante de votre suivi médical.

En cas de problème, c'est **votre médecin traitant qu'il faudra prévenir**.

QUELLE EST L'IMPORTANCE DU LABORATOIRE DE BIOLOGIE MÉDICALE ?

Pourquoi dois-je me rendre au laboratoire de biologie médicale ? ⁽⁶⁾

La biologie médicale joue un rôle primordial dans le suivi de votre maladie et la surveillance de votre traitement.

Le laboratoire de biologie médicale vous permet de **réaliser des examens** mesurant les différents constituants des liquides de votre corps (sang, urine, liquide céphalo-rachidien...).

Les examens de biologie médicale permettent de **diagnostiquer ou de contribuer au diagnostic d'une maladie**. On considère que la biologie médicale contribue actuellement à environ 60-70 % des diagnostics réalisés.



DOIS-JE ARRÊTER OU CONTINUER MES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES ?

Est-ce que je peux avoir des séances de kinésithérapie pendant mon traitement ? ⁽⁷⁾

Votre médecin peut vous prescrire des séances de kinésithérapie, à visée thérapeutique.



Grâce à des actes de massage et de gymnastique médicale, le kinésithérapeute peut **prévenir l'altération de vos capacités fonctionnelles** et lorsqu'elles sont altérées, **les rétablir ou y suppléer**. Le kinésithérapeute travaille en étroite collaboration avec l'équipe médicale et l'équipe soignante pour vous aider dans votre parcours de soins. Afin de mieux vous prendre en charge, il effectuera un diagnostic personnalisé et définira avec vous les objectifs de rééducation et choisira les actes de soins qui lui paraissent les plus appropriés.

Est-ce que je peux continuer ou débuter une activité physique pendant le traitement de mon cancer ? ⁽⁸⁾

Votre médecin peut vous conseiller de faire du sport, dont le bénéfice est aujourd'hui démontré dans de nombreuses études scientifiques. Vous pouvez donc vous rapprocher d'associations à proximité de chez vous. Il est important pour vous de **maintenir une santé optimale et de minimiser les effets délétères du cancer et de ses traitements** (fatigue, surpoids, stress, anxiété, déconditionnement physique et inactivité physique).

Plusieurs essais thérapeutiques montrent l'effet bénéfique de l'activité physique régulière, pendant et/ou après les traitements du cancer, sur la survie des patients d'une part mais aussi sur la qualité de vie pendant et après le cancer. **Ces activités physiques doivent être encadrées par un professionnel** afin d'être pratiquées de manière sécurisée, ludique et efficace. La démarche pédagogique est orientée vers l'autonomie de la personne et repose sur l'implication et la régularité.



QUELS SONT LES AUTRES ACTEURS POUVANT M'AIDER AU QUOTIDIEN ?

Est-ce que je peux faire appel à des transports sanitaires ? ⁽⁹⁾



L'assurance Maladie peut prendre en charge les frais de transport si votre état et votre situation le justifient (et non pas en fonction de la maladie dont vous êtes atteint). Il faut que vous ne puissiez pas vous déplacer en transport en commun.

Il s'agit d'une prescription médicale qui engage la responsabilité de votre médecin. Le choix du moyen de transport va dépendre de votre situation : l'ambulance est réservée aux patients particulièrement fatigués et dépendants.

Les situations de prise en charge :

- **Transports liés à une hospitalisation** (entrée et/ou sortie de l'hôpital), quelle que soit la durée de l'hospitalisation (complète, partielle, ou ambulatoire) ;
- **Transports liés aux traitements ou examens** pour les patients reconnus atteints d'une **affection de longue durée** et présentant une des incapacités ou déficiences définies par le référentiel de prescription des transports ;
- **Transports liés aux traitements ou examens** en rapport avec un **accident du travail** ou une **maladie professionnelle** ;
- **Transports en ambulance** lorsque l'état du patient nécessite d'être allongé ou sous surveillance ;
- **Transports de longue distance** (plus de 150 km aller) ;
- **Transports en série** (au moins 4 transports de plus de 50 km aller, sur une période de deux mois, au titre d'un même traitement).

En quoi les associations de patients peuvent-elles m'aider ? ^(10,11)

- Les associations de patients peuvent vous apporter, ainsi qu'à votre entourage, une **aide morale, pratique et financière, sociale ou juridique** par des actions individuelles ou collectives ;
- Elles s'intéressent le plus souvent à une maladie ou à un groupe de maladies semblables ;
- Elles diffusent des informations, soutiennent, communiquent, organisent des événements et représentent les patients au niveau des pouvoirs publics.



