

Département de Pneumologie

Service oncologie thoracique

Carnet de liaison

Programme

Personnalisé de Soins



CHU de Montpellier
Hôpital Arnaud de Villeneuve
371 avenue du Doyen G. Guiraud
34295 Montpellier Cedex 5

Madame, Monsieur,

Vous avez en main un carnet de liaison qui vous est strictement personnel. Il vise à améliorer votre prise en charge médicale, sociale et psychologique. Il a pour but de vous servir d'aide-mémoire et de guide tout au long des différentes étapes de votre parcours de soins.

Vous y retrouverez plus facilement tous les rendez-vous, traitements et examens que vous avez eu ou dont vous bénéficierez durant votre maladie. Il vous donne aussi des informations sur les symptômes, les effets secondaires dûs aux traitements et vous aide à décider quand et qui consulter si vous présentez certains de ces symptômes.

Ce carnet est en lien avec votre Programme Personnalisé de Soins (PPS) et a également vocation à faciliter les communications avec les différents professionnels de santé intervenants dans votre prise en charge en équipe pluridisciplinaire.

Ce carnet vous est strictement personnel, son contenu confidentiel est soumis au secret professionnel. Les informations inscrites, sont votre propriété et vous n'avez aucune obligation de les transmettre à qui que ce soit (employeur, compagnie d'assurances, etc.).

Ce programme est destiné à être remis à tous les malades dès le début de leur prise en charge en relais immédiat du dispositif d'annonce. Le PPS permet de formaliser la proposition de prise en charge thérapeutique donnée à l'issue de la réunion de concertation pluridisciplinaire (RCP). Il constitue une des conditions transversales de qualité, rendues obligatoires dans le cadre du dispositif d'autorisation des établissements de santé pour la pratique de la cancérologie. Sa remise aux malades fera l'objet d'un suivi spécifique au sein des établissements autorisés.

L'équipe d'oncologie thoracique,
secteur hospitalisation de semaine et ambulatoire.
Hôpital Arnaud De Villeneuve - CHU de Montpellier

SOMMAIRE

Coordonnées & Numéros Utiles.....p. 05

Votre pathologie & vos antécédents.....p. 11

Votre parcours de soins.....p. 15

Information sur les voies d'abord.....p. 49

Hygiène & alimentation.....p. 53

Prise en charge sociale & prise en charge
psychologique.....p. 61

Associations & espaces d'informations.....p. 67

Sources.....p. 69

Coordonnées & Numéros utiles

Votre interlocuteur principal doit être votre médecin traitant.

Ce dernier est en mesure de vous prendre
en charge par rapport à votre maladie.

Il fera le lien avec l'hôpital en cas de nécessité.

COORDONNÉES ONCOLOGIE THORACIQUE

Infirmières de coordination

Du lundi au jeudi de 9h à 16h (hors jours fériés)

Tél. : **04 67 33 24 28**

Ide-pivot@chu-montpellier.fr

Service Pneumologie A : hospitalisation de semaine

Du lundi 7h30 au vendredi 19h (hors week-end et jours fériés)

Tél. : **04 67 33 61 39**

S.O.T.AM (service d'oncologie thoracique ambulatoire)

Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30

Tél. : **04 67 33 61 40**

Secrétariat d'hospitalisation

Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Tél. : **04 67 33 61 35**

Assistante sociale

Tél. : **04 67 33 58 29**

Psychologue

Tél. : **07 61 86 07 03**

Cadre de Santé

Tél. : **04 67 33 61 38**

En cas d'urgence

Appeler votre médecin traitant
ou le SAMU joignable au 15

CE CARNET APPARTIENT A

PRÉNOM :

NOM :

NÉ(E) LE :

**N° DE TÉLÉPHONE
PORTABLE :**

**N° DE TÉLÉPHONE
DOMICILE :**

**N° DE TÉLÉPHONE
AUTRE :**

ADRESSE POSTALE :

ADRESSE MAIL :

COORDONNÉES DES PERSONNES À PRÉVENIR

PRÉNOM :

NOM :

LIEN DE PARENTÉ :

N° DE TÉLÉPHONE :

VILLE DE RÉSIDENCE :

PRÉNOM :

NOM :

LIEN DE PARENTÉ :

N° DE TÉLÉPHONE :

VILLE DE RÉSIDENCE :

COORDONNÉES DE LA PERSONNE DE CONFIANCE

Si vous êtes majeur, vous avez la possibilité de désigner cette personne à tout moment et d'en changer à tout moment. Cette personne pourra vous accompagner dans vos démarches et assister à vos entretiens médicaux.

