

"Je souffre d'un cancer du sein (ou : cancer du colon, cancer de la prostate...), quelles offres spécifiques votre institution peut-elle proposer dans mon cas ? "

Le Centre de Réhabilitation du Château de Colpach (CRCC) accueille les patients qui, à la suite d'un cancer ou d'un évènement de santé lié à leur cancer, nécessitent des soins en vue d'obtenir une récupération optimale de leurs performances fonctionnelles, de leur autonomie et de leur qualité de vie. Tout est mis en œuvre pour accompagner le patient dans sa récupération en tenant compte de ses spécificités médicales, physiques, psychologiques, sociales, environnementales.

Cette prise en charge s'appuie sur 5 piliers essentiels :

1. Les soins médicaux et soignants :

L'équipe médicale, les infirmières, les aides-soignants prennent en charge vos problèmes de santé au quotidien. Votre traitement antérieur est poursuivi et adapté en fonction de votre situation. Nos équipes ont acquis des compétences spécifiques pour répondre à d'éventuels demandes : stomathérapie, diabétologie, gestion des plaies, gestion des effets secondaires des traitements, etc.

Nos diététiciennes vous offrent un suivi individualisé et adaptent votre alimentation à vos besoins et à vos goûts. Un groupe d'enseignement sur les conseils hygiéno-diététiques est proposé à tous les patients.

Si des examens complémentaires doivent être réalisés (prises de sang, échographies) ils le seront sur le site. D'autres examens devront être réalisés à l'extérieur (radiographies, consultations programmées). Le CRCC se charge alors de votre transport dans les meilleures conditions.

2. Un plateau technique complet :

Les soins de kinésithérapie, d'ergothérapie, d'orthophonie bénéficient d'une équipe compétente ainsi que de matériels adaptés. Des compétences spécifiques ont été acquises par nos équipes : drainage lymphatique, balnéothérapie, travail du schéma corporel, techniques de rééducation périnéale, utilisation de la réalité virtuelle pour les troubles de l'équilibre et les difficultés à la marche, activités physiques adaptées, Swiss Ball, ...

<https://www.sportifsoncologiques.lu>

3. Un service psycho-social :

Notre équipe sociale vous offre une écoute et fait le point avec vous sur votre situation familiale, sociale, professionnelle afin de mieux vous aider et vous accompagner dans toutes les démarches nécessaires. Elles organiseront avec vous les aides éventuelles dont vous aurez besoin à la suite de votre séjour et vous mettront en contact avec les services compétents.

Deux psychologues ainsi qu'une infirmière conseil en soins intimes et sexualité sont à votre écoute si vous en ressentez le besoin et peuvent vous proposer des outils spécifiques pour faire face aux difficultés ressenties. (EMDR, hypnose, thérapie brève, méditation de pleine conscience, ...)

4. L'éducation thérapeutique :

Devenir acteur de votre propre santé est l'un des objectifs de votre prise en charge. En fonction de votre pathologie et de vos besoins vous pourrez profiter d'un programme

d'éducation à la santé adapté qui vous permettra de mieux appréhender et gérer votre santé.

5. Des soins de confort et de bien-être :

Votre bien-être est important et nous mettons tout en œuvre pour le satisfaire au mieux. Vous pouvez profiter de promenades dans le parc et autour de l'étang du château mais également d'approches spécifiques mises à votre disposition :

- Parcours méditatifs dans le parc
- Lit de Relaxation,
- Lit d'hydromassage
- Luminothérapie,
- Wellness (hammam, sauna, bain à bulle)
- Fitness,
- Séances de sophrologie en groupe ou en individuel
- Massages quiétudes,
- Art-thérapie en groupe ou en séance individuelle
- Conseils et soins esthétiques
 - Soins et conseils portés sur le corps, le visage et les phanères : conseils en crème, pose de vernis, protection solaire, ...
 - Soins et conseils en entretien de la pilosité
 - Soins et conseils de corrections liés à la restauration identitaire : le maquillage, l'auto-maquillage, ...
 - Soins et conseils liés au confort, à la détente, au toucher, et à la reprise de conscience du schéma corporel : modelage
 - Soins et conseils liés à la mise en valeur personnelle : étude de l'harmonie des couleurs, de la morphologie, conseils et orientation vers les professionnels de la coiffure, prothésistes capillaires et vers des institutions où l'on vous guidera dans le choix des prothèses mammaires.

