PRENDRE SOIN DE SOI PENDANT ET APRÈS LE CANCER



CENTRE DE LUTTE CONTRE LE CANCER LEON BERARD

SOMMAIRE

Les soins de support

Accompagnement social..... 4
Addictologie..... 5
Kinésithérapie..... 6
Nutrition..... 7
Prise en charge de la douleur..... 8
Soins palliatifs..... 9
Soutien psychologique..... 10

Mieux vivre le cancer

Activité physique adaptée (APA).....12
Associations.....13
Bien-être.....14
Education thérapeutique.....15
Espace rencontres & d'information.....16
Plaies et cicatrisation.....17
Sophrologie.....18
Art-thérapie.....18
Hypnose.....19
Méditation en pleine conscience.....19
Aromathérapie.....20
Reflexogie plantaire.....20
Psychomotricité.....21
Acunpunture.....22
Consultation d'oncologie intégrative.....23
L'hôpital de jour PASCA (après-cancer).....24
A savoir.....25
Fiche d'alerte et de repérage.....26

Ce livret a pour objectif de vous présenter l'ensemble des soins de support ou des dispositifs d'accompagnement mis à votre disposition pendant et après vos traitements au Centre Léon Bérard pour mieux vivre le cancer et votre quotidien.

Les soins de support

Les soins de support sont définis comme "*les soins et soutiens nécessaires aux personnes malades tout au long de la maladie conjointement aux traitements oncologiques*". Ils permettent de mieux prendre en compte les symptômes physiques et les difficultés psychosociales rencontrés par les patients et leurs proches.

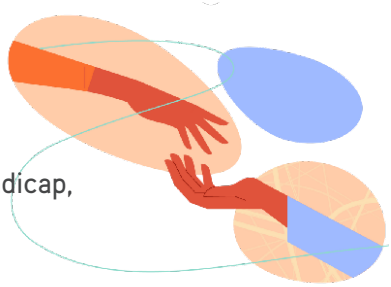
Au Centre Léon Bérard, les soins de support font partie du Département interdisciplinaire en soins de support du patient en oncologie (DISSPO).

Retrouvez l'ensemble des dispositifs existants au Centre Léon Bérard pour vous accompagner pendant et après votre cancer en scannant le QR CODE.

ACCOMPAGNEMENT SOCIAL

Le service social hospitalier accompagne les patients confrontés à des difficultés sociales liées à la maladie, à ses conséquences sur la vie quotidienne et professionnelle, tout au long de leur parcours de soins.

Le service social informe, accompagne, oriente et conseille sur :



- l'accès aux droits et aux soins,
- le maintien ou le retour à l'emploi,
- les problématiques financières,
- les difficultés liées à la perte d'autonomie, le handicap,
- le retour et le maintien à domicile,
- la protection des personnes vulnérables.

Les assistantes sociales travaillent en lien étroit avec les partenaires internes à l'établissement et peuvent, si nécessaire, se mettre en lien avec des partenaires externes, toujours dans le respect du secret professionnel.

Une assistante sociale peut vous rencontrer à tout moment de votre parcours de soins au Centre Léon Bérard. Vous, votre famille, un proche, l'équipe soignante, un médecin ou encore les services sociaux extérieurs, peuvent solliciter, avec votre accord, un contact auprès de l'équipe.

Dans le cadre d'une **hospitalisation à domicile (HAD)**, un accompagnement social est systématiquement proposé pour vous soutenir dans les démarches liées à votre situation.

Votre contact :

Le secrétariat du service social est joignable du lundi au vendredi, de 8h30 à 16h45 au 04 78 78 26 27

Dispositif Adolescents Jeunes Adultes atteints d'un Cancer (DAJAC)

Pour les patients âgés de 15 à 25 ans, un dispositif dédié est en place avec une assistante sociale référente. Elle peut accompagner les patients sur des problématiques spécifiques à cette tranche d'âge.

Cancer et environnement

Votre cancer a peut-être une origine professionnelle ? Une consultation dédiée a été mise en place au CLB. Le service social peut vous soutenir dans cette démarche après avis du médecin expert du Département Prévention Cancer Environnement.

ADDICTOLOGIE

Pour vous accompagner dans la lutte contre le tabac, l'alcool ou encore les drogues, le Centre Léon Bérard propose un dispositif complet de prise en charge des addictologies, en hospitalisation ou sur rendez-vous individuel.



En hospitalisation, l'ELSA (équipe de liaison et de soins en addictologie)

Composée d'un médecin, d'une infirmière, d'une assistante sociale, d'un psychologue et d'une diététicienne, l'équipe se tient à votre disposition durant votre hospitalisation. N'hésitez pas à en faire la demande auprès de l'équipe soignante.

Une consultation de tabacologie

Deux médecins tabacologues proposent une consultation de tabacologie individuelle. Suite à une 1ère consultation permettant notamment d'évaluer votre dépendance, un suivi personnalisé vous sera proposé.

Le saviez-vous ?

La poursuite du tabagisme chez les personnes atteintes d'un cancer a des conséquences tant sur la santé que sur les traitements proposés. Ainsi il a été montré que l'arrêt du tabac permettait de réduire le risque d'apparition d'un nouveau cancer (baisse de 50% à 80% du risque de développer un cancer du poumon) ou de limiter le risque de récidive.

Le tabac a également un impact négatif sur l'ensemble des traitements anticancéreux en majorant leurs effets secondaires et les complications, voire en diminuant leur efficacité.

