

## ÊTRE À L'ÉCOUTE DES FEMMES CONCERNÉES

Le cancer du sein est le cancer le plus fréquent chez la femme, une femme sur 8 est censée d'être concernée par le cancer du sein durant sa vie.

Le moment de **l'annonce du diagnostic** d'un cancer du sein provoque toujours un grand bouleversement. Souvent la maladie survient de manière tout à fait inattendue, sans symptômes précoces ou douleurs.

Les paroles du médecin qui transmet le diagnostic sont souvent peu compréhensibles car vous n'entendez-que quelques mots qui restent figés dans votre mémoire et il est impossible de les placer dans un contexte réel.

Il est important que vous posiez autant de questions que nécessaires pour comprendre progressivement la situation.

### **Mais poser les questions à qui ?**

A La personne qui vous a éventuellement accompagnée lors de l'annonce,-au personnel soignant, à la breast care nurse (infirmière spécialisée qui est une personne ressource et de référence lors de toutes vos visites à l'hôpital), au médecin (gynécologue, radiologue, oncologue), à des personnes qui ont déjà traversé la même situation.

**La prise en charge au Luxembourg** du diagnostic et du traitement du cancer du sein se fait dans 4 centres hospitaliers : Centre hospitalier de Luxembourg (CHL), Hôpitaux Robert Schuman sur les sites Kirchberg et Zithaklinik (HRS), Centre hospitalier Emile Mayrisch à Esch (CHEM) et le Centre hospitalier du Nord à Ettelbrück (CHdN).

Les séances de radiothérapie se font au Centre national de radiothérapie François Baclesse à Esch.

Après la mammographie, l'échographie et la biopsie suivent d'autres examens avant de déterminer le déroulement du traitement.

Le médecin gynécologue vous adresse avant toute décision à un médecin oncologue. Le diagnostic de cancer du sein ne doit en général pas être considéré comme une urgence. Il est compréhensible de vouloir se faire enlever au plus vite cet amas de cellules indésirées mais il est impératif de faire avant des **examens complémentaires** (scanner, scintigraphie osseuse, IRM, ...).

En concertation, le chirurgien (gynécologue ou chirurgien spécialisé), le radiologue, le radiothérapeute, l'anatomopathologue et l'oncologue, définissent le traitement le plus approprié pour vous. Il s'agit d'une **réunion de concertation pluridisciplinaire (RCP)**.

Un médecin désigné va vous informer de la décision et prévoir avec vous le déroulement du parcours de traitement. Autant que possible, vous serez **Patient/Partenaire de soins**. C'est-à-dire que vous recevrez durant tout votre parcours les copies de vos résultats d'examen, du déroulement de la chirurgie, de l'anatomopathologie et de votre traitement.

En cas de doutes ou de malaise relationnel avec l'équipe médicale, vous êtes libre de demander un deuxième avis auprès d'un autre médecin spécialiste.

Le diagnostic du cancer du sein va changer votre vie, vous n'allez plus pouvoir assurer votre place comme avant, dans votre famille en tant que maman et partenaire, à votre lieu de travail, dans vos contacts en société. Vous allez avoir besoin d'aide et de soutien. **NE RESTEZ PAS SEULE !**

Votre traitement va en grande partie pouvoir se dérouler en ambulatoire.

A l'hôpital, vous allez rencontrer une équipe multidisciplinaire, les médecins, la breast care nurse, l'équipe soignante et selon vos besoins, un psychologue spécialisé en oncologie, une socio esthéticienne, un kinésithérapeute, un diététicien, un assistant social.

Cette équipe va pouvoir répondre à vos questions et vous donner les informations nécessaires au bon déroulement de cette période si particulière. Elle va aussi, en même temps que l'administration de votre traitement, prendre soin de vous et vous donner des astuces pour **amoindrir au maximum les effets secondaires** qui peuvent s'installer.

Les équipes sont en lien étroit avec l'association Europa Donna et vont vous offrir en son nom du premier matériel (...), des brochures et du matériel de confort tel un coussin de cœur.

### **Europa Donna propose également des Soins de support :**

La prise en charge d'un cancer ne s'arrête pas au traitement de la seule maladie. Terme traduit de l'anglais "supportive care", les « soins de support » sont définis comme l'ensemble des soins et soutiens nécessaires aux personnes malades tout au long de la maladie. Le processus de la guérison

repose sur plusieurs piliers. A côté de la médecine traditionnelle, chaque personne a des forces naturelles de guérison qu'elle est libre d'explorer.

Les soins de support proposent une approche globale de la personne et visent à assurer la meilleure qualité de vie possible pour les personnes malades, sur le plan physique, psychologique et social. Ils prennent en compte la diversité des besoins des malades. Ils aident à mieux gérer la nouvelle situation, mieux supporter les effets secondaires des traitements et améliorer votre qualité de vie tout au long du parcours de soins. Le bénéfice des différents soins proposés est de plus en plus prouvé scientifiquement. Il s'agit de yoga thérapie, méditation, sophrologie, mindfulness, hypno thérapie, art-thérapie, dance thérapie, massage, réflexologie plantaire, consultations et conseils diététiques.

Les professionnels proposés par Europa Donna ont une expérience solide dans la prise en charge des patients oncologiques. Les séances peuvent se donner en individuel ou éventuellement en groupe.

Pour les membres d'Europa Donna, les séances sont prises en charge financièrement à 50% par l'association

<http://www.europadonna.lu/soinsintro.php>

<http://www.europadonna.lu/therapeutes.php>

<http://www.europadonna.lu/pendantlamaladie.ph>

<http://www.europadonna.lu/apreslamaladie.phpp>

À tout moment, vous pouvez faire appel à Europa Donna Luxembourg par téléphone, par mail ou fixer un rdv individuel pour trouver des réponses supplémentaires à vos questions, pour avoir une écoute ou pour pouvoir échanger avec une personne qui était aussi concernée par le cancer du sein.