Dans le cas où votre état de santé ne vous permettrait pas de donner votre avis ou de faire part de vos décisions, l'avis ainsi recueilli auprès de cette personne guidera le médecin pour prendre ses décisions.

PRÉNOM :

NOM :

LIEN DE PARENTÉ :

N° DE TÉLÉPHONE :

VILLE DE RÉSIDENCE :

COORDONNÉES DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ À DOMICILE

Médecin traitant

Nom :

N° Tél. : Fax :

Infirmiers libéraux

Nom :

N° Tél. : Fax :

Pharmacie

Nom :

N° Tél. : Fax :

Kinésithérapeute

Nom :

N° Tél. : Fax :

Prestataire

Nom :

N° Tél. : Fax :

Autre intervenant

Nom :

N° Tél. : Fax :

Autre intervenant

Nom :

N° Tél. : Fax :

Autre intervenant

Nom :

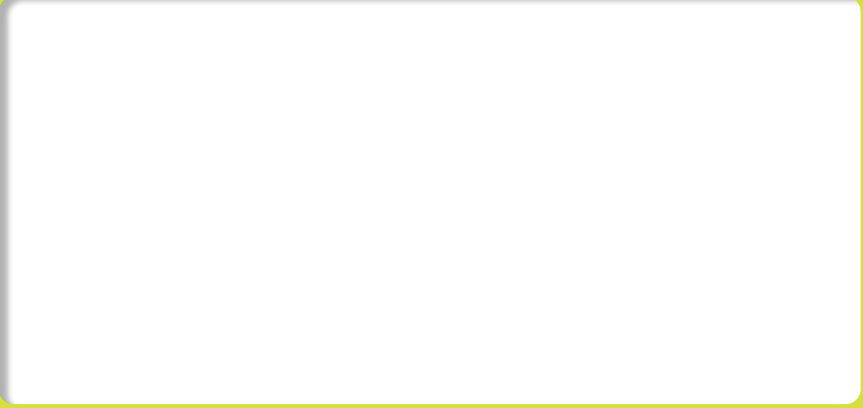
N° Tél. : Fax :

Votre pathologie & Vos antécédents

FICHE PATHOLOGIE



ANTÉCÉDENTS MÉDICAUX



ANTÉCÉDENTS CHIRURGICAUX



ALLERGIES



Programme Personnalisé de Soins

Madame, Monsieur,
Voici une synthèse de votre projet de soins personnalisé.
Ce programme est un plan prévisionnel.
A tout moment il pourra être modifié, interrompu ou adapté après concertation médicale et/ou en fonction de votre tolérance au traitement.

TRAITEMENT MÉDICAL

Nom protocole

**Intra-veineux
et/ou sous-cutané**

Nombre de cures

Rythme des séances

Evaluation après cures

Durée estimée du traitement

Lieu

Per os

Nom du traitement

Fréquence des prises

Durée estimée du traitement

TRAITEMENT PAR RADIOTHÉRAPIE

Date de la consultation

Nombre de séances

Région irradiée

Lieu des séances

SURVEILLANCES PENDANT LE TRAITEMENT

Examens radiologiques

Bilans sanguins (fréquence)

FICHE EXPLICATIVE DU TRAITEMENT



Calendrier Prévisionnel de Soins, mois année

Cure n°	Sem. 1	Sem. 2	Sem. 3	Sem. 4	Sem. 5
Hospitalisation pour chimiothérapie					
Consultations médicales					
Bilans sanguins					
Facteurs de croissances					
Examens					
Radiothérapie					

Evaluation de vos effets indésirables

Indiquer les effets indésirables que vous percevez au cours de votre cure. Inscrire l'intensité de 1 (peu d'effet) à 5 (beaucoup d'effet).

