

ENSEMBLE HOSPITALIER

# Les soins de support

À PARIS ET SAINT-CLOUD

ENSEMBLE, PRENONS  
LE CANCER DE VITESSE

---

  
institut  
Curie



# Édito

« Tout patient doit pouvoir bénéficier des soins de support. »

Il n'existe pas de prise en charge de patients atteints d'un cancer sans l'appui des soins de support à l'Institut Curie.

Les professionnels ne s'arrêtent pas au seul traitement de la maladie. Très tôt dans le parcours de soins de la personne soignée, les besoins en soins de support sont dépistés pour apporter aide et soutien pendant les traitements.

L'Institut Curie bénéficie d'un DISSPO - Département Interdisciplinaire en Soins de Support Pour l'Oncologie - qui rassemble ces compétences et conduit l'ensemble des professionnels à être présents pour les patients et leurs proches tout au long de leurs parcours de soins.

Avec ce livret, le DISSPO porte à leur connaissance l'offre en soins de support mis à leur disposition, ainsi que les différents outils d'évaluation, ou encore les modalités de coordination du parcours du patient soigné à l'Institut Curie.

Les conseils, les recommandations, les informations fournis dans ce livret sont destinés à aider à vivre mieux les traitements, à renseigner ou éduquer le patient. Ces données sont fiables, reconnues par des sociétés savantes, scientifiquement démontrées et validées par des comités d'experts.

Qu'il s'agisse d'une offre en interne ou extérieure à l'Institut Curie, ces relais référencés ont pour objectifs de faciliter l'accès aux soins de support et de trouver aide et soutien à proximité du domicile.

Dorénavant, ce livret fera référence pour les patients et les proches en quête d'informations et sera un support pour les professionnels.

Patients, familles et proches, vous pourrez évaluer l'utilité et la pertinence de ce document fort attendu.

Merci aux équipes rédactrices

**Sylvie Arnaud,**  
Directrice des Soins de l'Institut Curie



Le patient est au cœur du projet médical de l'Institut Curie construit et conçu avec l'ensemble des équipes dans le but d'améliorer en continu la qualité de la prise en charge. La dimension humaine occupe une place prépondérante, associée bien sûr à la mise à disposition de techniques toujours plus innovantes.

Ce projet médical se structure autour de 6 axes dont l'un « Passer des soins ciblés aux soins intégrés » est porté par notre Département Interdisciplinaire en Soins de Support Pour l'Oncologie (DISSPO).

Nous considérons que chaque patient a une histoire propre. L'ensemble hospitalier doit prendre en charge la personne malade dans sa globalité, avec les autres dimensions de sa santé et de sa vie personnelle, familiale, sociale, professionnelle.

**Professeur Pierre Fumoleau,**  
Directeur Général de l'Ensemble Hospitalier  
de l'Institut Curie



## Nos engagements pour une prise en charge individualisée à chaque patient sont les suivants :

- 1 - Personnaliser les parcours de soins, pour assurer le bien-être physique et psychique des patients
- 2 - Assurer une veille permanente des besoins en soins de support
- 3 - Renforcer la prise en charge de la douleur avec l'hypnose et les techniques de pointe
- 4 - Créer une plateforme d'éducation thérapeutique
- 5 - Développer les approches complémentaires intégrées dans un parcours de soins
- 6 - Assurer des soins ajustés au profil de chaque patient âgé atteint de cancer(s)
- 7 - Permettre l'accès précoce aux soins palliatifs intégrés
- 8 - Lutter contre la dénutrition
- 9 - Mieux coordonner les relations ville-hôpital
- 10 - Aider les patients au retour au travail
- 11 - Promouvoir la prévention par une activité physique adaptée et une alimentation saine
- 12 - Innover et améliorer les soins par la création d'un centre de recherche en sciences humaines et sociales / soins de support



# Introduction

**Les soins de support** désignent l'ensemble des soins et soutiens qui peuvent être proposés à une personne atteinte d'un cancer, en association avec les traitements anti-tumoraux comme la chimiothérapie, la radiothérapie ou la chirurgie. Ils concernent tous les patients atteints de cancer, localisé ou métastatique, qui reçoivent des traitements à visée curative ou en situation de maladie chronique.

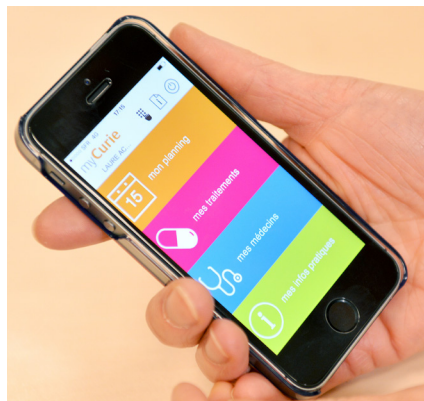
L'objectif essentiel des soins de support est d'améliorer la qualité de vie des patients, en apportant des réponses aux besoins qu'ils expriment en particulier dans les domaines suivants : la nutrition, les symptômes dont la douleur, la gestion du stress, les aides sociales, le soutien psychologique, la promotion de l'activité physique et de l'hygiène alimentaire... Ils visent à optimiser le soulagement des symptômes, le soutien et l'accompagnement psycho-social mais aussi à favoriser le bien-être et les conduites de prévention en faveur d'un meilleur état de santé. Les soins de support ont aussi pour objectif de favoriser la participation active des patients à leur projet de soins, dans le processus de décision médicale et dans la gestion des traitements au quotidien.

**Les professionnels de soins de support** ont des spécialités différentes (diététicienne, kinésithérapeute, psychologue, assistante sociale, médecin et infirmier de soins palliatifs etc.). Ils ont une approche pluridisciplinaire : leurs compétences

complémentaires permettent une approche globale de la personne malade et de ses proches. Lorsque la situation le nécessite, les équipes de soins de support se concertent lors de réunions pluriprofessionnelles afin de coordonner les soins, en lien étroit avec les autres services de l'Institut, les médecins traitants et les soignants de ville.

Vous trouverez des informations sur **les soins de support de l'Institut Curie** site de [curie.fr](http://curie.fr).

N'oubliez pas de demander un droit d'accès à l'application **myCurie** qui pourra aussi vous fournir des informations utiles et vous aider dans votre parcours de soins.



**Quelques sites web sur internet vous donneront accès à une information validée de qualité sur le cancer et les soins de support :**

**— [cancer-environnement.fr](http://cancer-environnement.fr)**

Site portail d'information des publics, édité par le Centre Léon Bérard, sur les risques de cancer en lien avec des expositions environnementales, professionnelles ou des comportements individuels. Les informations du site s'appuient sur une synthèse des données actuelles de la science.

**— [lecanцер.fr](http://lecanцер.fr)**

Ce site a été créé par le Centre de lutte contre le cancer de Montpellier. Il a pour but d'apporter une information adaptée et exhaustive aux patients atteints de cancer et à leur entourage. C'est également un espace de débats via un forum du site, qui se veut être un lieu d'échange, de soutien et d'entraide.

**— [rosemagazine.fr](http://rosemagazine.fr)**

Rose Magazine est le premier magazine féminin pour les femmes concernées par le cancer. Distribué gratuitement dans les centres de lutte contre le cancer, il existe également en version web. Rose Magazine propose des enquêtes et des portraits, des guides pratiques mais aussi de l'aide financière, juridique et psychologique. Il donne également des conseils pour rester femme pendant cette épreuve, se maquiller, s'habiller, prendre soin de soi, voyager, bien manger, rêver, lire... C'est enfin un espace d'entraide et de témoignages, pour les patientes et pour leurs proches, via le forum ou la rubrique «petite flamme».

**— [AFSOS : Association Francophone de Soins Oncologiques de Support](http://AFSOS.org)**

[www.afsos.org/les-soins-de-support/  
decouvrir-tous-les-soins-de-support](http://www.afsos.org/les-soins-de-support/decouvrir-tous-les-soins-de-support)

L'AFOS a pour mission la promotion des soins de support et le soutien de la réflexion sur l'organisation des soins et l'expertise des professionnels. L'AFSOS a piloté la rédaction

de plus de 100 référentiels et organise un congrès annuel.

Avec le lien ci-dessus vous trouverez beaucoup d'informations et de conseils.

**— [NACRe - Réseau National Alimentation Cancer Recherche](http://www6.inra.fr/nacre/Le-reseau-NACRe/Outils-tous-publics)**

[www6.inra.fr/nacre/Le-reseau-NACRe/  
Outils-tous-publics](http://www6.inra.fr/nacre/Le-reseau-NACRe/Outils-tous-publics)

Ce réseau rassemble les équipes de recherche publique et les experts engagés dans le domaine « nutrition et cancer ». Il a pour mission première de contribuer au développement des recherches dans le domaine nutrition et cancer en favorisant les échanges scientifiques et le montage de projets pluridisciplinaires. Sa seconde mission est de transmettre les savoirs vers le grand public.

Avec le lien ci-dessus vous trouverez beaucoup d'informations et de conseils.

**— [LCC : Ligue contre le cancer](http://LCC.org)  
[ligue-cancer.net](http://ligue-cancer.net)**

Organisation non gouvernementale créée en 1918 et reconnue d'utilité publique, La Ligue contre le cancer a pour missions la prévention et la promotion des dépistages des cancers, l'accompagnement des personnes malades et de leurs proches ainsi que le soutien financier de la recherche publique dans tous les domaines touchant à la cancérologie.

Vous trouverez de nombreuses informations sur le cancer et les soins de support, ainsi que les coordonnées des espaces Ligue actifs dans chaque département et qui vous donneront accès à une offre de soins de support. Vous pourrez aussi rejoindre sur le site la communauté de patients qui souhaitent exprimer avis, ressentis ou idées.

**— [INCa : Institut National du cancer](http://INCa.org)  
[e-cancer.net](http://e-cancer.net)**

# — Sommaire

## 1

### PRÉVENIR PAR UNE BONNE HYGIÈNE DE VIE

Une alimentation équilibrée et une activité physique adaptée à votre situation médicale sont essentielles pour votre santé.

#### — L'alimentation au quotidien

##### L'activité physique adaptée

Les recommandations nationales

Les associations partenaires

## 2

### INFORMER, SENSIBILISER, ÉDUQUER

Tout au long de votre parcours de soins, vous serez accompagné dans vos démarches d'information pour augmenter votre autonomie.

#### Les structures d'accueil et d'information

À Paris : L'ERI, Espace Rencontre et Information

À Saint-Cloud : la Maison des Patients et des Proches

#### — L'éducation en santé du patient

## 3

### SOIGNER : LES UNITÉS DE SOINS DE SUPPORT

Tout au long de votre parcours de soins, votre équipe médicale peut vous adresser aux différents professionnels de soins de support.

#### — L'équipe de diététique-nutrition

#### — L'équipe de psycho-oncologie

#### — L'équipe de réadaptation fonctionnelle

#### — L'équipe du service social

#### — L'équipe douleur

#### — L'équipe de soins palliatifs

#### — L'équipe d'onco-gériatrie

#### — La consultation d'addictologie - Paris

#### — L'Unité recherche plaies et cicatrisation

#### — L'équipe infirmière de stomathérapie

#### — Les techniques non médicamenteuses comme l'hypnose ou la sophrologie

#### — Les soins socio-esthétiques

## 4

### COORDONNER LE PARCOURS DE SOINS

Dans certaines situations, nous assurons une coordination des soins en lien avec des acteurs de soins extrahospitaliers.

Focus sur quelques étapes du parcours de soins :

- **Le dispositif d'annonce**
- **L'unité d'accueil non programmé**
- **La cellule de coordination**
- **L'unité de surveillance**

Focus sur quelques étapes du parcours de soins :

- **Accueils Cancer de la Ville de Paris**
- **Les établissements partenaires**
- **Les réseaux de soins**
- **L'hospitalisation à domicile (HAD)**
- **Les services de soins infirmiers à domicile (SSIAD)**
- **Les prestataires de services au domicile**

## 5

### PROMOUVOIR LES DROITS DU PATIENT

Nous soutenons la promotion des droits des patients

La démocratie en santé :

- **Les associations de patients**
- **Les droits des patients**
  - La personne de confiance
  - Les directives anticipées
  - Le droit à la sédation profonde et continue jusqu'au décès
- **Les droits des proches**
- **Les lieux de cultes**
- **La Commission Ethique de l'Ensemble Hospitalier**



# Prévenir par une bonne hygiène de vie

## L'ALIMENTATION AU QUOTIDIEN

Il est conseillé de suivre les recommandations de prévention nutritionnelle des cancers (cf. tableau ci-dessous des recommandations de Santé Publique France 2019).



AUGMENTER

### Recommandations

### Commentaires

#### Les fruits et légumes

**Au moins 5 portions (de 80 à 100 g)** de fruits et légumes par jour sous n'importe quelle forme : frais, surgelés ou en conserve. Par exemple 3 portions de légumes et 2 fruits. Concernant les jus de fruit, seul un verre par jour peut compter pour une portion de fruits et légumes, en privilégiant les fruits frais pressés.

**Les légumes secs** (lentilles, haricots, pois chiches, etc.)

**Au moins 2 fois par semaine** car ils sont naturellement riches en fibres

**Les fruits à coques** (noix, noisettes, amandes et pistaches non salées, etc.)

**Une petite poignée par jour** car ils sont riches en oméga 3

Le « fait maison »

ALLER VERS

**Le pain complet ou aux céréales, les pâtes et le riz complets, la semoule complète**

**Au moins 1 féculent complet par jour** car ils sont naturellement riches en fibre.

Une consommation de **poisson gras et de poisson maigre** en alternance

**2 fois par semaine**, dont 1 poisson gras (sardines, maquereau, hareng, saumon)



## ALLER VERS

L'huile de colza, de noix, et d'olive	Les matières grasses ajoutées (huile, margarine) peuvent être consommées tous les jours en petites quantités. <b>Privilégiez l'huile de colza, de noix et d'olive.</b>
Une consommation de <b>produits laitiers</b> suffisante mais limitée	<b>2 produits laitiers</b> (beurre, lait, yaourt, fromage, fromage blanc, petits suisses) <b>par jour</b> . 1 portion = 150 ml de lait ou 125 g de yaourt ou 30 g de fromage.
<b>Les aliments de saison et les aliments produits localement</b>	Privilégier l'utilisation de produits bruts plutôt que les produits transformés, les aliments de saison, les circuits courts, et la variété en diversifiant les lieux et les modes d'approvisionnement.
<b>Les aliments bio</b>	

## RÉDUIRE

L'alcool	<b>Maximum 2 verres</b> par jour et pas tous les jours. Un verre = 10 cl pour le vin ou 25 ml de bière ou 3 cl de whisky, soit 10 g d'alcool
<b>Les produits et boissons sucrées</b>	Il est recommandé de <b>limiter les boissons sucrées, les aliments gras, sucrés, salés et ultra-transformés.</b>
<b>Le sel et les produits salés</b>	Il est recommandé de <b>réduire sa consommation de sel</b> : éviter le cumul tout au long de la journée des aliments salés et du sel de table.
<b>La charcuterie</b>	Limitier la charcuterie à <b>max 150 g par semaine.</b>
<b>La viande</b> (porc, bœuf, veau, mouton, agneau, abats, cheval, gibier)	Privilégier la volaille, et limiter les autres viandes pour viser environ <b>500 g par semaine.</b>

**Au sein des comportements à risque, nous retrouvons bien évidemment la consommation de tabac, d'alcool, l'exposition aux ultra-violets mais également le caractère déséquilibré de l'alimentation et la sédentarité.**

### Quelques conseils à suivre :

— Éviter les portions et les consommations excessives, le grignotage, la consommation régulière de produits grillés ou avec un brunissement fort, les régimes restrictifs (cétogènes, amaigrissants, jeûne thérapeutique, acido-basique, etc.).