Depuis la loi du 4 mars 2002, et en réponse à une demande exprimée lors des États généraux de la santé en 1998 et 1999, les associations régulièrement déclarées ayant une activité dans le domaine de la santé peuvent jouer un rôle dans la représentation des usagers et dans leur participation au système de santé en mandatant leurs membres dans différentes instances (au niveau régional, national ou dans les établissements de santé).

Renseignez-vous auprès de votre équipe soignante pour obtenir la liste des associations à proximité de chez vous.

Est-ce que je peux faire appel à des prestataires de service ? ⁽¹²⁾

À domicile, votre état de santé peut nécessiter des soins infirmiers qui peuvent être assurés par des professionnels de santé. En effet, vous avez la possibilité d'être hospitalisé à domicile ou bien de bénéficier simplement de soins infirmiers à votre domicile.

Pour organiser au mieux votre prise en charge à domicile, vous pouvez avoir recours à des prestataires de services en santé qui sont des entreprises spécialisées dans la technologie médicale des soins à domicile.

Ils fournissent :

- La **location ou la vente de matériel** (lits adaptables, urinoirs, couches...);
- L'**installation de l'équipement pour l'assistance respiratoire** ;
- L'**installation de produits et services pour des perfusions ou la nutrition**.

Sachez que les soins infirmiers sont réalisés par les **infirmiers libéraux** ou par les **Services de Soins Infirmiers à Domicile (SSIAD)**.

Cependant, les **équipes mobiles des soins palliatifs hospitalières (EMSP)** ont aussi l'habitude d'organiser ces soins à domicile : elles peuvent vous conseiller sur l'aide au retour et au maintien à domicile ainsi que sur la structure la mieux adaptée à votre situation (médicale, sociale et financière).

Pour en bénéficier et obtenir une prise en charge par votre caisse d'assurance maladie, vous devez demander une prescription médicale à votre médecin.

À qui dois-je faire appel pour avoir des conseils sur mon alimentation ? ⁽¹³⁾

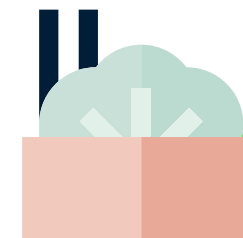
Le diététicien, à partir d'une prescription médicale ou à votre demande, peut vous **aider à mieux gérer votre alimentation**.

La consultation diététique peut faire partie de votre parcours de soins et comprend un bilan diététique. Vous pourrez ainsi définir avec votre diététicien les objectifs à atteindre et mettre en place un suivi nutritionnel.

Les conseils de votre diététicien peuvent être **éducatifs, préventifs** voire même **thérapeutiques**.

Les actions du (de la) diététicien(ne) :

- Actions d'évaluation ;
- Apport de connaissances ;
- Actions d'éducation thérapeutique nutritionnelle ;
- Actions d'aide à la prise de décision ;
- Actions de rééducation nutritionnelles.



AUTOMÉDICATION & TRAITEMENT DU CANCER



VRAI OU FAUX ?

1 Grâce à un traitement homéopathique, ma chimiothérapie pourra être arrêtée plus tôt ou allégée. **FAUX**

Certains patients utilisent les traitements homéopathiques pour soulager les nausées, les insomnies mais en aucun cas l'homéopathie ne pourra vous faire arrêter plus tôt votre chimiothérapie. Les traitements homéopathiques n'ont aucun rôle démontré à ce jour. Par ailleurs, les hautes dilutions des remèdes homéopathiques ne posent, en principe, pas de problème d'interactions avec les traitements du cancer. ⁽¹⁶⁾



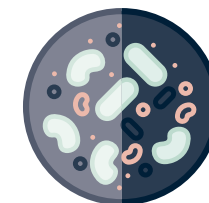
2 Certains traitements vendus sur Internet ou à l'étranger donneraient des résultats spectaculaires non reconnus par la médecine traditionnelle. **FAUX**

Il y a hélas encore de faux traitements qui sont proposés à prix d'or. Ces derniers peuvent n'avoir aucun effet positif voire être dangereux et rendre encore plus vulnérables les malades. ⁽¹⁷⁾



3 Il faudrait prendre systématiquement des probiotiques en même temps que les chimiothérapies. **FAUX**

Il est recommandé de ne pas prendre de compléments à base de probiotiques et notamment des levures chez les patients qui ont des voies veineuses centrales. Des cas d'infection ont été liés à la prise de probiotiques à base de levures ⁽¹⁸⁾. Cependant, des recherches récentes semblent montrer que restaurer la flore intestinale par des probiotiques pourrait contribuer à améliorer l'effet anti-cancer de certaines chimiothérapies. ⁽¹⁹⁾



AUTOMÉDICATION : VRAI OU FAUX ?