VOTRE CONTACT :

En hospitalisation ou en consultation individuelle :
Un secrétariat commun : 04 78 78 26 25

KINÉSITHÉRAPIE

L'unité de Kinésithérapie conduit des actions de prévention et de rééducation adaptées à la diversité des soins et des techniques utilisées dans le traitement des maladies cancéreuses.

Dans les services de chirurgie et de soins continus

Selon le type d'intervention, les kinés peuvent agir en amont de l'intervention chirurgicale pour mieux vous préparer, par exemple pour les chirurgies thoraciques.

En post-opératoire que ce soit en sénologie, en onco-orthopédie, en ORL, en chirurgie viscérale ou thoracique, il s'agira de donner des conseils et d'aider à la récupération du mouvement, des capacités respiratoires, et ce dans le but de favoriser la récupération fonctionnelle, de restaurer les mouvements de la vie quotidienne ainsi que l'autonomie.

Dans les services de médecine

Les kinés interviennent également dans les services de médecine. Les prescriptions médicales portent alors sur la kiné respiratoire ou les ré-autonomisations, l'équipe se chargeant notamment de la mobilisation des patients longuement alités.

Pour rappel : votre kiné agit sur prescription médicale

VOTRE CONTACT :

L'équipe kiné se tient à disposition des patients hospitalisés au centre.
Renseignez-vous auprès de votre équipe soignante et de votre médecin

NUTRITION

Adaptation de l'alimentation pendant les traitements

Vous perdez du poids ou vous avez des difficultés à vous alimenter : l'unité transversale de nutrition composée de diététiciens et de médecins se tient à votre disposition pour vous conseiller et adapter votre alimentation en fonction de vos symptômes, de votre pathologie et de votre traitement. En fonction des situations, l'équipe de nutrition pourra aussi conseiller une nutrition artificielle par sonde ou par voie veineuse. Ces consultations diététiques sont proposées en hospitalisation ou en ambulatoire, du lundi au vendredi.

Une consultation médicale est également possible, rapprochez-vous de l'équipe soignante.

Votre contact :

Secrétariat du Département des soins de supports du patient
en oncologie (DISSPO)
Du lundi au vendredi, de 8h00 à 17h00

Prise de poids avant ou pendant les traitements

Vous prenez du poids, souffrez de surpoids, d'obésité ou de troubles métaboliques. La prise en charge du surpoids, de l'obésité ou d'une prise de poids avant ou pendant les traitements est essentielle et doit faire l'objet d'un suivi régulier. En effet, le maintien d'un poids stable durant toute la durée de votre prise en charge est primordial pour une meilleure tolérance des traitements et une diminution des risques de récidives.

Un médecin nutritionniste vous propose une prise en charge concernant les troubles métaboliques, le surpoids et l'obésité. La diététicienne intervient pour le rééquilibrage alimentaire au travers de conseils et de prévention, et dans le surpoids.

Vos contacts :

Le médecin nutritionniste et
correction métabolique :
04 26 55 67 16

L'équipe de diététiciennes :
04 26 55 67 38



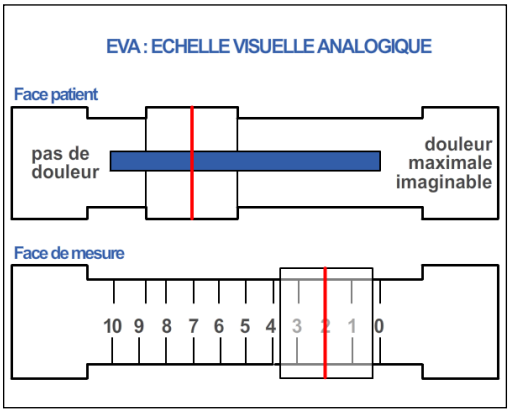
PRISE EN CHARGE DE LA DOULEUR

Au Centre Léon Bérard, nous nous engageons à prendre en charge votre douleur, pendant les examens mais aussi pendant et après vos traitements contre le cancer. Nous disposons d'une équipe mobile, composée de médecins, d'infirmiers et de psychologues, dédiée à ce symptôme au sein du DISSPO. Elle est sollicitée par les équipes qui vous prennent en charge lorsque vos douleurs sont insuffisamment calmées par les traitements de premières intentions. Nous pouvons vous recevoir en consultation externe ou vous voir pendant votre hospitalisation.

Chaque professionnel est attentif à votre douleur. Vous pouvez en parler avec votre médecin ou avec les infirmiers et les aides-soignants qui vous prennent en charge.

L'ensemble des professionnels s'engage à :

- évaluer votre douleur et la prendre en compte,
- prévenir les douleurs provoquées par certains soins (piqûres, ponctions, pansements, biopsies, par la toilette, les mobilisations,...),
- utiliser tous les moyens qu'ils soient médicamenteux (anti-inflammatoires, morphiniques, etc), techniques (anesthésie, radiothérapie, radiologie interventionnelle) ou non médicamenteux (kinésithérapie, hypnose, accompagnement psychologique, etc),
- évaluer l'efficacité et la tolérance des traitements antidouleurs mis en place



VOTRE CONTACT :

Vous pouvez contacter le secrétariat du DISSPO au : 04 78 78 26 57
Du lundi au vendredi, de 8h à 17h

SOINS PALLIATIFS

Accompagner, soutenir, vous soulager mais aussi épauler vos proches.