### Source

[invs.santepubliquefrance.fr/Publications-et-outils/Rapports-et-syntheses/Maladies-chroniques-et-traumatismes/2019/Recommandations-relatives-a-l-alimentation-a-l-activite-physique-et-a-la-sedentarite-pour-les-adultes](https://invs.santepubliquefrance.fr/Publications-et-outils/Rapports-et-syntheses/Maladies-chroniques-et-traumatismes/2019/Recommandations-relatives-a-l-alimentation-a-l-activite-physique-et-a-la-sedentarite-pour-les-adultes)

— La consommation de compléments alimentaires supérieure aux apports nutritionnels conseillés, hors carence avérée, n'est pas recommandée selon les données scientifiques actuellement disponibles.

— Enfin, prenez suffisamment de temps pour manger et profiter des repas.

## Les régimes restrictifs et le jeûne

### Le jeûne thérapeutique, et régimes restrictifs (cétogène, pauvre en glucides) :

Aucun effet bénéfique n'a été démontré, que ce soit sur la maladie ou sur les effets du traitement. Certaines études ont même rapporté des effets délétères de ces régimes comme une diminution de l'efficacité des traitements anticancéreux, ainsi qu'un risque d'aggravation de la dénutrition. Ils ne vous sont donc pas conseillés actuellement. Toutefois, si malgré tout, vous souhaitez pratiquer le jeûne ou un régime restrictif, il est important d'en informer votre médecin traitant et votre oncologue référent.

### Les interactions entre l'alimentation et les médicaments

**Le jus de pamplemousse :** à éviter car il contient des substances qui ont la capacité d'inhiber le cytochrome P3A4 (CYP3A4). Il en résulte une augmentation de la toxicité de certaines chimiothérapies (type : Taxol®, Taxotère®, Holoxan®, Navelbine®, Tarceva®, Iressa®...), et induit un risque de surdosage.

**Le millepertuis :** est à l'inverse un inducteur du CYP3A4 et diminue l'efficacité du traitement.

**Le thé vert :** on ne connaît pas de bénéfice associé à la consommation de thé vert pendant les traitements du cancer. À l'inverse, on sait que **le thé vert peut augmenter la toxicité des chimiothérapie et réduire l'efficacité de la chimiothérapie ou de la radiothérapie. Il est donc plus prudent d'éviter de consommer du thé vert le jour du traitement, ainsi que les deux jours qui le précèdent et le suivent.**

**Compléments alimentaires et aliments «anti-cancer» :** la consommation de

compléments alimentaires ou d'aliments "miracle" (curcuma, spiruline..) n'est pas recommandée. Il n'a pas été démontré d'effet bénéfique pendant la maladie et certains compléments peuvent réduire l'efficacité de traitements anti-cancéreux. Les allégations anti-cancer pour certains compléments alimentaires proviennent d'études réalisées uniquement sur des cellules et des animaux et n'ont jamais confirmé leur bénéfice anti-cancer sur l'homme.

### Le soja et les phytoestrogènes :

Un apport élevé en phytoestrogènes (supérieur à 1 mg/kg/j) à partir d'aliments à base de soja ou de compléments alimentaires n'est pas recommandé. Pour les personnes ayant l'habitude d'en consommer ou souhaitant en consommer, une quantité modérée correspond à 1 à 2 portions par jour d'aliment à base de soja, comme le tofu, le lait de soja, les fèves d'edamame et les graines de soja... (une portion apporte environ 7 g de protéines et 25 mg de phytoestrogènes). Les phytoestrogènes sont contenus dans une partie protéique du soja. La lécithine de soja, l'huile de soja, ou la sauce soja peuvent donc être consommées librement. Par ailleurs les haricots mungo (pousses de soja) ne contiennent pas de phytoestrogènes.

**Si votre chimiothérapie contient de l'oxaliplatine :** le froid majora les sensations de fourmillements dans les mains ou les pieds, évitez de consommer les aliments trop froids ou glacés.

## Pour en savoir plus

L'Institut Curie met à votre disposition des conférences Nutrition-Cancer pour vous informer pendant et après vos traitements. Les dates sont disponibles sur [curie.fr](http://curie.fr).

Pour vous inscrire ou vous renseigner :  
[infosnut@curie.fr](mailto:infosnut@curie.fr) ou au 01 56 24 58 97

— **NACRe - Réseau National Alimentation Cancer Recherche** [www6.inra.fr/nacre](http://www6.inra.fr/nacre)

— **Institut national du cancer**  
[www.e-cancer.fr/Comprendre-prevenir-depister/Reduire-les-risques-de-cancer](http://www.e-cancer.fr/Comprendre-prevenir-depister/Reduire-les-risques-de-cancer)

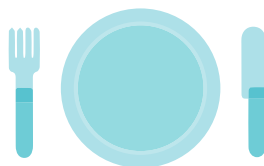
— **Cancer Environnement**  
| Portail officiel des risques de cancer  
[www.cancer-environnement.fr/](http://www.cancer-environnement.fr/)

— **Actualité de la SNFCM**  
[www.sfnm.org/](http://www.sfnm.org/)

— **Manger Bouger** : [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

— **Alimentation et cancer - Ligue contre le cancer**  
[www.liguecancer.net/shared/brochures/alimentation-cancer.pdf](http://www.liguecancer.net/shared/brochures/alimentation-cancer.pdf)

— **Les ateliers de cuisine de La Salle Beauvais**  
[vite-fait-bienfaits.fr/s/les-ateliers-1.php](http://vite-fait-bienfaits.fr/s/les-ateliers-1.php)





## L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET/OU SPORTIVE PENDANT ET APRÈS LES TRAITEMENTS

L'Institut Curie se mobilise et s'engage pour la promotion de l'activité physique et/ou sportive, thérapeutique non médicamenteuse, par la mise en place d'une coordination autour des offres mises à votre disposition. Les missions de cette coordination sont de vous permettre :

- d'avoir accès aux connaissances et recommandations,
- de bénéficier de conseils adaptés à votre état physique,
- d'accéder à des programmes adaptés tout au long de votre parcours de soins en sécurité,
- d'être orienté près de chez vous afin d'adopter un mode de vie actif.

Tout au long de votre parcours de soins et après la maladie, il est essentiel de pouvoir maintenir une vie active, sur la base de repères formulés par les principales sociétés savantes nationales et internationales (Institut National du Cancer, National Comprehensive Cancer Network, American Cancer Society, American College of Sports Medicine) qui soient compatibles avec votre état physique.

Nous sommes à votre disposition pour vous aider dans votre démarche, pour vous conseiller ou encore vous orienter, afin de garantir une pratique en sécurité avec du plaisir, en appui des partenaires qui

interviennent à l'Institut Curie et qui sont présents sur le champ du sport-santé près de chez vous.

Nous vous laissons découvrir dans ce livret les éléments que nous pensons utiles dans la compréhension du rôle essentiel de l'activité physique et sportive dans le cadre d'une pathologie cancéreuse et espérons que nous pourrions vous offrir, à travers des offres ponctuelles, mais aussi permanentes, la possibilité d'essayer voire d'intégrer dans votre quotidien un comportement positif pour votre qualité de vie globale et votre santé en bougeant chaque jour.

### Qu'est-ce que l'activité physique ?

L'activité physique correspond à « tout mouvement corporel produit par contraction des muscles squelettiques entraînant une augmentation de la dépense énergétique par rapport à la dépense énergétique de repos » (Caspersen 1985).

Sachez que l'activité physique ne se limite pas à l'activité sportive. L'activité physique concerne tous les mouvements de la vie courante et professionnelle, comme par exemple : marcher, jardiner, faire du ménage, faire ses courses, monter les escaliers...

**Les recommandations** concernant l'activité physique et la sédentarité visent à inciter les personnes à faire, d'une part, davantage d'activité physique et, d'autre part, à réduire le temps passé assis dans la journée. En effet, un individu peut à la fois être actif, c'est-à-dire faire du sport ou des activités physiques tel qu'il est recommandé, mais aussi être très sédentaire, c'est-à-dire passer beaucoup de temps assis et souvent de façon prolongée dans sa vie quotidienne.

## L'activité physique, adaptée si nécessaire, ou sportive : de nombreux bénéfices

Dès le début et pendant les traitements, il est conseillé de mettre en place ou de poursuivre une activité physique régulière et adaptée de manière quotidienne.

L'idée est de mener une vie aussi active que possible, en poursuivant ce que l'on aime faire.

Cette activité physique régulière contribuera à une meilleure qualité de vie globale pendant et après les traitements, en soulageant de nombreux symptômes tels que la fatigue, en améliorant le sommeil, en ayant un moral plus positif et moins d'effets secondaires. L'activité physique et sportive favorise un meilleur état nutritionnel et contribue à une meilleure image de soi.

Il est démontré qu'une activité physique suffisante, régulière et prolongée (selon les critères d'intensité, de durée et de fréquence) permet de diminuer le risque de récurrence, d'améliorer la qualité et l'espérance de vie. On parle de « thérapie non médicamenteuse » qui peut être prescrite par votre médecin (oncologue ou généraliste) ; un certificat de non-indication à la pratique qui peut être accompagné d'une prescription est obligatoire pour démarrer. Un modèle de prescription <sup>(1)</sup> incluant le certificat de non-indication est à votre disposition.



## Les recommandations de pratique d'activité physique pendant les traitements

Les médecins recommandent la pratique d'une activité physique régulière, adaptée à votre état de santé. Si l'activité physique est essentielle, les conditions de pratique varient en fonction de l'état de santé, des traitements, des souhaits et possibilités individuels. Les repères précis de pratique (durée – intensité – fréquence) en cours de traitement restent conditionnés par votre état clinique et la survenue possible d'effets indésirables des traitements.

L'objectif prioritaire pendant les traitements sera de prévenir la survenue de la sédentarité et la diminution de niveau d'activité physique dès le début de la prise en charge médicale.

Pour cela, il est recommandé de :

- **limiter et rompre (toutes les 2 heures) les temps de sédentarité (périodes prolongées passées en position allongée ou assise, déplacements en voiture en tant que passager, la lecture ou l'écriture en position assise, la position assise en regardant la télévision, le travail de bureau sur ordinateur, etc.)**
- **entrecouper avec des phases courtes d'activité de quelques minutes : se lever, se déplacer, etc.**
- **reprendre un comportement actif dès que possible dans les suites de la chirurgie (sauf contre-indication médicale)**
- **démarrer ou maintenir un mode de vie actif adapté pendant la radiothérapie et les traitements médicaux.**

Après une phase d'immobilisation, un reconditionnement ou un entraînement à l'effort peuvent être indiqués, avec une prise en charge spécialisée en rééducation fonctionnelle (voir Unité de rééducation fonctionnelle).



Une prescription<sup>(1)</sup> d'activité physique adaptée peut être faite par votre oncologue afin de bénéficier de cours d'activité physique adaptée dispensés par les professionnels des associations de l'activité physique et sportive partenaires de l'Institut Curie.  
**Renseignez-vous !**

### **Les recommandations de pratique d'activité physique après les traitements**

Les recommandations en matière d'activité physique dans les suites des traitements rejoignent celles de la population générale. L'objectif est l'adoption d'un mode de vie actif reprenant les principes définis comme optimaux pour la population générale (ANSES, 2016) à savoir :

— **réduire le temps de sédentarité quotidien** en position assise ou allongée et rompre les périodes prolongées de sédentarité

— au moins **30 minutes\*** d'exercice cardiorespiratoire par jour, au moins **5 jours par semaine** en évitant de rester plus de 2 jours consécutifs sans pratiquer, d'**intensité modérée à élevée** avec de courtes périodes d'aérobic d'intensité élevée (cf. tableau)

— au moins **2 séances** par semaine de **renforcement musculaire** modéré des membres inférieurs, supérieurs et du tronc, en respectant 1 à 2 jours de récupération entre deux séances : cela correspond, par exemple, au port de courses ou à la montée et descente d'escaliers

— des **pratiques d'assouplissement** et de mobilité articulaire **2 à 3 fois** par semaine : étirements maintenus **10 à 30 secondes** et répétés **2 ou 3 fois** (sans inconfort ni raideur)

— des exercices d'équilibre au moins **2 fois** par semaine peuvent être intégrés aux activités quotidiennes ou de loisir des patients âgés de 65 ans et plus.

## Exemples d'activité physique sollicitant l'aptitude cardiorespiratoire selon le contexte de pratique et l'intensité

INTENSITÉ	Repères d'intensité	Activités de la vie quotidienne	Activité physique de loisir
MODÉRÉE	Essoufflement modéré Conversation possible Transpiration modérée Échelle de pénibilité de l'OMS : 5 à 6 sur 10 55 % à 70 % de FCmax	Marche à 5 - 6,5 km/heure Montée d'escaliers à vitesse lente	Nage  Vélo à 15 km/heure
ÉLEVÉE	Essoufflement marqué Conversation difficile Transpiration abondante Échelle de pénibilité de l'OMS : 7 à 8 sur 10 70 % à 90 % de FCmax	Marche rapide supérieure à 6,5 km/heure  Montée d'escaliers à vitesse rapide	Course à pied 8 - 9 km/heure  Vélo à 20 km/heure

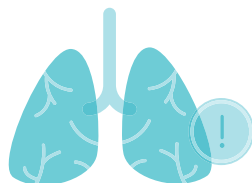
### Source

Anses 2016

Ces repères sont des objectifs de moyen à long terme. Les notions d'individualisation et de progressivité sont fondamentales. Il est recommandé de **pratiquer de manière progressive**, tant au cours d'une séance que lors de la reprise d'activité.