4 L'hypnose permet de lutter contre les cellules cancéreuses. **FAUX**

Hélas l'hypnose n'a pas ce pouvoir, mais prodiguée par des professionnels qualifiés, elle a fait preuve d'effets positifs dans la gestion des nausées liées à la chimiothérapie et pour le soulagement des douleurs liées au cancer. ^(20,21)



5 Les « guérisseurs » ou « magnétiseurs » sont en général des charlatans dont il faut se méfier. **VRAI et FAUX**

S'il est exact qu'aucun guérisseur ou magnétiseur n'a jamais pu démontrer qu'il avait le moindre pouvoir sur un cancer, certains patients apprécient une relation thérapeutique basée sur la confiance, sur la chaleur humaine, le toucher, à condition que le guérisseur ne pratique pas des tarifs exorbitants, ni n'exige l'arrêt des traitements conventionnels.

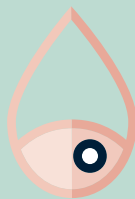


6 Les oméga-3 traitent aussi bien le cancer que la dépression. **VRAI et FAUX**

Des ouvrages grand public ont diffusé des informations exagérément positives sur ces substances.

Les oméga 3 peuvent avoir cependant un effet favorable sur le plan nutritionnel sans avoir de toxicité connue.

Lors du traitement du cancer, ils pourraient avoir un effet favorable dans le maintien du poids et de la masse musculaire durant la chimiothérapie. ⁽²²⁾



7 Les antioxydants sont bénéfiques en complément de mon traitement. **FAUX**

Beaucoup de substances dont les vitamines C, E, le zinc, le sélénium et différentes plantes ont une activité antioxydante qui peut être bénéfique pour une personne non malade.

Mais dans le cas du cancer, ces substances peuvent bloquer l'efficacité des traitements. Il est conseillé de ne pas utiliser d'antioxydants à forte dose pendant votre chimiothérapie car il y a un risque d'interaction avec l'efficacité de votre traitement. ⁽²³⁾



8 L'ostéopathie est une prise en charge désormais reconnue du cancer comme de la plupart des maladies. **VRAI et FAUX**

Attention, l'ostéopathie peut rendre certains services à des patients atteints de cancer, mais à condition d'avoir les compétences nécessaires car il est par exemple dangereux de manipuler des personnes ayant des métastases osseuses (risque de fractures). À ce jour, l'ostéopathie n'a jamais apporté de preuve scientifique d'un apport quelconque dans ce domaine. Demandez conseil à votre médecin ou oncologue pour vous orienter vers des professionnels compétents.



9 S'inscrire à des ateliers de yoga et qi gong est une bonne idée. **VRAI**

Des ateliers de relaxation basés sur le Yoga, le Qi gong, ou de méditation peuvent apporter un bien-être.

Au préalable, évaluer ses capacités et identifier des limites fonctionnelles sont nécessaires avec votre médecin traitant et votre oncologue. ⁽²⁴⁾