Effets indésirables					
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				

Liaison avec la ville

Médecin traitant

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Infirmier libéral

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Prestataire de service

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Calendrier Prévisionnel de Soins, mois année

Cure n°	Sem. 1	Sem. 2	Sem. 3	Sem. 4	Sem. 5
Hospitalisation pour chimiothérapie					
Consultations médicales					
Bilans sanguins					
Facteurs de croissances					
Examens					
Radiothérapie					

Evaluation de vos effets indésirables

Indiquer les effets indésirables que vous percevez au cours de votre cure.
Inscrire l'intensité de 1 (peu d'effet) à 5 (beaucoup d'effet).

Effets indésirables					
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				

Liaison avec la ville

Médecin traitant

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Infirmier libéral

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Prestataire de service

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Calendrier Prévisionnel de Soins, mois année

Cure n°	Sem. 1	Sem. 2	Sem. 3	Sem. 4	Sem. 5
Hospitalisation pour chimiothérapie					
Consultations médicales					
Bilans sanguins					
Facteurs de croissances					
Examens					
Radiothérapie					

Evaluation de vos effets indésirables

Indiquer les effets indésirables que vous percevez au cours de votre cure.
Inscrire l'intensité de 1 (peu d'effet) à 5 (beaucoup d'effet).

Effets indésirables					
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				

Liaison avec la ville

Médecin traitant

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Infirmier libéral

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Prestataire de service

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Calendrier Prévisionnel de Soins, mois année

Cure n°	Sem. 1	Sem. 2	Sem. 3	Sem. 4	Sem. 5
Hospitalisation pour chimiothérapie					
Consultations médicales					
Bilans sanguins					
Facteurs de croissances					
Examens					
Radiothérapie					

Evaluation de vos effets indésirables

Indiquer les effets indésirables que vous percevez au cours de votre cure.
Inscrire l'intensité de 1 (peu d'effet) à 5 (beaucoup d'effet).

Effets indésirables					
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				

Liaison avec la ville

Médecin traitant

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Infirmier libéral

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Prestataire de service

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Calendrier Prévisionnel de Soins, mois année

Cure n°	Sem. 1	Sem. 2	Sem. 3	Sem. 4	Sem. 5
Hospitalisation pour chimiothérapie					
Consultations médicales					
Bilans sanguins					
Facteurs de croissances					
Examens					
Radiothérapie					

Evaluation de vos effets indésirables

Indiquer les effets indésirables que vous percevez au cours de votre cure.
Inscrire l'intensité de 1 (peu d'effet) à 5 (beaucoup d'effet).

Effets indésirables					
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				

Liaison avec la ville

Médecin traitant

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Infirmier libéral

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Prestataire de service

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Calendrier Prévisionnel de Soins, mois année

Cure n°	Sem. 1	Sem. 2	Sem. 3	Sem. 4	Sem. 5
Hospitalisation pour chimiothérapie					
Consultations médicales					
Bilans sanguins					
Facteurs de croissances					
Examens					
Radiothérapie					

Evaluation de vos effets indésirables

Indiquer les effets indésirables que vous percevez au cours de votre cure. Inscrivez l'intensité de 1 (peu d'effet) à 5 (beaucoup d'effet).

Effets indésirables					
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				
	Semaine				
	1	2	3	4	5
	Intensité				

Liaison avec la ville

Médecin traitant

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Infirmier libéral

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Prestataire de service

.....

.....

.....

.....

.....

.....

INFORMATIONS SUR LA MALADIE ET VOTRE TRAITEMENT

DÉFINITION DU CANCER

«Cancer» est un terme général désignant toutes les maladies pour lesquelles les cellules du corps humain se divisent d'une manière incontrôlée.

Les cellules sont les constituants de base des organes qui composent tout être vivant. Un organe normal se renouvelle régulièrement grâce à un équilibre permanent entre des cellules qui se reproduisent et des cellules qui meurent. Une tumeur apparaît lorsque les cellules d'un organe deviennent anormales et se reproduisent sans contrôle.

DÉFINITION DE LA CHIMIOTHÉRAPIE

La chimiothérapie a une place importante dans le traitement des cancers.