Attention : l'apparition de signes comme des douleurs musculaires persistantes, une fatigue importante et/ou inhabituelle, une baisse de vigilance, constituent des **signes d'alerte de mauvaise tolérance à l'activité physique**. Elles imposent un allègement temporaire du programme ou des occupations spontanément réalisées.

*\* ou : 150 minutes d'activité d'endurance d'intensité modérée ou au moins 75 minutes d'activité d'endurance d'intensité soutenue, ou une combinaison équivalente d'activité d'intensité modérée et soutenue.*



## ½ journée d'information et de sensibilisation (1h30) de l'Institut Curie sur les bienfaits de l'activité physique

L'Institut Curie met à votre disposition, une ½ journée mensuelle de sensibilisation et d'orientation pour vous permettre d'avoir les informations nécessaires sur la pratique de l'activité physique au début et tout au long de votre parcours afin que vous puissiez initier ou poursuivre une pratique de manière sécurisée et connaître les effets bénéfiques de cette thérapeutique non médicamenteuse.

Il s'agit de bien ou mieux comprendre l'importance de l'activité physique et sportive dans la prise en charge de votre maladie et de vous encourager à la maintenir ou à la mettre en place par des conseils et des propositions d'orientation adaptés.

Des affiches et flyers sont à votre disposition à l'ERI, à la Maison des patients et des proches ainsi qu'en salle d'attente. La programmation annuelle des ½ journées de sensibilisation « **Mon activité physique pendant et après mes traitements : des repères pour mon quotidien** » est à consulter sur le site [www.curie.fr](http://www.curie.fr)

**Enregistrez-vous dès maintenant à une date qui vous conviendra !**

## Cours collectifs d'activité physique et sportive de l'Institut Curie

Des cours collectifs en partenariat avec les associations présentes à l'Institut Curie sont mis à disposition des patients en cours de traitement. Plusieurs créneaux sont proposés et des programmes adaptés encadrés par des professionnels formés vous sont destinés. Une prescription d'activité physique – en fonction de vos limitations fonctionnelles – peut être faite par votre médecin (oncologue – généraliste). Cette démarche de vouloir participer peut être faite seul(e) en vous adressant au contact ci-après. Un certificat de non contre-indication à la pratique sera demandé avant tout démarrage des cours.

N'oubliez-pas, les bénéfices sont d'autant plus importants que l'activité physique est débutée précocement.

## Bilan avec tests de condition physique

Un bilan avec tests de la condition physique (force musculaire – souplesse – etc.) est envisageable sur rendez-vous. Il permet notamment de faire un point sur votre condition physique. Des indications individuelles de mise en œuvre de l'activité physique adaptée au plus proche de recommandations vous seront remises.

Tous les cours collectifs mis en œuvre à l'Institut Curie tiennent compte de vos capacités et comportent des exercices dédiés à vous permettre d'initier ou de maintenir un niveau d'autonomie et d'activité physique suffisant pour atteindre les repères pendant et après les traitements.

*Une participation financière calculée sur le quotient familial pourra être demandée par nos partenaires de l'activité physique et sportive. Elle ne doit pas être un frein à la mise en place de ce traitement non médicamenteux.*





## Réalisez un test sur votre niveau d'activité physique (auto-évaluation)

Pour mieux connaître votre niveau d'activité physique quotidien au début de votre parcours de soins ou en cours de traitement, nous vous suggérons de remplir l'auto-questionnaire mis à votre disposition en annexe ; ce test Ricci et Gagnon peut être réalisé seul. Il ne nécessite que quelques minutes d'attention. Après avoir complété ce questionnaire, comptabilisez la somme totale de vos points et découvrez votre profil : êtes-vous, actif – inactif ou très actif ? Vous pouvez – si vous le souhaitez - déposer votre questionnaire de manière anonyme ou complété de vos coordonnées (NIP Institut Curie) dans la boîte aux lettres « Activité Physique » située au 25, rue d'Ulm 75005 Paris (face à l'ascenseur). Si vous souhaitez être contacté pour initier ou maintenir une démarche en activité physique, merci de laisser vos coordonnées sur le questionnaire ou de manière libre, nous prendrons contact avec vous. Sachez qu'il n'est jamais trop tard pour commencer et mettre en route une démarche positive pour votre santé !

## Activité Physique connectée

Nous espérons prochainement pouvoir vous faire bénéficier des avancées technologiques en matière d'outils connectés pour la mise en pratique de l'activité physique à distance. Ces technologies sont des applications permettant pour un certain nombre d'entre vous de favoriser le démarrage, le maintien ou la poursuite de leur(s) activité(s) au quotidien. Ces applications peuvent offrir différents axes de mise en pratique sous la forme d'animations en groupe ou encore de cours individuels après un bilan et tests physiques qui peuvent eux aussi être à réalisés avec l'appui d'applications connectées certifiées. Les patients, les médecins oncologues et les professionnels de l'activité physique pourraient ainsi avoir un meilleur suivi de leurs patients et de leur

pratique avec des programmes personnalisés et accessibles. Ces applications connectées doivent être simples d'utilisation et fiables pour garantir la sécurité des programmes et des données collectées. **A suivre !**

*Pensez à créer votre DMP (Dossier Médical Partagé ou carnet de santé) et à déclarer sur [www.dmp.fr](http://www.dmp.fr) que vous pratiquez de l'activité physique selon les recommandations santé.*

Nous contacter sur Paris et Saint-Cloud :

[activitesphysiques@curie.fr](mailto:activitesphysiques@curie.fr)

Tél : 01 44 32 40 98

[www.curie.fr](http://www.curie.fr)

## Pour en savoir plus

— [www.mangerbouger.fr/activite-physique](http://www.mangerbouger.fr/activite-physique)

— [www.retouradomicile.fr/soins-de-support/activite-physique-adaptee/pourquoi-pratiquer/](http://www.retouradomicile.fr/soins-de-support/activite-physique-adaptee/pourquoi-pratiquer/)

— [www.e-cancer.fr/Professionnels-de-sante/Facteurs-de-risque-et-de-protection/Activite-physique/Activite-physique-et-traitement-des-cancers](http://www.e-cancer.fr/Professionnels-de-sante/Facteurs-de-risque-et-de-protection/Activite-physique/Activite-physique-et-traitement-des-cancers)

— [www.sportetcancer.com](http://www.sportetcancer.com)

— [www.sielbleu.org](http://www.sielbleu.org)

— <https://solidarites-sante.gouv.fr/prevention-en-sante>

— <https://pole-sante.creps-vichy.sports.gouv.fr>



# Informier, sensibiliser, éduquer

## ESPACES D'ACCUEIL ET D'INFORMATION POUR LES PATIENTS ET LEURS PROCHES

Lieux «ressource» pendant et après les traitements, deux espaces sont à votre disposition : l'Espace de Rencontres et d'Information (ERI) à Paris et la Maison des Patients et des Proches à Saint-Cloud.

Sur chaque site, une accompagnatrice en santé et des bénévoles forment une équipe à votre écoute pour répondre à vos besoins d'information, d'orientation, d'échanges.

Leurs missions sont les suivantes :

- Être à l'écoute de vos interrogations.
- Fournir des brochures validées sur le cancer et ses traitements.
- Vous aider à vous approprier votre parcours de soins.
- Vous informer et vous orienter vers les professionnels de soins de support ou de l'unité d'éducation en santé du patient *(voir paragraphe spécifique ci-dessous)*.
- Vous orienter vers les ressources proches de votre domicile.

Nous organisons des conférences thématiques sur les sujets de préoccupations les plus importants comme la gestion des effets secondaires de l'hormonothérapie, la nutrition, l'activité physique adaptée, etc. Les informations sur l'organisation de ces conférences sont disponibles :

— Sur le site internet de l'Institut Curie ou l'application [mycurie.fr](https://mycurie.fr)

— Sur des flyers disponibles à l'hôpital de jour de chimiothérapie et par voie d'affichage dans l'hôpital (hall d'entrée ou salle d'attente)

Nous vous proposons un parcours de mieux être en participant à des ateliers collectifs ; par exemple des ateliers d'art thérapie, de yoga, de qi gong, de sophrologie, de méditation, de marche nordique etc.

### Pour nous rencontrer ou nous contacter à Paris :

Espace de Rencontres et d'Information (ERI)

25 rue d'Ulm, Paris

01 44 32 40 81

[messagerie.eri@curie.fr](mailto:messagerie.eri@curie.fr)

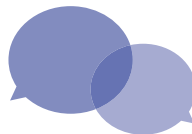
### Pour nous rencontrer ou nous contacter à Saint-Cloud :

Maison des Patients et des Proches

20 rue de la Libération, Saint-Cloud

01 47 11 23 40

[sc.maison-des-patients@curie.fr](mailto:sc.maison-des-patients@curie.fr)



## L'ÉDUCATION DU PATIENT

L'éducation thérapeutique du patient (ETP) est un ensemble de pratiques qui consiste à **inclure de la pédagogie dans les soins**, dans le but de permettre aux personnes malades de développer, de déployer, d'acquérir des compétences leur permettant d'améliorer leur état de santé.

Les objectifs sont le développement des savoirs et des compétences médicales, l'adoption de comportements favorables à l'amélioration de leur santé et de leur qualité de vie.

Elle est proposée à l'hôpital sous forme de séances individuelles, d'ateliers collectifs, de conférences à l'attention des patients et de leurs aidants. Les séances ou ateliers sont animés par des soignants de l'Institut ainsi que des patients partenaires.

Les thèmes abordés sont le port-a-cath (chambre implantable), les effets secondaires des traitements, l'interprétation du bilan sanguin, la diététique, la compréhension de la physiologie de la maladie et des traitements, les bienfaits de l'activité physique, la reprise de l'activité professionnelle, la douleur, l'adaptation au changement, la communication avec son entourage, la préparation à une consultation médicale/paramédicale, l'hormonothérapie, la sexualité, etc.



### Qui vous oriente vers nous ?

**Vous-même**, en vous inscrivant par téléphone, messagerie ou à l'accueil du site Paris en haut de la passerelle.

**Les médecins, chirurgiens, soignants** que vous avez rencontré-e-s pourront vous proposer de participer à un programme d'éducation. Vous devrez vous inscrire directement car cette démarche est le garant de votre motivation personnelle, préalable indispensable au bon déroulé de ce parcours.

**Pour nous rencontrer et nous contacter, pour l'ensemble des patients des sites Paris ou Saint Cloud :**

**Bureau d'accueil - hall 26 rue d'Ulm**

**01 56 24 58 97**

**utep@curie.fr**





# Soigner : les unités de soins de support

## L'ÉQUIPE DE DIÉTÉTIQUE-NUTRITION

À l'Institut Curie, la nutrition est considérée comme un véritable soin dans la prise en charge globale de la maladie, et les diététiciennes ont pour but de veiller au bon état nutritionnel des patients. Notre priorité est de prévenir et combattre les éventuels problèmes de dénutrition liés aux traitements ou à la maladie et d'adapter l'alimentation aux effets secondaires des traitements, contribuant ainsi à votre bien-être et votre qualité de vie.

### Nos missions

— Information par des conférences de sensibilisation nutritionnelle et des ateliers nutritionnels d'éducation thérapeutique (cf page 19 « éducation du patient).

— Prévention et prise en charge de la dénutrition.

— Conseils et prescriptions diététiques : effets secondaires des traitements, perte d'appétit et perte de poids, gêne à la déglutition troubles du transit.

— Prescriptions de complémentation nutritionnelle orale.

— Prise en charge par nutrition artificielle (sonde gastrique ou voie intraveineuse sur

prescription de l'équipe médicale).

— Suivi systématique dès le début du traitement dans certaines situations (patients suivis pour tumeurs ORL, digestives, patients en secteur de greffe, population d'adolescents/jeunes adultes, pédiatrie...).

Pour les patients qui le souhaitent une prise en charge diététique pourra être organisée en ville, à un tarif préférentiel, par les diététiciens du réseau Oncodiet (consultations par des diététiciennes libérales spécialisées) sur présentation du flyer validé par un médecin de l'Institut Curie

### Qui vous oriente vers nous ?

Les médecins, chirurgiens, soignants que vous avez rencontrés.

### Où rencontrer notre équipe ?

En consultation ou en hospitalisation de jour ou conventionnelle.

— Pour nous contacter à Paris :  
01 44 32 44 97

— Pour nous contacter à Saint-Cloud :  
01 47 11 15 24

## L'ÉQUIPE DE PSYCHO-ONCOLOGIE (UPO)

L'Unité de Psycho-Oncologie adulte regroupe des psychologues et des psychiatres qui travaillent auprès de patients atteints de cancer suivis à l'Institut Curie, que ce soit en cours de traitement, en amont pour les personnes à risque génétique, ou en aval pendant les premiers mois suivant la fin des traitements spécifiques du cancer.

### Nos missions :

Notre rôle consiste à évaluer, accompagner et prendre en charge les réactions psychologiques ou les troubles psychologiques ou psychiatriques qui peuvent survenir dans le contexte du diagnostic et des traitements du cancer et générer une détresse psychologique.

### Nous proposons :

**— des entretiens pour les patients qui peuvent se faire en individuel, en couple, parfois en famille ; et sont d'une durée moyenne de 45 minutes.**

Ils ont lieu en salle de consultation pour les personnes ambulatoires, au lit du malade en hospitalisation conventionnelle ou de jour.

Ils font l'objet d'un compte rendu synthétique dans votre dossier médical pour une meilleure coordination avec les autres professionnels de l'Institut Curie qui vous prennent en charge.

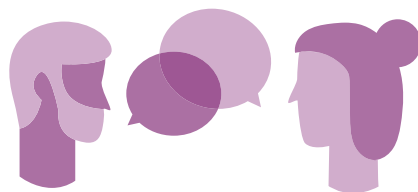
La durée du suivi est très variable, allant d'une rencontre unique à un suivi de plusieurs mois ou années en fonction de votre problématique.