BIBLIOGRAPHIE

1. L'hospitalisation à domicile. Disponible sur : <http://social-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/prises-en-charge-specialisees/had> Consulté le 05/12/2023.
2. Les SSIAD (services de soins infirmiers à domicile). Disponible sur : <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/vivre-a-domicile/beneficier-de-soins-a-domicile/les-ssiad-services-de-soins-infirmiers-domicile> Consulté le 05/12/2023.
3. La fonction d'infirmière libérale : définition et activité. Disponible sur : <https://www.infirmiers.com/profession-ide/la-fonction-dinfirmiere-liberale-definition-et-activite> Consulté le 05/12/2023.
4. Pharmacien/pharmacienne. Fiche Métier Onisep. Disponible sur : <https://www.onisep.fr/ressources/Univers-Metier/Metiers/pharmacien-pharmacienne> Consulté le 05/12/2023.
5. Le rôle du médecin traitant et le parcours de soins coordonnés. Disponible sur : <https://www.ameli.fr/assure/remboursements/etre-bien-rembourse/medecin-traitant-parcours-soins-coordonnes> Consulté le 05/12/2023.
6. Biologie médicale. Disponible sur : <https://sante.gouv.fr/soins-et-maladies/qualite-des-soins-et-pratiques/biologie-medicale/article/biologie-medicale> Consulté le 05/12/2023.
7. Le kinésithérapeute. Disponible sur : <https://sante.gouv.fr/metiers-et-concours/les-metiers-de-la-sante/le-repertoire-des-metiers-de-la-sante-et-de-l-autonomie-fonction-publique/soins/sousfamille/soins-de-reeducation/metier/masseur-euse-kinesitherapeute> Consulté le 05/12/2023.
8. Sport et cancer. Disponible sur : <https://vitafede.ffepgv.fr/programme/univers-sante/cancer> Consulté le 05/12/2023.
9. Les transports sanitaires. Disponible sur : <https://www.ameli.fr/paris/assure/remboursements/rembourse/frais-transport#:~:text=Le%20transport%20en%20v%C3%A9hicule%20sanitaire,effets%20secondaires%20pendant%20le%20transport> Consulté le 05/12/2023.
10. Yann Le Cam. Le rôle des associations dans le respect et l'observation des droits individuels et collectifs. adsp n°36. Septembre 2001.
11. Article 20 de la loi n°2022-303 du 4 Mars 2022 relative aux droits des malades et à la qualité du système de santé. Disponible sur : <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000000227015/> Consulté le 05/12/2023.
12. La prise en charge à domicile. Institut National du Cancer. Disponible sur : <https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Se-faire-soigner/Parcours-de-soins/Soins-a-domicile/La-prise-en-charge-a-domicile> Consulté le 05/12/2023.
13. Consultation diététique réalisée par un diététicien. Recommandations pour la pratique clinique. HAS. Janvier 2006.
14. Assistant de service social. Rubrique Patients et Proches. Institut National du Cancer. Disponible sur : <https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Se-faire-soigner/Parcours-de-soins/Les-professionnels/Assistant-de-service-social> Consulté le 05/12/2023.

15. Aide psychologique. Rubrique Patients et Proches. Institut National du Cancer. Disponible sur : <http://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Qualite-de-vie/Fatigue/Prendre-en-charge/Aide-psychologique> Consulté le 05/12/2023.
16. Frenkel M. Curr Oncol Rep.2015;17:43.
17. Faux médicaments. Interpol. Disponible sur : <https://www.interpol.int/fr/Infractions/Marchandises-illicites/Achetez-en-toute-securite/Faux-medicaments> Consulté le 05/12/2023.
18. Snyderman D. CID.2008;46(suppl 2):104-7.
19. Viaud S. Science.2013;342 971-5.
20. Marchioro G *et al.* Oncology 2000;59:100-4.
21. Patterson D, *et al.* Psychological Bulletin. 2003;129(4):495-26.
22. Murphy R *et al.* Cancer. 2011;1775-8.
23. Lawenda B *et al.* Natl Cancer Inst. 2008;100:773-10.
24. Activité physique et cancer. Référentiels inter régionaux en soins oncologiques de support. AFSOS. 14 Décembre 2018.
25. Pr Jean-Paul Vernant. Recommandations pour le troisième Plan Cancer. Disponible sur : <https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/Recommandations-pour-le-3e-plan-cancer.pdf> Consulté le 05/12/2023.
26. Demet T *et al.* Asian Pac J Cancer Prev. 2014;15(7):3139-5.
27. Freyer G. Faire face au cancer L'espoir au quotidien. Odile Jacob. 2008.

SUPPORTERS

Votre allié au quotidien pour vous aider à mieux vivre votre cancer.

Consultez l'ensemble de nos brochures et tous nos autres contenus sur notre site :



FRA-NP-0523-80031 – Décembre 2023

AMGEN[®]
Oncologie

AMGEN SAS

Société par Actions Simplifiée au capital de 307.500 euros

377 998 679 RCS Nanterre

Jusqu'au 31 mars 2024 : 18-20 quai du point du jour, 92100 Boulogne-Billancourt

À partir du 1er avril 2024 : 25 quai Paul Doumer, 92400 Courbevoie

Imprimé par HH France SAS
25 rue Anatole France
92300 Levallois Perret