Une équipe mobile de soins palliatifs, composée de médecins, d'infirmièr(e)s et de psychologues, est à votre disposition et à celle de votre entourage. Elle participe à l'évaluation et au soulagement des symptômes et vous aide à mettre en oeuvre le projet le mieux adapté à votre situation et à vos souhaits. Elle peut intervenir pour votre fin de vie mais également plus précocement, en parallèle de votre prise en charge oncologique. Vous pouvez aussi bénéficier de soins palliatifs dans le cadre de l'hospitalisation à domicile.

L'équipe peut intervenir en hospitalisation, en hôpital de jour ou en consultation sur votre demande ou sur celle de l'équipe médicale qui vous suit. L'équipe mobile de soins palliatifs est également en lien avec les autres structures de soins palliatifs de la région et peut aider à une hospitalisation plus près de votre domicile.

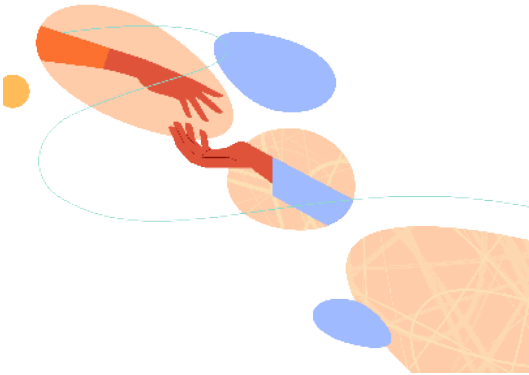
L'association des Bénévoles du Centre et l'association Jalmalv peuvent également être amenées à intervenir si vous le souhaitez. Votre entourage peut aussi les solliciter.

VOTRE CONTACT :

Vous pouvez contacter l'équipe d'infirmièr(e)s dédiée aux soins palliatifs
au **04 78 78 20 67**
Du lundi au vendredi, de 9h00 à 16h30

Bon à savoir

L'équipe mobile de soins palliatifs est à votre disposition pour vous donner des informations sur les récentes évolutions législatives ou pour vous aider dans la rédaction de vos directives anticipées.



SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

« Notre objectif est d'aider les patients et les proches à appréhender le cancer dans tout ce qu'il peut induire comme questionnements et comme souffrance psychologique. Nous sommes là pour les encourager à regarder les choses de façon différente, à prendre du recul ou à esquisser des solutions face au cancer », un psychologue du CLB. »

Dans le cadre de votre prise en charge globale, une équipe de psychologues est disponible pour ceux qui en ressentent le besoin et quelles qu'en soient les raisons.

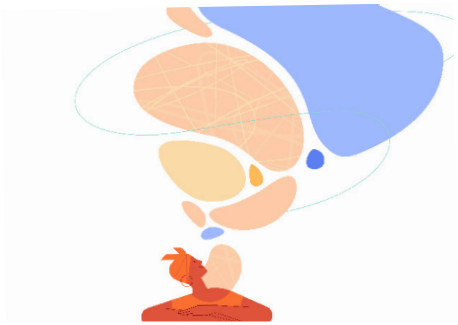
Suivant votre situation, un psychologue ou un psychiatre vous proposera un entretien individuel ou familial. Une consultation avec de jeunes enfants peut aussi être organisée à votre demande.

Des techniques d'aide psychologiques ou psycho-corporelles (hypnose,...) sont intégrées aux soins.

Ces consultations sont possibles dans le cadre d'une **hospitalisation**, mais aussi en **ambulatoire (sur rendez-vous).**

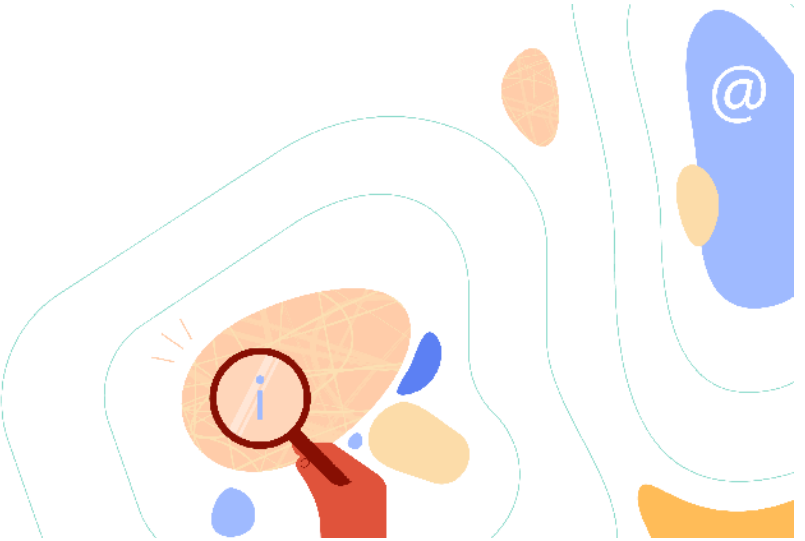
VOTRE CONTACT :

Vous pouvez contacter le **secrétariat du Département des soins de supports du patient en oncologie** (DISSPO) au **04 78 78 26 57**
Du lundi au vendredi, de 8h00 à 17h00



MIEUX VIVRE SON CANCER

Le Centre Léon Bérard vous propose d'autres activités complémentaires pour mieux vivre votre cancer au quotidien. Découvrez l'activité physique adaptée, la socio-esthétique ou encore notre Espace de Rencontres et d'Information (ERI).



ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Vous êtes actuellement traité(e) pour un cancer au Centre Léon Bérard. **Vous souhaitez rester actif/active :** le CLB vous propose **gratuitement** un programme d'Activité Physique Adaptée (APA) pour maintenir ou retrouver un style de vie actif.

Quelles activités ?

Marche nordique, gym, pilates, Fit dance, circuit training, parcours de santé, plateau cardio, yoga, aquagym... Ces activités ont lieu à l'Espace Pyramide du CLB, au Parc de Parilly, à la piscine Charial **et en visio.**

Comment ?

1 à 2 séances par semaine pendant 3 mois.
Plusieurs créneaux horaires en journée sont possibles.

Avec qui ?

Des petits groupes de 10 personnes maximum, encadrés par un professionnel qualifié en activité physique adaptée.

Le saviez-vous ?

Les bénéfices de l'APA sont nombreux :

- diminution de la sensation de fatigue,
- amélioration de la qualité de vie,
- réduction du risque de rechute,...

Modalités ?

Certificat d'aptitude à l'APA obligatoire, délivré par votre médecin traitant ou votre cancérologue. Les séances sont adaptées aux capacité de chacun(e).

Pendant l'hospitalisation...

Des séances plus ponctuelles vous sont proposées pendant les temps d'attente à l'hôpital de jour les lundi, jeudi et vendredi (renforcement musculaire, relaxation/respiration, conseils, travail de l'équilibre et de la coordination,...). Renseignez-vous auprès de l'accueil de l'hôpital de jour ou de votre infirmière.

Et aussi à l'Hôpital de Jour...

Des séances plus ponctuelles vous sont proposées pendant les temps d'attente à l'hôpital de jour les lundi, jeudi et vendredi (renforcement musculaire, relaxation/respiration, conseils, travail de l'équilibre et de la coordination,...). Renseignez-vous auprès de l'accueil de l'hôpital de jour ou de votre infirmière.

VOTRE CONTACT :

Renseignements et inscriptions auprès des enseignants
en activité physique adaptée :
06 04 67 08 77 et 04 78 78 51 48 / apa@lyon.unicancer.fr

ASSOCIATIONS

Plusieurs associations de patients sont à votre écoute et peuvent vous soutenir lors de l'annonce de votre maladie et pendant vos traitements.

Elles interviennent lors de permanences, de rencontres individuelles en chambre ou d'évènements ponctuels comme Mars Bleu ou Octobre Rose : en consultations, dans les Halls d'accueil, à l'ERI ou dans les services d'hospitalisation (médecine, chirurgie et hôpital de jour).

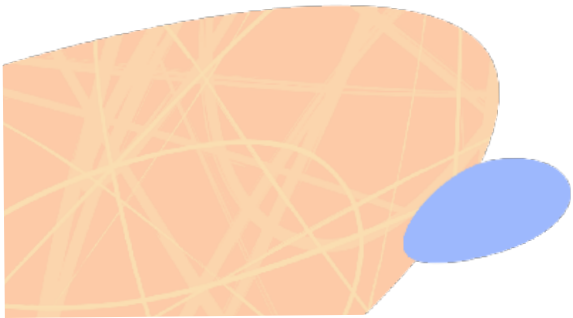
Le saviez-vous ?

Plus de 50 associations soutiennent le Centre Léon Bérard et épaulent les patients à travers d'autres types d'actions. Certaines proposent des occupations durant les séjours hospitaliers (lecture, écoute, travaux manuels, arts, ateliers de maquillage...). D'autres financent des actions pour améliorer la qualité de vie des patients hospitalisés ou des programmes de recherche pour identifier de nouveaux traitements. D'autres, enfin, peuvent les accompagner dans un nouveau projet de vie.

Pour découvrir toutes les associations soutenant le CLB, rendez-vous sur :
bit.ly/associations-clb

VOTRE CONTACT :

Pour tous vos besoins concernant les associations,
vous pouvez contacter l'ERI :
04 78 78 28 64 / eri@lyon.unicancer.fr



BIEN-ÊTRE

Deux socio-coiffeuses, deux socio-esthéticiennes sont à votre disposition lors de votre séjour. L'ensemble des soins dispensés sont gratuits. Ils sont installés dans le hall d'accueil 1 de l'hôpital à l'espace bien-être.

Pour les contacter : bienetre@lyon.unicancer.fr

SOCIO-COIFFURE

Différents soins vous sont proposés dans le salon de coiffure ou directement dans votre chambre pendant votre hospitalisation : shampooing, coupe, brushing, soins des cheveux et du cuir chevelu, conseils pour les remplacements capillaires, accompagnement lors de la chute des cheveux et de la repousse.

Deux coiffeuses vous accueillent du lundi au jeudi de 8h30 à 17h00 au 04 78 78 20 09

SOCIO-ESTHÉTIQUE

Des soins de bien-être et d'esthétique vous sont proposés dans votre chambre ou en cabine durant votre hospitalisation et à l'hôpital de jour : soins du visage, modelage relaxant, maquillage correcteur, manucure, beauté des pieds, prise en charge des cicatrices et des modifications corporelles, conseils, prévention de la peau lors des traitements médicaux....