**— des entretiens pour les proches de patients (conjoint, enfant, parent, autre proche), à n'importe quel moment du parcours de soins.**

**— des groupes de relaxation sont proposés durant la période des traitements et au décours de celle-ci (jusqu'à 2 ans après la fin du traitement de radiothérapie de clôture) pour des patients qui souhaitent**

**apprendre à mieux contrôler leurs émotions ou certains symptômes qui les gênent.**

Ces groupes sont fermés et fonctionnent sur la base de 6 séances consécutives d'1h30 qui ont lieu en fin de matinée, le mardi ou le jeudi. Ils sont toujours précédés d'une rencontre avec le psychologue en charge du groupe.



### Qui vous oriente vers nous ?

**Tout patient peut demander à rencontrer un membre de l'Unité** à un moment ou l'autre de son parcours de soins, dès lors qu'il éprouve une détresse ou simplement un besoin de parler de l'expérience de sa maladie et de ses traitements.

Les soignants que vous rencontrez au fil de votre parcours de soins vous proposeront de façon systématique une prise en charge par un psycho-oncologue :

**— si vous présentez un trouble psychique antérieur à la survenue du cancer (exemple : trouble anxieux ou dépressif, trouble psychotique, comportement addictif) ;**

**— si vous présentez un état dépressif avec idées noires ou un trouble du comportement ;**

**— si vous avez des difficultés repérées à suivre le traitement qui vous est recommandé.**

— et dans quelques autres situations particulières relevant d'une évaluation psycho-oncologique au moins ponctuelle (si vous êtes adolescent ou jeune adulte, suivi en oncogénétique ou pris en charge pour une douleur chronique etc.)



### Où rencontrer notre équipe ?

En consultation ou en hospitalisation de jour ou conventionnelle

Pour nous contacter à Paris :

01 44 32 40 33

Pour nous contacter à Saint-Cloud :

01 47 11 23 80

### Quelle est la durée du suivi ?

En cas de difficultés persistantes au fil du temps ou lorsque les problèmes repérés n'ont pas directement trait à la situation de maladie, l'équipe de psycho-oncologie réfléchit avec vous à un adressage vers un autre professionnel du soin psychique. Notre rôle est alors de vous aider à trouver un relais ou un autre lieu de soins psychiques en dehors de l'Institut Curie, comme par exemple :

— l'équipe du centre médico-psychologique dont vous dépendez géographiquement ;

— une psychologue des Accueils Cancer de la Ville de Paris, ou du comité de la Ligue contre le Cancer de votre département, ou encore d'un réseau de cancérologie ;

— un psychologue ou psychiatre ou psychothérapeute en ville.

## L'UNITÉ DE RÉÉDUCATION FONCTIONNELLE

L'Unité de rééducation fonctionnelle est constituée d'une équipe de masseurs-kinésithérapeutes habilités à vous accompagner tout au long de votre parcours de soins, par l'intermédiaire de techniques manuelles ou instrumentales, afin de renforcer, restaurer ou suppléer une fonction altérée.

Leurs expertises et la variété des outils dont ils disposent leur permettent d'intervenir au sein d'actions de prévention et de rééducation adaptées à la diversité des pathologies et des soins. Les objectifs de rééducation visent à améliorer votre qualité de vie et votre autonomie en vous aidant à retrouver une aisance dans vos mouvements du quotidien, favoriser une meilleure prise de conscience de votre corps et de votre respiration.

Dans ce cadre, l'apprentissage de techniques psychocorporelles, telles que la relaxation ou l'hypnoanalgésie, peuvent vous être proposées afin de mieux gérer vos symptômes et améliorer votre bien-être.

Au cours de votre suivi, des exercices vous seront proposés et expliqués afin que vous puissiez poursuivre de façon active et autonome votre réhabilitation.

Le masseur-kinésithérapeute pourra vous conseiller dans le choix d'aides techniques ou de dispositifs susceptibles de contribuer à votre bien-être et votre autonomie au quotidien.

La fatigue est un symptôme fréquent durant les traitements. Celle-ci est multifactorielle et peut faire l'objet d'une prise en charge multidisciplinaire incluant la kinésithérapie.

## Qui vous oriente vers nous ?

L'équipe de rééducation intervient sur **prescription médicale** tout au long du traitement, principalement en hospitalisation. À l'issue de votre hospitalisation, un lien avec les professionnels de ville est assuré afin de permettre la continuité de vos soins.

### Pour nous contacter à Paris :

01 44 32 42 22

### Pour nous contacter à Saint-Cloud :

01 47 71 23 80

## Pour en savoir plus

— Liste de kinésithérapeutes libéraux pour des drainages lymphatiques manuels : [www.aktl.org](http://www.aktl.org)

— Association vivre mieux le lymphœdème (avml) : [www.avml.fr](http://www.avml.fr)

## LE SERVICE SOCIAL

Lorsque la maladie survient, elle peut bouleverser ou fragiliser la vie des personnes, l'organisation familiale et la situation professionnelle. Anticiper au plus tôt les éventuelles difficultés facilite l'accompagnement dans le parcours de soins.

Le service social hospitalier intervient dans divers domaines, dès l'instant où la maladie accentue ou engendre des difficultés. L'assistant(e) social(e) établit avec les personnes une relation de confiance, fondée sur l'accueil et l'écoute. Elle contribue à améliorer les conditions de vie sur le plan social, sanitaire, familial, économique et professionnel.

Le service social hospitalier travaille au sein d'une équipe pluridisciplinaire dans l'intérêt de la personne et partage certaines informations nécessaires à la prise en charge globale. L'assistant(e) social(e) est néanmoins soumis(e) au secret professionnel.

Le service social intervient au travers d'accompagnements individualisés ou dans le cadre d'ateliers d'intérêt collectif. Ces deux modes d'interventions complémentaires apportent un éclairage et un soutien étayant pour les patients. C'est aussi un espace libre d'échange à visée sociale et non médicale.

Chaque situation rencontrée fera l'objet d'une évaluation sociale globale pour répondre au mieux aux besoins de chacun et proposer un plan d'aide adapté, en tenant compte de vos ressources environnementales. Il est essentiel, pour la mise en place de cet accompagnement, que la personne se mobilise et soit actrice de son projet, quel qu'il soit.

### Le service a pour principales missions de :

- Conseiller, orienter, accompagner les patients et leurs proches
- Assurer l'accès aux droits des patients
- Soutenir et accompagner les personnes dans les démarches administratives
- Participer à l'organisation de la sortie d'hospitalisation (possible mise en place d'aides au domicile et coordination avec différents partenaires)
- Informer sur les problématiques liées au maintien et/ou retour à l'emploi

### Qui peut solliciter le service social ?

Le patient, son entourage ou les professionnels de santé.

### Où rencontrer notre équipe ?

Pour la première rencontre, une permanence est assurée tous les jours par une assistante sociale pour une première évaluation de votre situation, pour vous orienter en fonction de vos besoins, par téléphone ou lors d'un entretien.

Les assistantes sociales interviennent ensuite en consultation, en hospitalisation de jour ou en hospitalisation conventionnelle.

#### Pour nous contacter à Paris :

Permanence téléphonique,  
tous les jours de 9h à 17h

**01 56 24 68 77**

#### Pour nous contacter à Saint-Cloud :

Permanence téléphonique, lundi,  
mercredi et vendredi de 9h à 12h30

**01 47 11 15 17**

## L'ÉQUIPE DOULEUR

Dans le parcours du patient atteint de cancer, la douleur est un symptôme fréquent dont les origines sont nombreuses : la tumeur elle-même, certains examens comme les ponctions ou les biopsies, ou certains traitements (chirurgie, chimiothérapie ou radiothérapie). Les douleurs peuvent survenir à n'importe quel moment de la maladie, y compris en période de rémission.

Il est important de ne pas rester avec une douleur que l'on ne parvient pas à maîtriser. Elle peut avoir des répercussions sur la vie personnelle, familiale, professionnelle et sociale. N'hésitez surtout pas à parler de vos douleurs à votre médecin ou au personnel soignant.

La majorité des douleurs peut être prise en charge par votre médecin traitant ou oncologue référent. Mais la douleur persiste parfois malgré les traitements de premier recours. Votre médecin oncologue peut alors vous orienter vers une consultation avec

un médecin spécialiste de la douleur. Son rôle sera d'évaluer le syndrome douloureux, d'en trouver les causes et de déterminer les moyens les plus efficaces pour la soulager.

### Nos missions :

- Apporter notre expertise en matière d'évaluation et de prise en charge de la douleur.
- Évaluer, prévenir et traiter la douleur, en collaboration avec les équipes soignantes des services d'hospitalisation ou des services de soins externes.
- Aider à la mise en place de moyens médicamenteux ou non médicamenteux pour la prise en charge des douleurs induites par les soins.
- Aider à la prise en charge des patients porteurs d'analgésie intrathécale.

### Qui vous oriente vers nous ?

Les médecins, chirurgiens, soignants que vous avez rencontrés.

Vous pouvez aussi en faire la demande directement ou à votre équipe soignante.

### Où rencontrer notre équipe ?

En consultation, en hospitalisation de jour ou conventionnelle.

#### Pour nous contacter sur Paris :

**01 44 32 46 44**

#### Pour nous contacter sur Saint-Cloud :

**01 47 71 91 12**



## L'ÉQUIPE DE SOINS PALLIATIFS

Les soins palliatifs sont intégrés au parcours de soins oncologiques dès lors qu'ils le justifient par la complexité d'une situation. Contrairement aux idées reçues, ils ne sont pas réservés exclusivement pour le patient en fin de vie.

Les soins palliatifs sont des soins personnalisés et actifs délivrés dans une approche globale de la personne atteinte de cancer en phase avancée. L'objectif est de favoriser une qualité de vie au quotidien en soulageant les symptômes et en particulier la douleur, la souffrance psychologique, les difficultés familiales et sociales ou la détresse existentielle et spirituelle. L'accompagnement des proches est aussi proposé.

L'équipe de soins palliatifs est composée de médecins, d'infirmières et d'assistantes médicales.

### Nos missions :

- Soulager les symptômes
- Favoriser l'autonomie,
- Soutenir les proches,
- Préserver la qualité de vie,
- Définir le projet de soins personnalisés après concertation avec les différents acteurs de soins,
- Coordonner les soins en continuité avec les soignants en ville, médecins traitants, les réseaux de soins palliatifs, les HAD (hospitalisation à domicile), les infirmières libérales et les prestataires de service.

*\*\* La fin de vie : L'équipe de soins palliatifs accompagne les patients en fin de vie ainsi que leurs proches. Elle se déplace dans les différentes unités d'hospitalisation, au sein desquels se trouvent des LISP (lits identifiés de soins palliatifs). Il n'y a pas d'unité de soins palliatifs à l'Institut Curie, nous travaillons en partenariat avec les unités de soins palliatifs (USP), proches du domicile des patients. Pour les patients à*

*domicile, nous travaillons en avec les réseaux de soins à domicile.*

### Qui vous oriente vers nous ?

Notre intervention se fait habituellement à la demande des équipes d'oncologie.

**Vous pouvez aussi en faire la demande** directement ou auprès de l'équipe soignante qui vous prend en charge. La loi de 1999 instaure aux patients le droit d'accéder aux équipes de soins palliatifs.

### Où rencontrer notre équipe ?

En consultation ou en hôpital de jour de soins de support/soins palliatifs.

L'hôpital de jour permet, sur une demi-journée, une évaluation conjointe et concertée de plusieurs acteurs : oncologue, psychologue ou psychiatre, diététicienne, assistantes sociales, etc.

En hospitalisation conventionnelle en oncologie ou en chirurgie.

### Les bénévoles de l'ASP fondatrice : Association pour l'accompagnement et le développement des soins palliatifs

Sur le site de Paris une équipe de bénévoles de l'ASP fondatrice formés à l'écoute et à l'accompagnement des personnes malades et de leurs proches est rattachée à l'équipe de soins palliatifs.

### Pour nous contacter sur Paris :

01 44 32 46 40 ou 01 44 32 41 38

## Pour en savoir plus

— ASP fondatrice [www.aspfondatrice.org](http://www.aspfondatrice.org)

— Société Française d'accompagnement et de soins palliatifs : [www.sfap.org](http://www.sfap.org)

— Service d'écoute et d'accompagnement [www.sosfindevie.org](http://www.sosfindevie.org)

— Centre national des soins palliatifs et de la fin de vie : [www.spfv.fr](http://www.spfv.fr)



## LA CONSULTATION D'ADDICTOLOGIE

### Pourquoi l'addictologie ?

#### Tabac

« Je fume et je n'arrive pas à arrêter. »

Pour des soins plus efficaces (amélioration de la cicatrisation, meilleure efficacité des traitements, réduction des risques per- et post-opératoires), une aide au sevrage est proposée auprès d'un professionnel.

#### Alcool

« Je bois régulièrement 2 verres de boisson alcoolisée (vin, bière, alcool fort) ou plus par jour. » Il est important d'éviter les boissons alcoolisées durant les soins, ce qui peut être difficile à réaliser seul. Une consultation auprès d'un professionnel peut vous aider à faire le point sur votre consommation et être accompagné pour un arrêt.

#### Cannabis

« Je consomme régulièrement du cannabis. »

Pour l'amélioration des soins (cicatrisation, efficacité des traitements), l'arrêt est fortement conseillé mais peut être difficile à réaliser seul. Une consultation auprès d'un professionnel est proposée.

### Nos missions :

Lorsque vous vous confrontez à un diagnostic de cancer et à des traitements qui peuvent avoir des effets secondaires, vous vous posez la question de savoir comment arrêter de fumer, ou comment réduire ou interrompre la consommation de produits toxiques comme l'alcool ou le cannabis. L'institut Curie met à disposition une consultation d'addictologie qui vous permet :

— D'évaluer avec un médecin addictologue : votre niveau de consommation, votre parcours antérieur de consommation (tentative de sevrage ou de réduction de consommation), votre motivation et vos ressources personnelles.

— De vous aider à mettre en œuvre les moyens utiles à mieux maîtriser ce problème ; consultations médicale ou d'hypnose ; prescriptions de substituts ; possible orientation vers un addictologue de proximité pour pouvoir bénéficier d'un suivi régulier.

### Qui vous oriente vers nous ?

Les médecins, chirurgiens, soignants que vous avez rencontrés. Vous pouvez aussi en faire la demande directe.