Il s'agit d'un traitement général qui a pour objectif de détruire médicalement les cellules tumorales. C'est un traitement qui pourra se diffuser dans la totalité de votre corps, pour agir partout où quelques cellules tumorales peuvent subsister.

Il existe donc plusieurs médicaments de chimiothérapie qui peuvent être utilisés seuls ou en association. La décision de votre médecin oncologue de vous administrer un produit dépend du type de tumeur, du stade de développement, de votre état général, des traitements que vous avez éventuellement déjà reçus.

DÉFINITION DE L'IMMUNOTHÉRAPIE

Le concept de l'immunothérapie tient à l'observation déjà ancienne que le développement d'un cancer est possible parce que les cellules cancéreuses mettent en place des stratégies qui les rende inapparentes pour les cellules de l'immunité. En effet, notre système immunitaire ne nous protège pas seulement des infections. Les cellules qui le composent, et notamment ce que l'on appelle les lymphocytes CD8 sont normalement capables de distinguer une cellule normale d'une cellule cancéreuse et de détruire cette dernière. Or pour qu'un cancer se développe, il faut qu'il y ait soit camouflage, soit les deux.

Contrairement à la chimiothérapie qui agit directement sur la cellule cancéreuse, l'immunothérapie vise, elle, à rendre efficace les cellules immunitaires.

L'administration se fait par voie intraveineuse une fois tous les quinze jours en ambulatoire ou toutes les 3 semaines selon le produit.

DÉFINITION DE LA THÉRAPIE CIBLÉE

L'idée est d'abord d'identifier une anomalie des cellules cancéreuses à l'échelle d'un gène par exemple. Puis lorsque la conviction est faite que cette anomalie est importante, et que les cellules normales ne la porte pas, le médicament capable de bloquer ce gène est créé pour ainsi dire sur mesure. C'est ce qu'on appelle la thérapie ciblée.

A l'évidence pour que ce type de traitement fonctionne, il faut qu'il y ait

«la cible» c'est-à-dire l'anomalie du gène que le médicament peut réguler. Et que cette anomalie soit l'expression de la cancérisation des cellules.

Ce type de médicament s'administre par voie orale sous forme de comprimé à prendre tous les jours.

DÉFINITION DE LA RADIOTHÉRAPIE

La radiothérapie est un traitement local, délivrant des rayonnements ionisants sur une zone précise, en préservant le plus possible les tissus sains.

La radiothérapie peut-être utilisée après la chirurgie, après ou en association à de la chimiothérapie.

Avant la mise en place de la radiothérapie, vous rencontrerez un médecin radiothérapeute qui adaptera la fréquence et la durée des séances.

En général, les séances ont lieu du lundi au vendredi et ne durent que quelques minutes.

LES EFFETS SECONDAIRES DES TRAITEMENTS ANTI-CANCÉREUX

Les effets secondaires des traitements anti-cancéreux sont variés et leur apparition dépend des produits utilisés, et des réactions spécifiques de chaque personne. Dans tous les cas, votre médecin mettra tout en œuvre pour limiter, voire même empêcher les conséquences de ces effets.

Vous devez signaler à votre médecin ou l'équipe soignante tout symptôme inhabituel afin que nous puissions prévenir au mieux ces effets indésirables.

LES EFFETS SECONDAIRES DE LA CHIMIOTHÉRAPIE

LES NAUSÉES - LES VOMISSEMENTS

Selon le protocole de chimiothérapie utilisé.

Avant chaque injection de chimiothérapie, est administré un anti-nauséeux, dans le but de ne pas voir l'apparition de cet effet.

Une ordonnance vous sera faite en cas de nausées ou vomissements à la maison (Cf, règles hygiéno-diététiques en page 60).

EFFETS SUR LES CELLULES SANGUINES

Les cellules sanguines sont différenciées en trois familles (lignées) :

- les globules blancs (leucocytes) : agissent contre les infections
- les globules rouges (érythrocytes) : permettent d'apporter de l'oxygène aux différents organes du corps humain,
- les plaquettes (thrombocytes) : permettent la cicatrisation et empêchent les saignements.

La chimiothérapie fait baisser de manière plus ou moins importante ces trois types de cellules sanguines produites par la moelle osseuse.