Une socio-esthéticienne vous accueille du lundi au vendredi de 9h à 17h00, vous pouvez la contacter au 04 78 78 20 08.
Une autre socio-esthéticienne intervient spécifiquement à l'hôpital de jour, renseignez-vous auprès de l'équipe soignante le jour de votre venue ou contacter la au 07 64 05 84 76.

SANTÉ DES PIEDS

Des soins de pédicure-podologie vous sont proposés pour traiter ongles incarnés, mycoses, ongles épais ou abîmés.

Des stagiaires pédicures-podologues interviennent, les jeudis de 9 à 12 h dans votre chambre uniquement, pour les patients en hospitalisation. Les prises de rendez-vous se font auprès des soignants.

ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Le Centre Léon Bérard vous propose le programme « **Avançons par ETAPP** » (Education Thérapeutique aux Patients et aux Proches). C'est un programme qui vous est destiné ainsi qu'à vos proches.

Ce programme vous permet d'acquérir les connaissances utiles pour vous aider à mieux gérer votre vie avec votre maladie, les problèmes qui en découlent et maintenir ou améliorer votre qualité de vie. Plusieurs ateliers sont proposés sur différents thèmes :

Bon à savoir

L'éducation thérapeutique est une démarche volontaire et participative. Les ateliers sont ouverts à tous, à tout moment et quel que soit votre traitement.



VOTRE CONTACT :

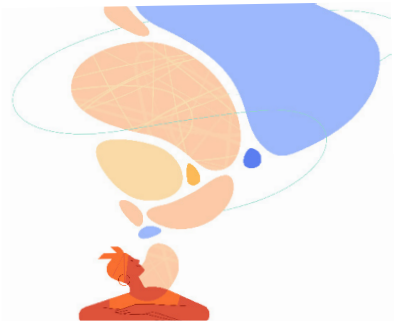
L'équipe ETAPP vous renseigne au :
04 78 78 28 72 / etapp@lyon.unicancer.fr

ESPACE RENCONTRES ET INFORMATION

L'Espace de Rencontres et d'Information (ERI) du Centre Léon Bérard est installé dans le hall d'accueil 1. C'est un lieu ouvert et accessible à tous sans rendez-vous.

L'ERI : lieu d'information

Les documents mis à votre disposition ont l'objectif de vous aider à mieux comprendre le cancer et ses conséquences. Ils permettent aussi de répondre à vos interrogations et à vos inquiétudes. L'ERI organise également une conférence grand public et gratuite sur des thèmes variés (diététique, la maladie, les traitements,...).



L'ERI : lieu de rencontres

Vous recevrez ici une écoute attentive et pourrez parler de votre expérience et échanger avec l'accompagnatrice en santé de l'espace ou avec d'autres personnes malades et proches.

Bon à savoir

Plusieurs sites internet sont à votre disposition pour trouver de l'information sur votre maladie, vérifiée par des professionnels certifiés :

Centre Léon Bérard - www.centreleonberard.fr
Département Prévention, Cancer et Environnement - www.cancer-environnement.fr
Institut National du Cancer - www.e.cancer.fr

VOTRE CONTACT :

L'ERI vous accueille du mardi au jeudi, de 9h00 à 17h00.
04 78 78 28 64 / eri@lyon.unicancer.fr

PLAIES & CICATRISATION

Le Centre LéonBérard dispose d'une plateforme «plaies » centrée et coordonnée autour du patient suivi dans l'établissement et présentant une plaie en lien avec sa pathologie cancéreuse ou de son traitement.

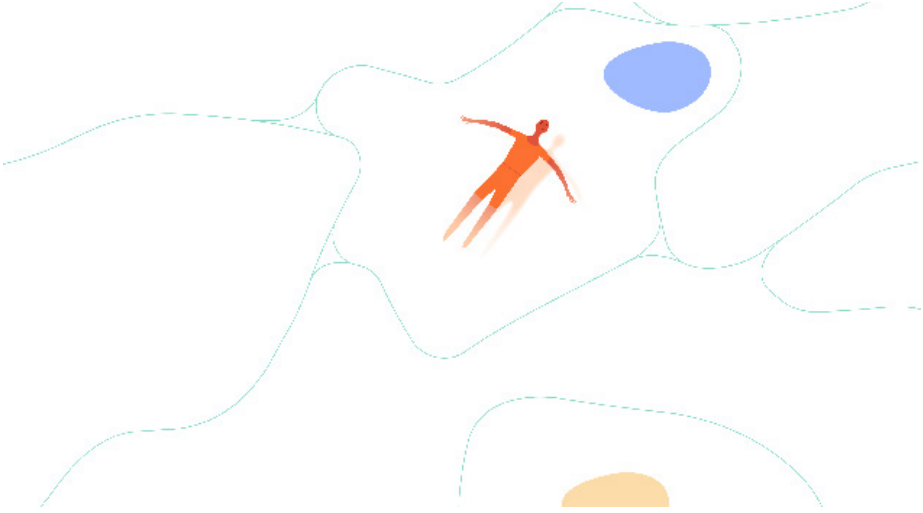
L'équipe composée de cinq infirmières expertes « Plaies » intervient auprès des **patients porteurs de plaie complexe** et/ou représentant un retard de cicatrisation, à la demande des équipes médicales ou paramédicales.

Pour les patients hospitalisés, elles interviennent en binôme avec l'infirmière en charge du patient, ce qui leur permet d'analyser la situation, de comprendre le contexte de la maladie, les traitements en cours et de rechercher des facteurs aggravants.