### Où rencontrer notre équipe ?

En consultation à Paris uniquement mais ouvert à tous les patient-e-s

Pour nous contacter, pour l'ensemble des patients des sites de Paris et Saint Cloud :

Secrétariat : **01 44 32 40 33**

## Pour en savoir plus

— [www.drogues-info-service.fr](http://www.drogues-info-service.fr)

— [www.sfalcoologie.asso.fr](http://www.sfalcoologie.asso.fr)

— [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr)

## L'ÉQUIPE D'ONCOPÉRIATRIE

Après 75 ans, d'autres maladies ou handicaps s'associent fréquemment au cancer. Pour décider du traitement spécifique et du suivi les plus adaptés, il est essentiel d'appréhender l'ensemble des difficultés médico-psycho-sociales et leur retentissement sur le quotidien. Le vieillissement et l'état de santé peuvent impacter la tolérance des traitements anti-tumoraux, favoriser les toxicités et les complications, les décompensations de pathologies chroniques. Compétences oncologiques et gériatriques se rejoignent donc, autour des patients âgés vulnérables et fragiles atteints de cancer.

Notre équipe est composée de médecins (spécialistes de la personne âgée et connaissant la cancérologie), d'infirmières et d'assistantes médicales.

Chaque jour, nous interagissons avec les médecins, les soignants et paramédicaux de l'Institut Curie.

### Nos missions :

- Faire le point sur vos problèmes de santé et handicaps, sur vos aptitudes et ressources.
- Éclairer l'oncologue médical, le chirurgien ou le radiothérapeute qui vous a reçu, sur les possibilités de tel ou tel traitement envisagé.
- Participer à la mise en route puis au bon déroulement du traitement.
- Déclencher des interventions si nécessaire, par exemple en matière de nutrition, kinésithérapie, soutien psychologique, aide sociale, orthophonie, etc.
- Adapter votre ordonnance de médicaments pour une concordance avec le traitement du cancer et des autres pathologies.

— Prévenir au mieux les effets indésirables des traitements. Réajuster les soins en cas de survenue d'effets indésirables.

— Vous orienter vers les professionnels de soins adaptés à vos besoins.

— Faire le lien et travailler avec les différents intervenants ; ceux de l'Institut Curie et ceux de ville : soignants libéraux, réseaux de soins, médecins traitants et spécialistes, structures de soins externes, etc.

### Qui vous oriente vers nous ?

Les médecins, chirurgiens, soignants ou paramédicaux de l'Institut Curie que vous avez rencontrés. Ils ont repéré la nécessité d'une évaluation précise de votre état de santé afin d'adapter au mieux les thérapeutiques et soins à venir.

### Le questionnaire G8

*(validé par l'étude Oncodage)*

Il s'agit d'un outil de dépistage des fragilités gériatriques, recommandé par l'INCa, pour aider les équipes de soins à vous orienter vers notre équipe (voir en annexe).

### Où rencontrer notre équipe ?

En consultation ou en hospitalisation de jour ou complète.

— Pour nous contacter à Paris :  
Secrétariat : 01 44 32 41 58

— Pour nous contacter à Saint-Cloud :  
Secrétariat : 01 47 11 23 80

## L'UNITÉ PLAIE ET CICATRISATION

La maladie cancéreuse et ses traitements peuvent être à l'origine de diverses lésions cutanées et/ou rendre plus difficile le traitement de plaies déjà existantes (escarres, ulcères, etc.).

### Nos missions :

— Une évaluation de la plaie et des facteurs de retard de cicatrisation.

— L'élaboration du protocole de soins.

— Des conseils et préconisations pour favoriser la cicatrisation et l'amélioration de la qualité de vie des patients.

L'ensemble de ces missions se fait en collaboration avec les équipes médicales et/ou chirurgicales et avec transmission de conseils pour la réalisation des pansements à domicile.

### Qui vous oriente vers nous ?

Les médecins, chirurgiens, soignants ou paramédicaux de l'Institut Curie qui vous ont rencontrés, mais aussi les infirmiers libéraux ou médecins qui rencontrent des difficultés quant à la prise en charge de plaies complexes afin de décider ensemble de la conduite à tenir.

### Où rencontrer notre équipe ?

En consultation, en hospitalisation de jour ou conventionnelle.

— Pour nous contacter à Paris :  
01 56 24 59 14

— Pour nous contacter à Saint-Cloud :  
Bureau des rendez-vous : 01 47 11 91 12

## LA CONSULTATION INFIRMIÈRE DE STOMATHÉRAPIE

L'infirmière stomathérapeute est titulaire d'un certificat clinique en stomathérapie et a acquis une compétence en soins infirmiers spécifiques aux malades porteurs de dérivations digestives et/ou urinaires, de plaies chroniques carcinologiques, d'escarres, de fistules, souffrant de troubles de la continence urinaire ou fécale ou de troubles sexuels.

### Nos missions :

Le rôle de la stomathérapeute est à la fois technique, en évaluant les soins de la stomie, et éducatif, en vue de favoriser l'autonomie du patient stomisé.

L'éducation, le choix de l'appareillage le mieux adapté (étanche, confortable, discret, facile d'utilisation), tenant compte des habitudes de vie, aideront le patient stomisé à faire plus facilement le deuil de cette perte de contrôle des excréments et des modifications de son image corporelle.

### Qui vous oriente vers nous ?

Les médecins, chirurgiens, soignants que vous avez rencontrés. Vous pouvez aussi en faire la demande directement ou à votre équipe soignante.

### Où rencontrer notre équipe ?

En consultation, en hospitalisation de jour ou conventionnelle.

— Pour nous contacter à Paris :  
BRV : 01 56 24 59 14

— Pour nous contacter à Saint-Cloud :  
BRV : 01 47 11 91 12

## LES SOINS COMPLÉMENTAIRES

### Les approches à médiation corporelle proposée à l'Institut Curie

Ces approches passant par le corps sont multiples, telles que la relaxation, la sophrologie, l'hypnose médicale, la méditation de pleine conscience...

Les séances sont assurées par des professionnels formés (médecin, psychologue, infirmier). Ils s'adressent aux patients qui présentent des symptômes chroniques gênants qui altèrent leur qualité de vie au quotidien. Il peut s'agir, par exemple, d'une fatigue, de nausées, de bouffées de chaleur, de certaines douleurs chroniques, mais aussi de l'anxiété et du stress.

#### Ces actes ne donnent lieu à aucun remboursement de la sécurité sociale.

C'est pourquoi les ressources sont limitées. À l'Institut Curie, vous pourrez sans doute bénéficier de l'une de ces approches mais seulement pour une ou quelques séances. Vous pourrez être aidé pour chercher un relai auprès d'une association extérieure.

Parlez-en à votre médecin ou à une infirmière de votre parcours de soins qui pourront vous guider ou prendre contact avec les professionnels concernés.

#### — Groupe de Relaxation

Indication : gestion des émotions.

Format : 6 séances hebdomadaires consécutives, soit le mardi soit le jeudi en fin de matinée, se déroulant en groupe, animées par un psychologue,

Contactez l'unité de psycho-oncologie au **01 44 32 40 33**.

#### — Séances de Sophrologie

**Indication** : gestion des symptômes de la chimiothérapie : fatigue, stress, douleur ou symptôme invalidant chronique.

**Format** : une série de 6 séances en individuel en hôpital de jour de chimiothérapie le lundi après-midi.

S'inscrire au secrétariat de l'Hôpital de jour de chimiothérapie.



### Les soins complémentaires psychocorporels proposés sur les deux sites :

#### — Consultation d'hypnose médicale :

**Indication** : fatigue, nausées, bouffées de chaleur, stress, douleur ou symptôme invalidant chronique.

**Format** : quelques séances en consultation, réalisées par un médecin ou une infirmière ayant la pratique de l'hypno-analgésie.

#### — Pour nous contacter à Paris :

BRV : **01 56 24 59 14**

#### — Pour nous contacter à Saint-Cloud :

BRV : **01 47 11 91 12**

### **Autres pratiques à l'ERI (site de Paris) ou à la Maison des Patients et des Proches (site de Saint-Cloud) :**

— Ces pratiques sont de nature diverse et l'on peut citer par exemple le Qi gong, le yoga, la méditation en pleine conscience. Elles sont réalisées par des professionnels de ville dans le cadre de conventions, sur un format limité dans le temps.

À Paris, l'ERI :

01 44 32 40 81 ou [messagerie.eri@curie.fr](mailto:messagerie.eri@curie.fr)

À Saint-Cloud, la Maison des patients et des proches :

01 47 11 23 40

ou [sc.maison-des-patients@curie.fr](mailto:sc.maison-des-patients@curie.fr)

### **L'acupuncture ou auriculothérapie**

L'acupuncture, l'une des branches de la médecine traditionnelle chinoise, est fondée sur le rétablissement de la circulation harmonieuse de l'énergie (Qi) dans le corps. L'acupuncteur utilise des aiguilles sur les méridiens pour influencer sur le Yin et le Yang qui symbolisent les deux parties opposées d'un même phénomène à partir des méridiens qui dessinent les voies de circulation de l'énergie vitale.

Certains points d'acupuncture sont situés sur des trajets nerveux, d'autres sur des trajets sanguins ou lymphatiques, d'autres encore sur des trajets dermiques particuliers ou osseux bien répertoriés.

Les aiguilles d'acupuncture sont, pour la plupart, en acier inoxydable. Il n'y a pas de risque de contamination car les médecins acupuncteurs utilisent des aiguilles à usage unique pour chaque patient. La pose de l'aiguille est bien tolérée et le plus souvent indolore.

L'auriculothérapie est une technique très proche avec des points de ponction situés au niveau de l'oreille. L'acupuncteur comme l'auriculothérapeute est un médecin qui a

suivi une formation spécifique de 2 ans.

Certaines études médicales ont montré des résultats positifs en particulier pour les nausées, bouffées de chaleur, l'asthénie, les douleurs chroniques.

Ces techniques ne sont pas actuellement pratiquées à l'Institut Curie, une réflexion est en cours.

### **L'homéopathie**

À ce jour, l'efficacité de l'homéopathie, au-delà de l'effet placebo, n'a jamais été prouvée scientifiquement. (Méta Analyse Lancet 2005, Rapport NHMRC 2015, Systematic Review Mathie et al 2017).

Mais « au pire », limiter l'efficacité de l'homéopathie à celle de l'effet placebo n'est pas la réduire à une méthode inefficace. Il ne faut plus associer l'effet placebo à une connotation négative. Celui-ci est inhérent à toute pratique médicale, et utilisé plus ou moins consciemment par la médecine conventionnelle. Dans « effet placebo », le mot effet signifie la reconnaissance d'une efficacité, placebo signifie simplement que cette efficacité n'est pas liée à un principe médicamenteux moléculaire. L'effet placebo peut être provoqué par une « bonne » relation de soin, et fonctionne surtout sur les symptômes dit subjectifs (la seule évaluation possible est le ressenti du patient). La plupart des patients peuvent répondre à l'effet placebo, seules les circonstances et l'amplitude de la réponse varient.



## La phytothérapie

Pour l'Organisation mondiale de la santé (OMS), les médicaments à base de plantes incluent «des plantes, des matières végétales, des préparations à base de plantes et des produits finis qui contiennent comme principes actifs des parties de plantes, d'autres matières végétales ou des associations de plantes.»

Nous souhaitons vous conseiller la plus grande prudence avant d'utiliser ce type de produit, qui non seulement ne sont pas validés scientifiquement mais qui peuvent être responsable d'effets indésirables.

**Parlez-en à votre médecin avant toute utilisation.**

**Une application et un site web pourront vous donner des informations utiles :**

[www.msccc.org/cancer-care/diagnosis-treatment/symptom-management/integrative-medicine/herbs](http://www.msccc.org/cancer-care/diagnosis-treatment/symptom-management/integrative-medicine/herbs)

\*\*\* Certaines personnes mal intentionnées peuvent profiter de la faiblesse de la personne malade pour la manipuler. Voici quelques clés pour les identifier avant d'en parler à l'équipe soignante :

— S'ils dénigrent les traitements anti-tumoraux ou conseillent de les arrêter,

— S'ils promettent des bienfaits supérieurs aux résultats des traitements proposés par l'équipe médicale,

— S'ils proposent des séances gratuites pour essayer une méthode ou demandent de régler à l'avance des séances,

— S'ils utilisent un langage pseudo-scientifique ou prétendent avoir découvert un principe très simple.

## Se ressourcer : les ressources proches de chez vous

Certaines associations ou réseaux de soins pourront vous permettre de bénéficier de soins complémentaires de type approches psychocorporelles à proximité de votre domicile :

— **Gratuitement ;**

**Les Comités Départementaux (CD) de la Ligue contre le cancer et les Espaces Patients :**  
[www.ligue-cancer.net/article/27777\\_espace-ligue](http://www.ligue-cancer.net/article/27777_espace-ligue)

**CD75 - Paris : PARIS**  
01 45 00 00 17      [cd75@ligue-cancer.net](mailto:cd75@ligue-cancer.net)

**CD77 - Seine-et-Marne : MELUN**  
01 64 37 28 13      [cd77@ligue-cancer.net](mailto:cd77@ligue-cancer.net)

**CD78 - Yvelines : VERSAILLES**  
01 39 50 24 51      [cd78@ligue-cancer.net](mailto:cd78@ligue-cancer.net)

**Espace Ligue 91 : PALAISEAU**  
01 64 90 88 88      [cd91@ligue-cancer.net](mailto:cd91@ligue-cancer.net)

**CD92 - Hauts-de-Seine : RUEIL-MALMAISON**  
01 55 69 18 18      [cd92@ligue-cancer.net](mailto:cd92@ligue-cancer.net)

**CD93 - Seine-Saint-Denis : LE BOURGET**  
01 48 35 17 01      [cd93@ligue-cancer.net](mailto:cd93@ligue-cancer.net)

**CD94 - Val-de-Marne : CRETEIL**  
01 48 99 48 97      [cd94@ligue-cancer.net](mailto:cd94@ligue-cancer.net)

**CD95 - Val-d'Oise : ARGENTEUIL**  
01 39 47 16 16      [cd95@ligue-cancer.net](mailto:cd95@ligue-cancer.net)

— Après règlement d'une adhésion ou d'une participation modulable

**La maison rose, pour les femmes :** [maisonsrose.fr](http://maisonsrose.fr)  
27 rue de Rambouillet 75012 Paris  
01 88 40 06 90

**L'Atelier Cognacq-Jay :** [www.cognacq-jay.fr/etablissements/centre-ressource-paris-75](http://www.cognacq-jay.fr/etablissements/centre-ressource-paris-75)  
58, rue de Vaugirard - 75006 Paris 01 40 47 78 61

**L'association Étincelle :** [www.etincelle.asso.fr](http://www.etincelle.asso.fr)  
27 bis, boulevard Victor-Cresson  
92130 Issy-les-Moulineaux.  
01 44 30 03 03.