"Qu'est-ce qui m'attend concrètement le premier jour ? Quelle est la procédure ?"

Votre arrivée au CRCC aura été préparée avec vous et avec votre médecin en collaboration avec l'infirmière d'admission qui se met en contact avec vous avant même votre venue, ceci afin de pouvoir connaître vos attentes et pouvoir répondre au mieux à vos questions.

A votre arrivée à Colpach, vous êtes accueilli par notre service d'accueil administratif et ensuite par un soignant du service national de réhabilitation post-oncologique qui vous guide dans la visite du centre et vous accompagne jusqu'à votre chambre.

Après la visite du médecin, les différents services qui vous viendront en aide durant votre séjour réaliseront également avec vous un bilan de votre situation clinique, psychologique et sociale. (Service psycho-social, kinésithérapeute, ergothérapeute, psychologue, infirmier, diététicienne,)

Au terme d'une réunion de synthèse réunissant le corps médical et l'ensemble des soignants, un programme de prise en charge spécifique et personnalisé vous est alors proposé. Ce programme de prise en charge (votre "planning") détermine les soins dont vous pouvez bénéficier en fonction de vos besoins.

Nous validerons avec vous les objectifs proposés.

"A quoi ressemble mon quotidien concrètement ?"

Le programme de prise en charge qui vous est proposé alterne des séances de thérapies soit individuelles soit en groupe. En fonction de vos besoins, de nombreuses formes de thérapies peuvent vous être proposées : kinésithérapie, ergothérapie, orthophonie, soutien psychologique, accompagnement social, diététique, éducation thérapeutique adaptée, bien-être, relaxation sous différentes formes. Ce programme précise heure par heure les soins dont vous pouvez bénéficier et le thérapeute qui vous prend en charge. En raison des précautions sanitaires consécutives à la COVID-19, les groupes sont restreints à 3 ou 4 personnes et les séances individuelles sont favorisées.

Un entretien avec le médecin du service mais également des temps de repos et de récupération sont également prévus dans votre planning.

Ce programme de prise en charge (votre "planning") est réévalué au minimum une fois par semaine par l'ensemble de l'équipe interdisciplinaire. En fonction de vos progrès ou de l'évolution de votre situation, votre prise en charge peut ainsi être adaptée et les objectifs éventuellement redéfinis avec le médecin et l'équipe.

Votre programme de soins thérapeutiques quotidien débute au plus tôt à 8h30 pour se terminer au plus tard à 17h30. Les samedis après-midi et les dimanches sont libres de toute planification afin de vous permettre un temps de récupération et de visites.

Vous pouvez bénéficier, si vous le souhaitez d'une salle de sport et d'un grand parc agréable parsemé d'œuvres d'art dans lequel vous pourrez vous promener.

"Si j'ai encore besoin d'un traitement médical, comme une chimiothérapie, puis-je continuer le traitement dans ma clinique à partir de Colpach ?"

La continuité de la prise en charge de votre maladie oncologique est assurée. Si un traitement est prévu (chimiothérapie, séance de radiothérapie, examen de contrôle, ...) pendant votre séjour à Colpach, nous prenons en charge votre transfert vers l'hôpital ainsi que votre retour au CRCC. Nos médecins sont en contact permanent avec votre médecin oncologue en cas de besoin. Votre programme de prise en charge est adapté en conséquence.

"Si j'ai besoin de soins médicaux, y a-t-il quelqu'un à Colpach qui peut m'aider ?"

A votre arrivée, le médecin du service procède à votre examen clinique complet et détermine avec vous les objectifs de votre prise en charge.

Le médecin du service passe une visite tous les jours et répond à vos demandes. Un médecin rééducateur est également disponible tous les jours et coordonne les différentes activités physiques dont vous avez besoin.

La continuité des soins est assurée par l'équipe médicale et soignante 24h/24 et 7 jours sur 7 : à tout moment, un médecin peut être joint par les infirmiers et répondre à une demande de soins.

"Votre chambre"

Toutes les chambres du CRCC sont des chambres individuelles (sans supplément financier) dont une grande partie offre une vue sur le parc. Suffisamment spacieuses, elles sont toutes équipées d'une douche adaptée, d'un réfrigérateur, d'un petit coffre, de la télévision et d'un accès internet. Vous pouvez pleinement profiter de moments de repos et d'isolement si vous en ressentez le besoin.

"Mon enfant peut-il m'accompagner ? Ou est-ce que je peux aussi me faire accompagner par mon +partenaire ?"