Elles peuvent également être contactée par les infirmiers libéraux, qui ont en charge des patients suivis au CLB et qui rencontrent des difficultés quant à la prise en charge de plaies complexes à domicile.

Votre contact :

Infirmières expertes « Plaies »
Du lundi au vendredi, de 9h à 17h30
au 04 78 78 59 13 ou 04 69 85 60 25
clbplaie@lyon.unicancer.fr
PlaiesChroniques@lyon.unicancer.fr



SOPHROLOGIE

La sophrologie est fondée sur une méthodologie précise basée sur la respiration, la détente musculaire et la visualisation positive.

- **Gestion du stress, de l'angoisse, de l'anxiété, des émotions, de la douleur**
- **Sommeil**
- **Fin de vie**
- **Préparation aux soins et aux traitements,**
- **Retour au quotidien post-traitements.**

Christel Fayard-Couturier intervient pour les **adolescents et jeunes adultes** (15-25 ans), le mardi de 9h30 à 16h30, un mercredi matin sur deux de 9h30 à 12h30, le jeudi de 14 à 17 heures.

Votre contact :

Renseignez-vous auprès des infirmières du DAJAC.

ART-THÉRAPIE

Marie-Aude Christianne, art thérapeute, intervient auprès des **patients hospitalisés dans l'unité 3 C les mardi et jeudi après-midi.**

Elle propose des ateliers individuels à la demande des soignants du service pour les patients en ayant accepté le principe.

L'art-thérapeute propose aux patients un voyage artistique avec différents supports. L'atelier commence par un temps d'explications, plus ou moins long sur les expressions artistiques proposées qui sont : la lecture, l'écriture, les arts-plastiques (et toutes ses variations) et le modelage. Elle s'appuie sur un corpus de textes sur différents thèmes (la famille, l'enfance, l'amour, le sport, la poésie). C'est ensuite au patient d'exprimer, s'il le souhaite, ce qu'il ressent suite à sa réalisation.

Votre contact :

Renseignez-vous auprès des soignants du service 3C.

HYPNOSE

L'hypnose est un état de conscience modifiée caractérisé par une diminution de l'attention et une plus grande capacité à répondre aux suggestions.

L'hypnose médicale se différencie de l'hypnose spectacle par l'éthique de la pratique et par son but thérapeutique. Elle est particulièrement utile à visée antalgique (douleur aiguë ou chronique, liée à la maladie ou induite par les soins) et sur le stress ou l'angoisse, permettant d'apaiser et de soulager les patients. Le nombre de séances varie d'une seule à 4 ou 5 au total, en fonction de l'indication.
De nombreux soignants sont formés au Centre Léon Bérard et peuvent proposer cette technique aux patients en cours d'hospitalisation ou en ambulatoire.

MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE

Méditer en pleine conscience consiste à porter une attention particulière à l'instant présent, de la manière la plus sincère possible.

La pratique de la méditation permettrait d'accéder à un meilleur contrôle de l'attention et à diminuer la sensibilité au stress. En oncologie, elle apporterait une amélioration de la qualité de vie et une diminution des symptômes gênants : anxiété, dépression, douleurs, fatigue, nausées.

Des ateliers de méditation sont proposés deux fois par mois ouverts (le 1er lundi du mois et le 3ème mardi du mois) aux patients et aux proches, en présentiel et distanciel.

Votre contact :

Inscriptions auprès de Dominique Cordier, accompagnatrice en santé

- Espace de rencontres et d'information (ERI) - Hall 1
- Par mail dominique.cordier@lyon.unicancer.fr
- Par téléphone au 04 78 78 28 64

AROMATHÉRAPIE

L'aromathérapie consiste en l'utilisation de composés aromatiques extraits de plantes, comprenant les huiles essentielles qui sont considérées comme des "préparations" à base de plantes. L'association de plusieurs huiles permettra de potentialiser les effets recherchés. Appartenant aux thérapies complémentaires, elle viendra appuyer ou compléter vos traitements allopathiques conventionnels.

Au centre Léon Bérard, l'aromathérapie par voie olfactive pourra vous être proposée selon des indications précises (notamment l'aide à la gestion de l'anxiété et des troubles du sommeil, mais également la gestion des mauvaises odeurs). Utilisées à mauvais escient, les huiles essentielles peuvent s'avérer toxiques et nocives. Il est indispensable de bien respecter les consignes données afin d'éviter tout mésusage ou toute interaction. L'aromathérapie exige le respect absolu de l'indication, du mode d'utilisation et de la posologie prescrite. L'utilisation des huiles essentielles doit être encadrée par des professionnels de santé formés qui vont tenir compte de votre pathologie et de vos traitements en cours : oncologique, personnel ou thérapie complémentaire associés.

L'aromathérapie relève d'une prescription adaptée et individualisée. Un stick prêt à l'emploi et personnel ainsi que les consignes d'utilisation vous seront remis.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

La réflexologie plantaire traite les maladies fonctionnelles des organes perturbés dans leur vascularisation et leur innervation. Tous les organes du corps ont un point de projection sur nos pieds.

On peut dire que la réflexologie agit à la fois en douceur et en profondeur avec une diminution des effets secondaires des chimiothérapies et une action détoxifiante. Elle a une action particulière sur la gestion du stress et une action apaisante au niveau émotionnel.