— **Un site web regroupe de nombreuses adresses avec une carte interactive - La Vie Autour :**  
[www.lavieautour.fr](http://www.lavieautour.fr)



## LES SOINS SOCIO-ESTHÉTIQUES

La socio-esthétique ou «soins de beauté et de bien-être» en milieu médical contribue à préserver l'image corporelle pendant le parcours de soins.

La socio-esthétique, créée au début des années 1960 en Angleterre, peut être définie comme «une pratique professionnelle de soins esthétiques auprès de populations souffrantes et fragilisées par une atteinte à leur intégrité physique, psychique, ou en détresse sociale».

Il existe plusieurs diplômes de socio-esthétique, du certificat d'aptitude professionnelle aux formations complémentaires.

Depuis 2003, la socio-esthétique est inscrite dans les soins de support par le Plan cancer, en raison de son impact clinique positif avec notamment une amélioration de l'image et de l'estime de soi, pouvant contribuer à l'amélioration de la qualité de vie.

### Nos missions :

- En ateliers collectifs ou en individuel,
- Des soins du visage, des mains et des pieds, et de la dermopigmentation.
- Ces soins sont gratuits

### Qui vous oriente vers nous ?

Les médecins, chirurgiens, soignants que vous avez rencontrés.

Vous pouvez aussi en faire la demande directement, ou via votre équipe soignante.

### Nous remercions nos partenaires : CEW, Belle & Bien, Les Bonnes Fées.

Pour toutes les questions relatives à la chevelure (chute, repousse, prothèses capillaires) se renseigner auprès de nos espaces patients Maison des Patients et des Proches (Saint-Cloud), Espace Rencontre et Information - ERI (Paris).

Durant votre hospitalisation, vous pouvez faire appel aux services payants d'un coiffeur via un soignant du service.







### Où rencontrer notre équipe ?

Ces soins peuvent être réalisés en cabine ou dans les chambres d'hospitalisation de jour ou conventionnelle.

Les ateliers collectifs sont organisés par nos espaces patients : **Maison des Patients et des Proches** – (Saint-Cloud), **Espace Rencontre et Information** - ERI (Paris).

**Soins individuels** : se renseigner auprès de l'équipe soignante de l'hôpital

#### Ateliers collectifs :

À Paris :

01 44 32 40 81

[messagerie.eri@curie.fr](mailto:messagerie.eri@curie.fr)

À Saint-Cloud :

01 47 11 23 40

[sc.maison-des-patients@curie.fr](mailto:sc.maison-des-patients@curie.fr)



# Coordonner le parcours de soins

## LES ÉTAPES DU REPÉRAGE DES BESOINS DE SOINS DE SUPPORT

### La consultation d'annonce

Au début de votre prise en charge, vous recevez par les médecins de l'Institut Curie des informations sur le diagnostic et le parcours de soins. À cette étape, vous bénéficierez d'une consultation auprès d'une infirmière après avoir répondu à un auto-questionnaire dont l'objectif est de repérer vos besoins. Lors de cette consultation, une présentation vous sera faite des différentes unités de soins de support et vous pourrez être orienté vers l'une d'elles. L'auto-questionnaire est consultable en annexe.

### Les infirmières de l'hôpital de jour de chimiothérapie

Les infirmières de l'hôpital de jour de chimiothérapie pourront vous présenter et/ou vous orienter vers les équipes de soins de support selon vos besoins, selon un référentiel de critères de repérage définis par le département de soins de support que nous actualisons régulièrement.

### La cellule de coordination pour le patient (C2P2)

Après une hospitalisation en chirurgie ou en médecine, il est parfois nécessaire de mettre en place des soins à domicile. Vous pourrez alors rencontrer une infirmière et une assistance sociale de la Cellule de

Coordination pour le patient en oncologie (C2P2). Celles-ci pourront vous présenter et vous orienter vers les équipes de soins de support selon vos besoins.

### L'unité de surveillance après traitement du cancer du sein

À la fin de vos traitements, vous bénéficierez d'une consultation pour planifier votre programme de surveillance. À cette occasion encore, il vous sera proposé de répondre à un auto-questionnaire pour repérer vos besoins de soins de support (consultable en annexe).

## L'UNITÉ D'ACCUEIL NON PROGRAMMÉ

Pour répondre aux demandes médicales urgentes des patients de l'Institut Curie :

— Une consultation d'urgence pour les patients en cours de traitement à l'Institut est assurée du lundi au vendredi de 9h à 17h30. Il faut appeler préalablement le médecin de la consultation non programmée avant tout déplacement ;

— La nuit et le week-end, un accueil téléphonique médical conseille et oriente toute demande médicale dans un contexte d'urgence

— Si une hospitalisation est nécessaire, nous mettons tout en œuvre pour vous obtenir une chambre.

Compte tenu de la saturation régulière des lits, une orientation vers les services d'urgences proches de votre domicile peut vous être proposée, ou vers les services d'hospitalisation partenaires de l'Institut Curie (Hôpital Saint-Joseph à Paris, Hôpital CH Quatre Villes à Saint-Cloud).

Une admission dans des services de spécialités médico-chirurgicales non représentées à l'Institut Curie est aussi parfois nécessaire.

**Pour nous contacter sur Paris :**

**Urgences médicales 24h/24**

**01 44 32 40 99**

**Pour nous contacter sur Saint-Cloud :**

**Urgences médicales 24h/24**

**01 47 11 17 37**

## LES RELAIS DE SOINS EN VILLE

### Les Accueils Cancer de la Ville de Paris

Les Accueils Cancer de la Ville de Paris (ACVP) sont des structures extrahospitalières destinées aux personnes atteintes de cancer et à leur entourage. Elles se situent dans trois lieux distincts, dans les 4e, 10e et 15e arrondissements de Paris. Ces structures travaillent en collaboration étroite avec l'UPO et le service social de l'Institut Curie.

Une équipe spécialisée de psychologues et d'assistantes sociales reçoit gratuitement et sur rendez-vous les malades et les proches à tout moment de la maladie.

Les consultations de psycho-oncologie peuvent accueillir des patients ou leurs proches à tout moment du parcours de soins, et plus particulièrement au décours des traitements actifs, souvent en relai de la prise en charge qui aura été initiée à l'Institut Curie, lorsque cela s'avère nécessaire. Sont aussi proposés des groupes de parole pour les personnes dans l'après-traitement.

Lors des entretiens avec les assistantes

sociales, vous pourrez recevoir des informations sur vos droits et les démarches à entreprendre pour les faire valoir, dans le cadre d'un accompagnement personnalisé. Une intervention à domicile est possible si nécessaire.

### Les réseaux de soins en cancérologie

À Paris et en Île-de-France, des réseaux de soins territoriaux offrent aux patients atteints de cancer l'accès à une prise en charge en soins de support et en soins palliatifs.

L'équipe du réseau de soins comprend médecins, infirmières, assistantes médicales et parfois psychologues. L'inclusion se fait à la demande de l'équipe médicale de Curie et avec l'accord du médecin traitant. Après un signalement qui nécessite la transmission d'une synthèse du dossier médical, l'équipe du réseau effectue une visite à domicile pour établir le plan de soins en fonction de vos besoins. Vous pouvez consulter la carte des réseaux de soins territoriaux (en annexe).

### Les soins à domicile

#### — L'hospitalisation à domicile (HAD)

Une équipe soignante vient à votre domicile pour déterminer le matériel adapté indispensable (lit médicalisé, etc.) et réaliser l'ensemble de vos soins et traitements.

Différents organismes interviennent en Île-de-France : Santé-Service, HAD Croix Saint-Simon, HAD de l'APHP.

#### — Les services de soins infirmiers à domicile (SSIAD).

Vous pouvez obtenir l'intervention de soignants pour une aide à la toilette ou par une auxiliaire de vie.

#### — Les prestataires de service au domicile.

Un infirmier intervient pour réaliser des perfusions intraveineuses, avec livraison à domicile de l'ensemble du matériel nécessaire.



# Promouvoir les droits du patient

## LA PROMOTION DES DROITS DES PATIENTS EST UNE VOLONTÉ AFFICHÉE DES SOINS DE SUPPORT

### La démocratie en santé : un savoir expérientiel en face d'un savoir théorique et casuistique

Le concept de démocratie sanitaire et bientôt de démocratie en santé s'est structuré après un temps de maturation et de mobilisation d'associations en faveur de la reconnaissance des droits des malades mais aussi de la reconnaissance de leur savoir. Associé à des lois (2002, 2016) le rapport Compagnon (2014) a structuré des recommandations pour faire participer les citoyens au système de santé. Dans cette visée, le projet d'établissement comporte un volet «patient partenaire» dont le déploiement est en cours. La démocratie sanitaire se définit par l'entrée des usagers dans le processus décisionnel, en lien avec la Commission des Usagers (CDU) :

La première porte d'entrée, associative, se structure souvent comme ressource d'informations ou de soutien.

L'Institut Curie a ainsi développé des partenariats avec de nombreuses associations.

Pour optimiser la formation des patients, nous développons l'éducation thérapeutique pour permettre des choix éclairés, ce qui est le rôle de l'UTEP dont il est fait mention plus haut. Le projet est de créer une «école du patient atteint de cancer », dans le sillage des

diplômes universitaires de la faculté Pierre et Marie Curie.

La démocratie sanitaire se décline au niveau des soins, de la recherche, de l'enseignement et de l'e-santé.

### Les associations de patients

Il y a en France, 14 à 15 000 associations de malades ou de soutien aux malades. Leur rôle initial est de rompre l'isolement que peut provoquer la maladie et faire connaître ou reconnaître des affections souvent mal connues. Mais progressivement l'association de malades est devenue un partenaire pour les médecins et les institutions de santé.

Une association de patient assure une bonne information médicale au malade, rassemble des fonds pour la recherche médicale, participe à des études cliniques et donne son avis sur les prises en charge que proposent les médecins.

### Les droits des patients

#### — La personne de confiance

Dès le début de la prise en charge, nous vous proposons de désigner une personne de confiance qui peut vous être très utile :

- pour vous accompagner dans vos démarches et assister à vos entretiens médicaux : elle pourra éventuellement vous aider à prendre des décisions ;
- dans le cas où votre état de santé ne vous permettrait pas de donner votre avis ou de faire part de vos décisions, le médecin

consultera en priorité la personne de confiance que vous aurez désignée. L'avis ainsi recueilli guidera le médecin pour prendre ses décisions.

Le formulaire de désignation doit être signé de manière conjointe par le patient et sa personne de confiance. Il s'agit obligatoirement d'une seule personne, adulte et sans protection judiciaire. Elle est révocable à tout moment.

### — Les directives anticipées

Tout patient se sachant atteint d'une maladie potentiellement grave peut, s'il le souhaite, faire une déclaration écrite appelée directives anticipées pour préciser ses souhaits concernant sa fin de vie. Toute personne non malade peut aussi le faire dans l'éventualité d'un accident grave imprévisible.

**Elles sont révisables à tout moment.**

Les directives anticipées s'imposent aux équipes médicales, si le malade ne peut plus s'exprimer, devant même la voix d'une personne de confiance.

Vous pouvez rédiger vos directives anticipées si vous êtes une personne majeure, sous la forme d'un document écrit sur papier libre, ou vous aider du modèle ci-dessous :

[solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/fichedirectivesanticipe\\_es\\_10p\\_exev2.pdf](http://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/fichedirectivesanticipe_es_10p_exev2.pdf)

Si vous souhaitez en savoir plus, vous pouvez demander à rencontrer l'équipe de soins palliatifs.

### — Le droit à la sédation profonde et continue maintenue jusqu'au décès

La loi Claeys-Leonetti a instauré un nouveau droit des malades en fin de vie, celui de la sédation profonde et continue maintenue jusqu'au décès, nécessitant la réunion de plusieurs critères : affection grave et incurable, pronostic engagé à court terme et patient faisant face à une souffrance réfractaire.

Si vous souhaitez en savoir plus, vous pouvez demander à rencontrer l'équipe de soins palliatifs.

### La Commission des Usagers

La commission des usagers (CDU) de l'Institut Curie veille au respect des droits des usagers. Elle se réunit régulièrement et établit des recommandations pour améliorer la qualité de l'accueil et de la prise en charge des patients et de leurs proches.

Elle examine les plaintes écrites envoyées à la direction de l'Ensemble Hospitalier, les remarques extraites des questionnaires de sortie ainsi que des enquêtes de satisfaction.

### Pour contacter la commission des usagers

**Par courrier :**

— Direction de l'Ensemble Hospitalier  
de l'Institut Curie :  
26 rue d'Ulm - 75248 Paris cedex 05

### Les droits des proches

Les principaux droits des proches consistent à être un « porteur de voix » si le malade n'a plus la sienne (désignation de la personne de confiance) et de pouvoir recueillir un exemplaire des directives anticipées. Mais les proches méritent une attention et un soutien, dans leur rôle d'accompagnant et le législateur leur accorde d'autres droits :

### — Obtention d'informations sur la maladie d'un proche

Le secret médical s'oppose à ce que des informations sur l'état de santé d'une personne soient données à des tiers, sous peine de sanction (Article 226-13 du CP et L. 1110-4 CSP). Cependant, le code pénal admet des dérogations (Article 226-14 CP) et le code de la santé publique prévoit des situations qui permettent aux proches de recevoir des informations de la part d'un professionnel de santé (Article L. 1110-4 CSP).

— Lorsque le patient est apte à exprimer sa volonté, il peut autoriser le médecin à donner des renseignements aux personnes qu'il désigne ou par lesquelles il se fait accompagner en consultation. Si le patient s'oppose à la délivrance de l'information à un proche, le médecin ne peut passer outre sa décision.

— Lorsque le patient est un mineur ou un majeur sous tutelle.

— Sauf opposition de la part du patient, en cas de diagnostic ou de pronostic grave, le secret ne fait pas obstacle à ce que la famille, les proches ou la personne de confiance reçoivent de la part du médecin des informations qui vont leur permettre de lui apporter un soutien direct.

#### — Droit à un congé d'assistance :

Le congé de soutien familial est possible pour un salarié ayant au moins deux ans d'ancienneté dans une entreprise lorsqu'un proche\* présente un handicap ou une perte d'autonomie d'une particulière gravité.