Nous ne pouvons accueillir au sein du service d'autre personne que nos patients. Les visites sont limitées en raison des règles sanitaires nationales. Les règles changeant régulièrement dans tout le secteur, notre personnel vous les expliquera en détail lors de votre arrivée.

"Je sais que dans le passé vous avez surtout pris en charge des personnes âgées, comment est-ce maintenant ? En tant que patient cancéreux plus jeune, trouverai-je d'autres patients de mon âge ?"

La maladie cancéreuse atteint des patients de tous âges et le service national de réhabilitation post-oncologique accueille tous les patients âgés de plus de 18 ans. Nous accueillons de plus en plus de patients encore actifs professionnellement et veillons à intégrer cette dimension dans les objectifs de votre séjour. Le service psycho-social vous viendra en aide pour toutes les questions sur vos droits et pour vous accompagner dans les démarches administratives au besoin (congés maladie, reprises progressives du travail,). Les ergothérapeutes sauront vous apporter des conseils professionnels par diverses mises en situation et mettre en évidence les aménagements éventuellement nécessaires de votre poste de travail ou de l'organisation du travail.

"Quelles sont les langues parlées par votre personnel ? Je préfère parler luxembourgeois..."

La majorité de nos personnels de soin peuvent s'exprimer en langue luxembourgeoise. Tout le monde parle également le français, certains peuvent s'entretenir avec vous en allemand ou en portugais.

« Je ne vais pas bien psychologiquement, je me sens comme dans un « trou noir ». Y a-t-il un soutien psycho-oncologique à Colpach ? »

Le personnel du service psycho-social vous rencontre dès le lendemain de votre arrivée pour échanger sur votre ressenti, votre vécu, votre projet durant votre séjour et pour le futur. Les différents services de thérapies ou de bien-être vous sont alors proposés et, suivant vos objectifs, la planification des soins est décidée en réunion interdisciplinaire.

Un soutien psychologique est systématiquement proposé et notre psychologue se tient à disposition des patients et de leur entourage. Différentes thérapies complémentaires sont également proposées :

- la sophrologie est une méthode appliquée par une soignante permettant une meilleure identification des tensions émotionnelles et physiques et une représentation positive de situations vécues difficilement,

- l'art-thérapie offre l'opportunité d'exprimer de façon créative des sentiments, des pensées. En transformant les difficultés personnelles en productions artistiques, il est ainsi possible de les mettre à distance et d'en reprendre le contrôle.

- les massages « quiétudes » dispensés par des soignants vous permettent de profiter d'un moment de relaxation et de détente dans un espace d'écoute et de bienveillance.

- des soins et conseils esthétiques dispensés par des soignantes qualifiées s'inscrivent dans une démarche thérapeutique, interdisciplinaire, visant à améliorer l'image de soi et la qualité de vie des patients tout en aidant également à lutter contre la douleur, l'isolement social et la fatigue.

- les conseils en vie intime et sexuelle proposés par notre infirmière spécialisée, proposent un accompagnement personnalisé face aux difficultés d'ordre plus intime qui pourraient apparaître à la suite de la maladie ou des traitements.

Tous les soignants de l'établissement ont bénéficié d'une formation de sensibilisation en psycho-oncologie et sont à même de pouvoir proposer une écoute bienveillante et des activités adaptées.

"J'aimerais parler à d'autres patients, y a-t-il des offres de groupe ?"

Certaines activités sont réalisées en groupe : travail d'équilibre et exercices proprioceptifs, réentraînement à l'effort, cuisine thérapeutique, éducation thérapeutique

Des groupes d'art-thérapie et de soutien psychologique vous permettent d'échanger et partager vos expériences de la maladie.

Autant que possible, les groupes sont constitués de façon homogène.

"Que dois-je faire si je veux faire un séjour à Colpach ?"

Une demande d'admission doit être faite par votre médecin traitant, votre médecin référent ou votre oncologue auprès du CRCC. Le formulaire de demande est disponible dans les hôpitaux ou sur le site internet du CRCC (www.rehabilitation.lu).

Après examen de cette demande, le CRCC recontacte votre médecin ou vous-même pour définir au mieux votre date d'admission. Un courrier de confirmation vous est adressé éventuellement vous précisant les conditions d'admission.

Vous n'avez pas d'autre démarche à effectuer. Le CRCC réalise les démarches de prise en charge auprès de la CNS ou de votre caisse d'affiliation.