VOTRE CONTACT :

Vous pouvez contacter le **secrétariat du Département des soins de supports du patient en oncologie** (DISSPO) au **04 78 78 26 57**
Du lundi au vendredi, de 8h00 à 17h00



PSYCHOMOTRICITÉ

La psychomotricité est une approche paramédicale non-médicamenteuse. Le psychomotricien travaille sur les liens entre le corps et la psyché de l'individu et utilise pour cela des médiations corporelles adaptées aux besoins, désirs et capacités des patients.

Le psychomotricien est formé à plusieurs médiations sensori-motrices notamment des techniques de relaxation, l'utilisation de matériels snoezelen, méthode feldenkrais, etc.

En soins palliatifs et de manière plus générale en médecine oncologique, les objectifs seront principalement de préserver la meilleure qualité de vie (prise en charge de la douleur, de la fatigue, de l'anxiété, de troubles moteurs, de troubles du schéma corporel et de l'image du corps.

Au Centre Léon Bérard, les intervenantes sont présentes 5 demi-journées par semaine. Leur activité est essentiellement dédiée aux patients hospitalisés (plateau du 3ème étage, RBN..).

Votre contact :

Vous pouvez contacter le **secrétariat du Département des soins de supports du patient en oncologie** (DISSPO) au **04 78 78 26 57**
Du lundi au vendredi, de 8h00 à 17h00

ACUPUNCTURE

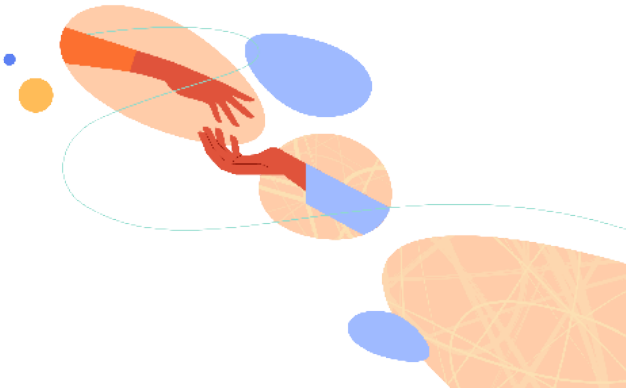
Elle est basée sur la médecine traditionnelle chinoise, qui consiste à stimuler des points précis du corps à l'aide de fines aiguilles afin de rétablir l'équilibre énergétique.

En contexte oncologique, elle a pour objectif d'améliorer la qualité de vie des patients en réduisant certains symptômes ou effets secondaires liés à la maladie ou aux traitements, tels que : douleurs chroniques ou neuropathiques/ nausées et vomissements induits par la chimiothérapie/fatigue et troubles du sommeil/anxiété et stress/bouffées de chaleur (notamment chez les patientes sous hormonothérapie).

Un médecin acupuncteur est présent une demi-journée par semaine au DISSPO. Les indications sont posées en général par les médecins spécialisés en douleur et/ou soins palliatifs.

Votre contact :

Vous pouvez contacter le **secrétariat du Département des soins de supports du patient en oncologie** (DISSPO) au **04 78 78 26 57**
Du lundi au vendredi, de 8h00 à 17h00



CONSULTATION D'ONCOLOGIE INTÉGRATIVE

L'Oncologie Intégrative utilise un ensemble d'approches complémentaires de santé (exercices du corps et/ou de l'esprit, produits dits naturels, modification des habitudes de vie...) avec l'oncologie conventionnelle. Son but est d'améliorer la santé, la qualité de vie et le devenir des patients, et de les aider à devenir acteurs de leur prise en charge.

Ouverte depuis septembre 2021, cette consultation permet d'écouter et d'analyser vos symptômes, vos demandes et vos souhaits. Au terme de cette consultation, une offre individualisée de thérapies complémentaires vous sera proposée, en privilégiant celles qui ont un rationnel scientifique et qui ont été étudiées dans le domaine de l'oncologie. Votre oncologue pourra, le cas échéant, vous adresser vers cette consultation.

La compétence de l'oncologue en charge de cette consultation permettra de proposer « le bon soin au bon patient au bon moment », tout en veillant à l'absence d'interactions délétères avec la thérapie oncologique spécifique en cours.

VOTRE CONTACT :

Vous pouvez contacter le **secrétariat du Département des soins de supports du patient en oncologie** (DISSPO) au **04 78 78 26 57**
Du lundi au vendredi, de 8h00 à 17h00

L'HOPITAL DE JOUR PASCA

Vous êtes ou avez été traité(e) pour un cancer au Centre Léon Bérard. Vous souhaitez faire un point plus global sur votre santé en fin de parcours de soins : le CLB vous propose gratuitement de participer à un hôpital de jour dédié à l'après traitement (PASCA), qui a pour but de prévenir, repérer et prendre en charge d'éventuels complications liées à la maladie ou au(x) traitement(s) et qui peuvent ralentir le retour à la vie d'avant.

Les éléments suivants seront notamment évoqués : vaccinations, problématiques de retour au travail, troubles cognitifs, fatigue, déconditionnement physique, surpoids, santé sexuelle, problématiques cardio-vasculaires. Sur une durée de 3 heures, vous rencontrerez un enseignant en activité physique adapté (tests physiques et bilan motivationnel), une infirmière (prise de sang, ECG, spirométrie) et un médecin généraliste.

A l'issue du bilan, l'équipe vous explique les résultats et vous oriente auprès de confrères au CLB ou en dehors via son annuaire, en fonction des besoins exprimés lors du bilan. Votre rdv sera fixé pendant la période de surveillance.