*\*Proche = conjoint, concubin, partenaire lié par un PACS, ascendant, descendant, enfant dont il a la charge, collatéral jusqu'au 4e degré, ascendant ou descendant.*

*Une allocation journalière d'accompagnement d'une personne en fin de vie, créé par la loi n° 2010-209 du 2 mars 2010 est versée sous certaines conditions et lorsque le malade est accompagné au domicile.*

**Si vous souhaitez en savoir plus, vous pouvez prendre contact avec le service social.**

## Les lieux de cultes

Les soignants disposent d'une liste de représentants des cultes pour répondre aux demandes spécifiques qui leur sont adressées. Il n'y a pas de lieu dédié dans l'Institut mais ces équipes se rendent au chevet des malades et peuvent utiliser les espaces mis à la disposition des familles.

#### — Pour Paris :

##### **Catholique :**

Responsable d'Aumônerie Catholique  
06 25 37 57 63

##### **Protestant :**

Pasteur Thierry Lainel  
06 14 73 26 59

##### **Orthodoxe :**

Temple au 4, rue St Victor (Paris 5ème)  
01 30 39 20 57

##### **Musulman :**

Grande Mosquée de Paris, 2bis,  
Place du puits de l'ermite  
01 45 35 97 33

##### **Israélite :**

Mr Arnove (Rabbin), 1, rue de  
l'Abbé de l'Épée (Paris 5ème)  
07 53 07 06 66 ou 01 42 03 13 21

#### — Pour Saint-Cloud :

**Catholique :** Responsable d'Aumônerie  
Catholique - Mme Patricia De Guerre  
01 77 70 71 50 (répondeur 7j/7)  
et 06 87 08 44 61

##### **Protestant :**

Madame Agnès Von Kirchbach  
01 47 71 83 92 (en Urgence : 06 31 12 19 07)

##### **Orthodoxe :** (Eglise Russe)

Père Eugène Czapiuk  
01 47 63 87 62

**Musulman :** Responsable de  
l'Aumônerie - Mme Leila MIKTAR  
06 12 43 46 04

**Israélite :** Rabbin - Mr Ifrah et Mr Attia.  
Responsable de l'Aumônerie - Mr Mimouni  
06 66 70 22 28

**Bouddhiste :** Mr Luc Charles  
06 09 12 74 04

**La Commission Éthique de l'Ensemble Hospitalier : la commission se structure en trois temporalités et modalités distinctes :**

— Des appuis cliniques : à la demande de l'équipe en situation complexe nécessitant une réflexion éthique (3 membres de l'Institut mènent une réflexion après avoir entendu les personnes et étudié le dossier, selon une méthodologie explicitée, puis restituent leurs pistes de réflexion à l'équipe).

— Des temps de formation autour de sujets posant des problèmes difficiles de façon récurrente, avec l'aide de personnalités civiles extérieures (4 à 6 fois par an).

— Une journée de formation théorique et pratique (casuistique) annuelle, là encore avec un intervenant extérieur.

Le lien entre cette commission et les soins de support est assez naturel, par sa transversalité et le rattachement aux sciences humaines et sociales.

# ANNEXES

---

## Questions/réponses sur l'activité physique

### N° 1 - J'ai une chambre implantable, est-ce que je peux faire de l'activité physique ?

Oui - Non

Oui, Je peux parfaitement faire de l'activité physique adaptée avec ma chambre implantable ; toutes les disciplines ne peuvent pas être conseillées comme la piscine, la boxe, etc.

### N° 2 - J'ai eu un curage axillaire, puis-je faire de l'activité physique ?

Oui - Non

Oui, mais j'évite les contractions musculaires prolongées et les chocs sur le bras opéré.

### N° 3 - J'envisage une reconstruction mammaire, pourrais-je faire de l'activité physique après l'intervention ?

Oui - Non

Oui - La reprise sera progressive ; il est particulièrement conseillé de respecter un délai (1 mois après l'opération de reconstruction et après avis médical de mon chirurgien oncologue) ; les activités pour lesquelles les muscles pectoraux sont sollicités (ex. : gymnastique, natation, tennis) ne doivent pas être repris trop rapidement.

### N° 4 - L'activité physique pendant mes traitements, pourquoi faire ?

Pour être bien dans ma tête, bien dans mon corps...

— pour réduire ma fatigue, améliorer mon sommeil et mon image corporelle : ma qualité de vie globale,

— pour réduire le stress, améliorer ma concentration, améliorer globalement mes fonctions cognitives,

— pour améliorer ma condition physique,

— pour me permettre une meilleure tolérance aux traitements et en diminuer les éventuels effets indésirables,

— pour prévenir un surpoids et une obésité,

— pour réduire le risque de récurrence,

— pour réduire le risque de sarcopénie.

### N° 5 - J'ai besoin d'un certificat médical, à qui puis-je le demander ?

Le certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'activité physique peut être rédigé par mon médecin traitant, à la suite d'une visite médicale. Je peux également l'évoquer avec un oncologue et ce, dès le début de la prise en charge de ma maladie.

J'ai à ma disposition, en dernière page, un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'activité physique adaptée que je peux faire signer par mon médecin.



## Classification de l'activité physique en fonction de l'intensité de l'effort

Intensité faible	Intensité moyenne	Intensité forte
1,6 à 2,9 MET	3 à 6 MET	6 à 9 MET
<p>Emploi de bureau</p> <p>Transport</p> <p>Loisirs artistiques</p> <p>Promener son chien</p>	<p><b>Emplois :</b> agent d'entretien, jardinier, employé de magasin ou d'usine, barman, coiffeur, cuisinier, bâtiment</p> <p><b>Sports :</b> marche à allure modérée, nage, tennis en double, golf, bicyclette</p>	<p><b>Emplois :</b> port d'objets lourds</p> <p><b>Sports :</b> montée rapide d'escaliers, course à pied à 8 km/h, cyclisme à 20 km/h, ski de fond, pompes répétées</p>
<p>Conversation normale</p> <p>Pas d'essoufflement</p>	<p>FC de 55 à 70 % de la FC max</p> <p>Conversation possible</p> <p>Léger essoufflement</p> <p>Transpiration modérée</p>	<p>FC de 70-90 % de la FC max</p> <p>Conversation difficile</p> <p>Essoufflement important</p> <p>Transpiration forte</p>

LE MET (= Metabolism Equivalent Task) ou équivalent métabolique est une unité de mesure pour évaluer l'importance de l'énergie consommée par unité de temps et de poids (Joule/kg/heure)

## Auto-questionnaire de Ricci-Gagnon évaluant le niveau d'activité physique et de sédentarité.

Ce questionnaire d'auto-évaluation va vous permettre de déterminer votre profil :  
**inactif, actif, ou très actif?**

Calculez en additionnant le nombre de points (1 à 5) correspondant à la case cochée à chaque question.

	POINTS					
(A) ACTIVITES PHYSIQUES QUOTIDIENNES	1	2	3	4	5	SCORES
Quelle intensité physique votre travail requiert-il ?	Légère <input type="checkbox"/>	Modérée <input type="checkbox"/>	Moyenne <input type="checkbox"/>	Intense <input type="checkbox"/>	Très intense <input type="checkbox"/>	
En dehors de votre travail régulier, combien d'heures consacrez-vous par semaine aux travaux légers : bricolage, jardinage, ménage, etc. ?	< 2h <input type="checkbox"/>	3 à 4h <input type="checkbox"/>	5 à 6h <input type="checkbox"/>	7 à 9h <input type="checkbox"/>	> 10h <input type="checkbox"/>	
Combien de minutes par jour consacrez-vous à la marche ?	< 15 min <input type="checkbox"/>	16 à 30 min <input type="checkbox"/>	31 à 45 min <input type="checkbox"/>	46 à 60 min <input type="checkbox"/>	> 60 min <input type="checkbox"/>	
Combien d'étages, en moyenne, montez-vous à pied chaque jour ?	< 2 <input type="checkbox"/>	3 à 5 <input type="checkbox"/>	6 à 10 <input type="checkbox"/>	11 à 15 <input type="checkbox"/>	> de 16 <input type="checkbox"/>	
<b>Total (A)</b>						
(B) ACTIVITES PHYSIQUES DE LOISIR (Dont sports)	1	2	3	4	5	SCORES
Pratiquez-vous régulièrement une ou des activités physiques ?	Non <input type="checkbox"/>				Oui <input type="checkbox"/>	
A quelle fréquence pratiquez-vous l'ensemble de ces activités ?	1 à 2 fois / mois <input type="checkbox"/>	1 fois / semaine <input type="checkbox"/>	2 fois / semaine <input type="checkbox"/>	3 fois / semaine <input type="checkbox"/>	4 fois / semaine <input type="checkbox"/>	
Combien de minutes consacrez-vous en moyenne à chaque séance d'activité physique ?	< 15 min <input type="checkbox"/>	16 à 30 min <input type="checkbox"/>	31 à 45 min <input type="checkbox"/>	46 à 60 min <input type="checkbox"/>	> 60 min <input type="checkbox"/>	
Habituellement comment percevez-vous votre effort ? <i>(Le chiffre 1 représente un effort facile et le 5, un effort difficile)</i>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	
<b>Total (B)</b>						
(C) COMPORTEMENTS SEDENTAIRES	1	2	3	4	5	SCORES
Combien de temps passez-vous en position assise par jour ? <i>(Loisirs, télévision, ordinateur, etc...)</i>	> 5h <input type="checkbox"/>	4 à 5h <input type="checkbox"/>	3 à 4h <input type="checkbox"/>	2 à 3h <input type="checkbox"/>	< 2h <input type="checkbox"/>	
<b>Total (C)</b>						
<b>Total (A) + (B) + (C)</b>						

### RESULTATS

Moins de 18 : Inactif

Entre 18 et 35 : Actif

Plus de 35 : Très actif

# Exemple de prescription médicale de l'activité physique adaptée



## PRESCRIPTION MEDICALE ACTIVITE PHYSIQUE

Dans le cadre de la prise en charge d'une maladie ALD30

Je soussigné(e), Docteur .....

Vous adresse Madame/ Monsieur, .....

Né(e) le ...../...../.....

Afin qu'il /qu'elle puisse bénéficier d'une pratique d'activité physique ou activité physique adaptée dans le cadre de sa pathologie.

Je certifie que Monsieur / Madame.....

ne présente aucune contre-indication\* à la pratique d'une activité physique

présente les limitations fonctionnelles suivantes nécessitant une prise en charge en activité physique adaptée encadrée par des professionnels formés et ayant connaissance des conditions de dispensation (instruction interministérielle mars 2017) dans le cadre d'une pathologie ALD30.

.....  
.....

Validité du certificat durée

1 mois    3 mois    6 mois    1 an    2 ans

Tampon

Fait à Paris, le .....

\*Articles L. 11721 et D.1172-1 à D.1172-5 du code de la santé publique et portant guide sur les conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée. Contre-indications absolues : Angor instable - Insuffisance cardiaque décompensée - Troubles rythmiques ventriculaires complexes - Hypertension artérielle sévère non contrôlée - Hypertension artérielle pulmonaire (> 60 mm Hg) - Présence de thrombus intracavitaire volumineux ou pédiculé - Épanchement péricardique aigu - Mycardiopathie obstructive sévère - Rétrécissement aortique serré et/ou symptomatique - Thrombophlébite récente avec ou sans embolie pulmonaire - Diabète avec mal perforant plantaire pour les AP sollicitant les membres inférieurs

Ces contre-indications n'interdisent pas la pratique de soins de rééducation par un masseur kinésithérapeute qui peuvent permettre la mobilité articulaire et l'entretien de la masse musculaire.

La HAS (Haute Autorité de Santé) reconnaît depuis 2011 le bénéfice pour les patients atteints de maladie chronique de la prescription de l'activité physique comme thérapeutique non médicamenteuse (non remboursée par la Sécurité Sociale) ; L'activité physique et/ou sportive doit être adaptée à votre état de santé et à vos besoins

1/2020-bb

## Auto-questionnaire repérage des besoins de soins de support de la consultation d'annonce et de l'unité de surveillance



L'échelle ci-dessous représente un moyen d'apprécier votre état psychologique.

Nous vous demandons de mettre une croix sur la ligne à l'endroit qui correspond le mieux à votre état psychologique de la dernière semaine.

Détresse très importante



Pas de détresse

**Merci de dater le document**

L'échelle ci-dessous représente un moyen d'apprécier votre état psychologique.

Nous vous demandons de mettre une croix sur la ligne à l'endroit qui correspond le mieux à votre état psychologique de la dernière semaine.

Détresse très importante



Pas de détresse

**Merci de dater le document**

## Questionnaire G8 (validé dans étude nationale Oncodage, recommandé par l'Inca)

### Echelle G8

Items	Réponses possibles (items)
Le patient présente-t-il une perte d'appétit ? A-t-il mangé moins, ces 3 derniers mois, par manque d'appétit, problèmes digestifs, difficultés de mastication ou de déglutition	0 : anorexie sévère 1 : anorexie modérée 2 : pas d'anorexie
Perte récente de poids (< 3 mois)	0 : perte de poids > 3 Kg 1 : ne sait pas 2 : perte de poids entre 1 et 3 kg 3 : pas de perte de poids
Motricité	0 : du lit au fauteuil 1 : autonome à l'intérieur 2 : sort du domicile
Problèmes neuropsychologiques	0 : démence ou dépression sévère 1 : démence ou dépression modérée 2 : pas de problème psychologique
Indice de masse corporelle (IMC)	0 : IMC < 18,5 1 : 18,5 ≤ IMC < 21 2 : 21 ≤ IMC < 23 3 : IMC ≥ 23
Prend plus de 3 médicaments	0 : oui 1 : non
Le patient se sent-il en meilleure ou moins bonne santé que la plupart des personnes de son âge ?	0 : moins bonne 0,5 : ne sait pas 1 : aussi bonne 2 : meilleure
Age (ans)	0 : > 85 1 : 80 – 85 2 : < 80
Total	0 - 17

#### Caractéristiques du test G8 :

Population évaluée : **1425 patients** (sur 1668 inclus) de plus de 70 ans, âge moyen de la population : 78 ans, PS entre 0 et 1 pour 75% des patients inclus, 70% sont des femmes, plus de la moitié (53,7%) avec cancer du sein et près dans près de la moitié des cas (49,6%) la maladie n'était pas métastatique.

**Temps moyen de remplissage** du test (IDE ou Oncologue) : **4,4 mn (+/- 2,9 mn)**

Se : 76,6% (74,0 –79,0) – Spe : 64,4% (58,6 –70,0)

VPP : 89,6% (87,6 –91,5) – VPN : 40,7% ( 36,1– 45,4)

**Interprétation** : un total ≤ 14 fait considérer le patient comme **vulnérable** et conduit à demander une évaluation gériatrique complète

IC - 005988 - 005

Formulaire d'enregistrement applicable sur l'entité Ensemble hospitalier



## FORMULAIRE DE DESIGNATION D'UNE PERSONNE DE CONFIANCE

Désignation initiale

J'ai reçu l'information médicale concernant la désignation d'une personne de confiance et je ne souhaite pas en désigner pour l'instant.