Pour réaliser une consultation PASCA, il faut être âgé de 25 à 75 ans, avoir reçu au moins de la chimiothérapie et/ou de la radiothérapie et/ou une thérapie innovante, et être à la fin de son parcours de soins (surveillance).

Votre contact :

Renseignements et inscriptions auprès de l'assistante médicale de l'hôpital de jour au 04 51 30 47 55 ou hj-pasca@lyon.unicancer.fr

À SAVOIR

Pour toutes autres informations utiles concernant les services proposés au Centre Léon Bérard (horaires de visite, myCLB, Relais H,...), vous pouvez vous référer à votre **livret d'accueil**, remis le jour de votre entrée. Il est également disponible sur notre site internet dans la rubrique « Espace patient - Préparer sa venue au Centre Léon Bérard ».

LIEU DE CULTE

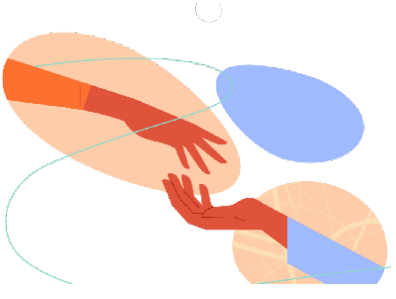
Le lieu de culte est ouvert à tous en permanence, il y regroupe le culte chrétien, musulman et israélite.

L'équipe de l'**aumônerie chrétienne** (catholique et protestante) est présente toute la semaine. Elle peut venir dans votre chambre ou est disponible au bureau de l'aumônerie pour échanger. Elle est composée de laïcs, d'une pasteure et de prêtres.

Vous pouvez les joindre aux numéros de téléphone suivants :
- Aumônerie catholique : 06 07 50 72 04
- Aumônerie protestante : 06 77 02 19 21

Une messe est célébrée tous les dimanches à 10h30 dans la salle de culte, au niveau –1.

L'aumônerie musulmane est au service des patients et des familles à leur demande au 04 78 76 00 23 (Grande mosquée de Lyon).
L'aumônerie israélite est présente lundi et mercredi, vous pouvez la joindre au 07 77 83 12 47.



FICHE D'ALERTE ET DE REPÉRAGE

des risques et des dérives thérapeutiques* liés aux médecines complémentaires et alternatives (MCA)

AXES	SIGNES D'ALERTE	COMMENTAIRES
Méthode non validée	La méthode n'est pas validée sur le plan scientifique et médical.	Il est conseillé de prendre un avis auprès de son médecin et/ou des équipes soignantes.
Formation non Reconnue par l'État	La formation du praticien n'est pas reconnue, c'est-à-dire non agrée par l'État ou l'Université.	Le praticien ne possède pas de diplôme ou vous indique avoir lui-même conçu la méthode.
Promotion du bien-être	Le praticien fait la promotion excessive du bien-être comme un moyen de vaincre la maladie.	Il sous-entend qu'un changement radical de votre mode de vie, selon ses conseils, conduira à votre guérison.
Coût de la pratique	Le praticien vous invite à régler des séances à l'avance et souvent très coûteuses.	Il vous engage à revenir régulièrement, à suivre des stages ou à acheter des produits ou des appareils miracles.
Déroulé des séances	Les séances sont centrées sur les croyances du praticien et méthodes non rationnelles.	Le praticien évoque des notions de circulations d'énergies, d'incantations ou des méthodes d'auto guérison.
Visée de guérison	La méthode est présentée comme un outil capable de vous guérir.	Elle est souvent présentée comme le « remède miracle» à vos problèmes de santé.
Conseil inadaptés	Les recommandations du praticien sont contraires à celles de votre médecin.	Il vous propose par exemple de faire des régimes excessifs tandis que votre médecin le déconseille.
Sens à la maladie	Le praticien propose une explication à votre maladie et/ou il vous en rend responsable.	Il estime qu'elle est le résultat de conflits personnels/familiaux ou de désordres énergétiques
Posture du praticien	Le praticien se présente comme le seul interlocuteur capable de vous comprendre/de vous aider.	Il dénigre le corps médical, votre environnement social et il vous invite à vous en éloigner.
Critique des traitements	Le praticien vous déconseille de recourir à des traitements médicaux.	Il estime que ces traitements peuvent être délétères et vous invite à un usage exclusif de sa méthode.
Critique de l'entourage	Le praticien dénigre votre entourage familial et professionnel.	Il vous explique que vos problèmes de santé ont pour origine votre entourage (conjoint, enfant, ami...).

* Il est à noter qu'un seul de ces critères ne peut à lui seul caractériser la dérive : c'est l'accumulation de ces signes qui augmente le risque de dérive. Autrement dit, plus le nombre de signes d'alerte est présent, plus le risque de dérive est important.
D'après le rapport 2021 de l'Agence des médecines complémentaires et alternatives A-MCA ! « Structurer le champ des médecines complémentaires et alternatives »

NOTES

Retrouvez l'ensemble des événements organisés au Centre Léon Bérard dans la rubrique agenda de notre site internet ou en scannant ce QR Code

Centre de lutte contre le cancer
à Lyon et en Rhône-Alpes

28 rue Laennec • 69373 Lyon Cedex 08
04 78 78 28 28 • www.centreleonberard.fr

Réalisation : les services des soins de support et la communication du Centre Léon Bérard - Janvier 2018 - Mise à jour en octobre 2026