Je souhaite désigner une personne de confiance pour une durée illimitée mais révocable à tout moment.

Nouvelle désignation annulant la déclaration précédente

### PATIENT

Nom / Nom de jeune fille : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ...../...../.....

### PERSONNE DE CONFIANCE

Lien avec le patient (ex : père, ami, médecin traitant) : .....

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Téléphone(s) fixe/portable : .....

J'ai informé cette personne que son nom et ses coordonnées figureront dans mon dossier médical

Je peux décider à tout moment du changement de la personne de confiance désignée et dans ce cas, je m'engage à en informer les personnes concernées ainsi que l'établissement (remplir une nouvelle fiche de désignation d'une personne de confiance).

Fait à : ..... Je : .....

Signature Patient

Signature Personne de confiance

## Modèle de Directives anticipées

IC - 008248 - 000

Formulaire d'enregistrement applicable sur l'entité Ensemble hospitalier



### DIRECTIVES ANTICIPEES (FORMULAIRE)

Je soussigné(e)

Nom : ..... Nom de jeune fille : .....

Prénom : .....

Date et lieu de naissance : .....

Adresse : .....

Nom du médecin ou du soignant m'ayant accompagné(e) pour la rédaction de mes directives anticipées (facultatif) : .....

Mes souhaits relatifs aux conditions médicales de ma fin de vie dans l'hypothèse où je serai hors d'état d'exprimer ma volonté :

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Date :

Signature





## ONCORIF

Réseau Régional de Cancérologie  
Île-de-France

## Les réseaux de santé territoriaux Cancérologie, Soins palliatifs, Gériatologie

Île-de-France • Paris et Petite Couronne

Un réseau de santé territorial est une structure qui coordonne le parcours de santé du patient en situation complexe et apporte un appui aux professionnels du premier recours.



**1** RÉSEAU DE SANTÉ PARIS OUEST  
Cancérologie, Soins Palliatifs  
et Gériatologie  
**Territoire couvert :** 7<sup>e</sup>, 15<sup>e</sup>, et 16<sup>e</sup>  
Tél. : 01 80 06 97 71  
Fax : 01 45 78 80 92  
oncoparisouest@gmail.com  
www.rxsparisouest.com  
24, bd de Grenelle - 75 015 Paris

**2** RÉSEAU QUÏETUDE  
Cancérologie, Soins Palliatifs  
et Gériatologie  
**Territoire couvert :**  
8<sup>e</sup>, 9<sup>e</sup>, 10<sup>e</sup>, 17<sup>e</sup>, 18<sup>e</sup> et 19<sup>e</sup>  
(sauf pour la gériatologie : 8<sup>e</sup>, 17<sup>e</sup> et 18<sup>e</sup>)  
Tél. : 01 43 35 20 27  
Fax : 01 43 35 87 95  
reseauquietude@wanadoo.fr  
19, rue Béranger - 75 003 Paris

**3** RÉSEAU HUMANEST  
Cancérologie, Soins Palliatifs  
et Gériatologie  
**Territoire couvert :** 11<sup>e</sup>, 17<sup>e</sup> et 20<sup>e</sup>  
Tél. : 01 44 74 12 58  
Fax : 01 44 74 11 56  
contact@humanest.paris  
www.humanest.paris  
18, rue du sergent Bauchat - 75 012 Paris

**4** RÉSEAU MEMOIRS  
Gériatologie  
**Territoire couvert :**  
1<sup>e</sup>, 2<sup>e</sup>, 3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup>, 6<sup>e</sup>, 13<sup>e</sup> et 14<sup>e</sup>  
Tél. : 01 44 07 13 35  
Fax : 01 45 89 91 01  
contact@reseau-memoirs.com  
memoirs.vermeil.org  
11, rue de l'école de médecine  
75 006 Paris

**5** RÉSEAU ENSEMBLE  
Cancérologie et Soins Palliatifs  
**Territoire couvert :**  
1<sup>e</sup>, 2<sup>e</sup>, 3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup>, 6<sup>e</sup>, 13<sup>e</sup> et 14<sup>e</sup>  
Tél. : 01 42 17 05 73  
Fax : 01 42 17 06 35  
mail@reseau-ensemble.org  
www.reseau-ensemble.org  
9-11, rue Guyton de Mornveau  
75 013 Paris

**6** RÉSEAU 92 NORD  
Cancérologie, Soins Palliatifs,  
Gériatologie et Accès aux Soins  
**Territoire couvert :**  
92 Nord + Nanterre  
Tél. : 01 71 90 50 50  
Fax : 01 40 86 75 79  
contact@reseau92nord.org  
www.reseau92nord.org  
3, allée des Barbanniers  
92 230 Gennevilliers

**7** RÉSEAU ASDES  
Accès aux Soins, aux Droits et  
à l'Éducation à la Santé, Cancérologie  
et Gériatologie  
Soins Palliatifs en lien avec la Maison  
Médicale Notre-Dame-du-Lac  
(Rueil-Malmaison)  
**Territoire couvert :** 92 Centre  
Tél. : 01 47 69 72 12  
Fax : 01 47 69 67 68  
contact@asdes.fr  
www.asdes.fr  
403, avenue de la République  
92 000 Nanterre

**8** RÉSEAU OSMOSE  
Cancérologie, Soins Palliatifs,  
Gériatologie et Accès aux Soins  
**Territoire couvert :** 92 Sud  
Tél. : 01 46 30 18 14  
Fax : 01 46 30 46 71  
info@reseau-osmose.fr  
www.reseau-osmose.fr  
4, rue des carnets - 92 140 Clamart

**9** RÉSEAUX ÉQUIPÂGE en ARC-EN-CIEL  
Gériatologie (Équip'âge)  
et Soins Palliatifs (Arc-en-Ciel)  
**Territoire couvert :** 93 Nord  
Tél. : 01 49 33 05 55  
Fax : 01 42 43 69 76  
reseauequipage@orange.fr  
reseaurenciel@wanadoo.fr  
www.reseaurenciel.org  
63, rue de Strasbourg - 93 200 St-Denis

**10** RÉSEAU ACSANTÉ 93  
Maladies chroniques graves  
(dont Cancérologie) et Accès aux Soins  
**Territoire couvert :** 93  
Tél. : 01 41 50 50 10  
Fax : 01 41 50 54 11  
coordination@acsante93.com  
www.acsante93.com  
2, rue de Lorraine - 93 000 Bobigny

**11** RÉSEAU OCEANE  
Soins Palliatifs et Gériatologie  
**Territoires couverts :**  
- 93 Sud pour les soins palliatifs  
- 93 Sud-Ouest pour la gériatologie  
Tél. : 01 48 59 76 61  
Fax : 01 48 59 72 40  
contact@reseauocean.org  
www.reseauocean.org  
50, bd Paul Vallant-Couturier  
93 100 Montreuil

**12** RÉSEAU PARTAGE 94  
Cancérologie, Soins Palliatifs  
et Gériatologie  
**Territoire couvert :** 94 Est  
Tél. : 01 45 17 57 83  
Fax : 01 45 17 57 16  
partage94@chicreteil.fr  
www.partage94.fr  
Hôpital Intercommunal de Créteil - bat. K  
40, avenue de Verdun - 94 000 Créteil.

**13** RÉSEAU ONCO 94 OUEST  
Tous parcours de santé complexes  
Tous âges confondus  
**Territoire couvert :** 94 Ouest  
Tél. : 01 46 63 00 33  
Fax : 01 46 63 19 28  
contact@onco94.org  
www.onco94.org  
Hôpital de Chevilly-Larue  
Gustave Roussy  
24, rue Albert Thuret  
94 669 Chevilly-Larue Cedex

**Les ACVP** (Accueil Cancer de la Ville de Paris)  
Soutien social et psychologique

**A ACVP du 4<sup>e</sup>**  
Tél. : 01 49 96 75 75 / Fax : 01 71 28 70 45  
acvpquincompox@paris.fr  
18, rue Quincampoix - 75 004 Paris

**B ACVP du 10<sup>e</sup>**  
Tél. : 01 55 26 82 82 / Fax : 01 53 72 12 45  
acvpvalmy@paris.fr  
161, quai de Valmy - 75 010 Paris

**C ACVP du 15<sup>e</sup>**  
Tél. : 01 43 92 62 00 / Fax : 01 55 76 87 97  
acvpconvention@paris.fr  
18, rue de la Convention - 75 015 Paris

**RIFHOP-PALIPED**  
Hématologie, Oncologie et Soins  
Palliatifs Pédiatriques  
**Territoire couvert :** Île-de-France  
Tél. : 01 48 01 90 21  
Fax : 01 48 01 92 10  
contact@rifhop.net  
www.rifhop.net  
3-5 rue de Metz - 75 010 Paris



**ONCORIF**

Réseau Régional de Cancérologie  
Île-de-France

# Les réseaux de santé territoriaux Cancérologie, Soins palliatifs, Gériatologie

Île-de-France • Grande Couronne

Un réseau de santé territorial est une structure qui coordonne le parcours de santé du patient en situation complexe et apporte un appui aux professionnels du premier recours.



**1 RÉSEAU ODYSSEE**  
Tous parcours de santé complexes  
Tous âges confondus  
**Territoire couvert : 78 Nord-Ouest et 95 Nord-Ouest (Vexin)**  
Tel : 01 30 94 03 68  
Fax : 01 30 92 00 94  
contact@association-odyssee.fr  
www.association-odyssee.fr  
21, chemin des Andilles  
78 680 Epone

**2 RÉSEAU REPY**  
Cancérologie, Soins Palliatifs  
et Gériatologie  
**Territoire couvert : 78 Sud**  
**Pôle Versailles**  
Tel : 01 30 88 88 92  
Fax : 01 30 88 88 93

**Pôle Rambouillet**  
Tel : 01 30 88 88 90  
Fax : 01 30 88 88 91  
contact@gcs-repy.fr  
www.gcs-repy.fr  
Siège administratif :  
18, avenue Dutartre  
78 150 Le Chesnay  
Siège social :  
13, rue Pasteur  
781 20 Rambouillet

**RÉSEAU GRYN**  
Cancérologie, Soins Palliatifs  
et Gériatologie  
**Territoire couvert : 78 Nord-Est**  
contact@gryn.pro  
http://gryn.fr

**5 Antenne Ouest**  
Tel : 01 34 74 24 19  
Fax : 01 34 74 24 34  
antennemeulan@gryn.pro  
25, avenue des Aulnes  
78 250 Meulan-en-Yvelines

**4 Antenne Est**  
Tel : 01 30 61 70 16  
Fax : 01 30 61 71 14  
antennestgermain@gryn.pro  
155, rue du Président Kennedy  
78 100 St Germain en Laye

**5 RÉSEAU COORDINOV**  
Cancérologie, Soins Palliatifs  
et Gériatologie  
**Territoire couvert : 95 Nord-Ouest**  
Tel : 01 30 32 33 85  
Fax : 01 85 76 54 61  
contact@coordinov.com  
www.coordinov.com  
12, chaussée Jules César - BP 20344  
95520 Osny

**6 RÉSEAU OPALIA**  
Cancérologie, Soins Palliatifs,  
Gériatologie et Accès aux Soins  
**Territoire couvert : 95 Nord-Est**  
Tel : 01 34 29 75 63  
Fax : 01 34 29 75 27  
contact@opalialia95.fr  
10, avenue Charles Péguy  
95 200 Sarcelles

**7 RÉSEAU JOSÉPHINE**  
Cancérologie, Soins Palliatifs  
et Gériatologie  
**Territoire couvert : 95 Sud**  
Tel : 01 34 15 09 62  
Fax : 01 34 15 28 91  
secretariat@agymrs95.fr  
55, avenue de Paris  
95 230 Soisy-sous-Montmorency

**8 RÉSEAU NÉPALE**  
Cancérologie, Soins Palliatifs  
et Gériatologie  
**Territoire couvert : 91 Nord**  
Tel : 01 69 63 29 70  
Fax : 01 69 60 64 21  
reseau@nepale.fr / contact@nepale.fr  
www.nepale.fr  
2, route de Longpont  
91 700 Sainte-Geneviève-des-Bois

**9 RÉSEAU SPES**  
Cancérologie, Soins Palliatifs,  
Gériatologie et Accès aux Soins  
**Territoire couvert : 91 Sud**  
Tel : 01 64 99 08 59  
Fax : 01 64 99 93 41  
spes@spes-asso.fr  
www.spes-asso.fr  
Parc de la Julienne - Bât F  
24, rue des Champs  
91 830 Le Courdayr-Montceaux

**10 RÉSEAU GOSPEL**  
Cancérologie, Soins Palliatifs  
et Gériatologie  
**Territoire couvert : 77 Nord**  
Tel : 01 83 61 62 00  
Fax : 01 83 61 62 18  
contact@gospelreseau77.com  
www.gospelreseau77.com  
8, rue Henri Dunant  
77 400 Lagry-sur-Marne

**11 RÉSEAU RT2S77**  
Cancérologie, Soins Palliatifs  
et Gériatologie  
**Territoire couvert : 77 Sud**  
Tel : 01 60 71 05 93  
Fax : 01 60 72 03 25  
rt2s77@coordinatonsud77.fr  
32, rue Grande  
77 210 Samoreau

**RIFHOP-PALIPED**  
Hématologie, Oncologie et Soins  
Palliatifs Pédiatriques  
**Territoire couvert : Ile-de-France**  
Tel : 01 48 01 90 21  
Fax : 01 48 01 92 10  
contact@rifhop.net  
www.rifhop.net  
3-5 rue de Metz - 75 010 Paris

ONCORIF - GH La Pitié-Salpêtrière 47 boulevard de l'hôpital 75 013 Paris - 01 44 06 00 90

www.oncorif.fr

Avec le Soutien de  
**ars**  
Agence Régionale de Santé  
Île-de-France

Poster réalisé par ONCORIF - décembre 2019

Fiche réalisée par l'équipe du centre sous la coordination  
du Groupe information patient (Gipa) et du Comité des patients.

Retrouvez-nous sur :



ENSEMBLE, PRENONS  
LE CANCER DE VITESSE

---

  
institut  
Curie

© Crédits photos : Uriel Chantraine, Thibaut Voisin / Institut Curie