Cette diminution dépend des produits et des doses utilisées.

Cette baisse est classique, gérable et transitoire, elle peut être surveillée par des prises de sang (NFS : Numération Formule Sanguine) régulières qui sont réalisées en laboratoire de ville.

Cette baisse passe très souvent inaperçue et survient le plus souvent 7 jours après l'injection de la chimiothérapie.

Certains traitements injectables pourront être prescrits pour prévenir et atténuer cette baisse.

LES GLOBULES BLANCS

La baisse des globules blancs est la leucopénie, leur baisse provoque une moins bonne réaction immunitaire, vous rendant plus sensible aux infections. Si vous avez une baisse des globules mais pas de fièvre, éviter les transports en communs, les lieux publics, le contact avec des personnes souffrant d'une infection.

Vous devez également surveiller votre température quotidiennement. Des facteurs de croissance peuvent-être instaurés.

Si vous avez de la température supérieure à 38°C et/ou des frissons, prenez rapidement rendez-vous auprès de votre médecin traitant.

LES PLAQUETTES

La baisse des plaquettes est la thrombopénie.

Elle peut favoriser des saignements (gencives, nez, au niveau plaie, œil) et peut provoquer l'apparition d'hématomes spontanés et de saignements gynécologiques importants.

En cas de thrombopénie, évitez de vous raser avec un rasoir mécanique, évitez les activités propices à provoquer des blessures ou des chocs. Dans certains cas, une transfusion de plaquettes peut être nécessaire.

LES GLOBULES ROUGES

La baisse des globules rouges et par conséquent de l'hémoglobine est l'anémie. Les symptômes peuvent être une pâleur, une fatigue, un essoufflement. Un traitement médicamenteux peut être instauré et/ou une transfusion en globules rouges peut s'avérer nécessaire.

LA CHUTE DES CHEVEUX OU ALOPÉCIE

Les chimiothérapies agissent également sur les cellules saines à l'origine des poils et des cheveux. Certains produits entraînent la chute des cheveux, c'est l'alopecie. De la même manière une chute des cils, sourcils, poils pubiens, peut survenir.

La chute des cheveux débute en général deux à trois semaines après la première perfusion de chimiothérapie. Des démangeaisons, des picotements voire des douleurs peuvent être ressentis avant et au moment de la chute.

L'alopecie est temporaire et réversible. Les cheveux recommencent à pousser quelques semaines après l'arrêt du traitement de chimiothérapie.

Dès le commencement du traitement alopeciant, il est conseillé de faire une coupe de cheveux plus courte que d'habitude avant même que la chute ne survienne. Il convient également d'éviter les permanentes et les colorations.

Vous pouvez bénéficier d'une prescription médicale de perruque qui sera prise en charge par la sécurité sociale selon un plafond.

La radiothérapie cérébrale fait également tomber les cheveux.

LA FATIGUE

Conjointement aux conséquences de la maladie les traitements peuvent induire une fatigue physique inhabituelle. Cette fatigue peut être aussi liée à l'anémie.

Fixez vous des objectifs mesurés, fractionnez les tâches et ménagez vous plusieurs temps de repos tout au long de la journée.

Si vous êtes fatigué, il vous faut essayer de gérer cette fatigue pour pouvoir garder une activité physique minimale. Évitez de rester inactif car cette inactivité peut augmenter la sensation de fatigue et engendrer une fatigue morale.

LES PRINCIPAUX EFFETS SECONDAIRES DE L'IMMUNOTHÉRAPIE

L'immunothérapie est souvent bien tolérée, toutefois elle peut provoquer des troubles du transit à type de diarrhées, des réactions cutanées, des problèmes de thyroïdes, des problèmes hépatiques, des pneumopathies inflammatoires, de la fatigue.

LES PRINCIPAUX EFFETS SECONDAIRES DES THÉRAPIES CIBLÉES

Ils seront variables d'une thérapie à une autre.

LA TOXICITÉ CUTANÉ

Photosensibilité, acné, prurit, érythème solaire, +/- alopecie partielle, pousse des cils, modification de la structure du cheveu, périonyxis (voir P63 conseils).

LA TOXICITÉ DIGESTIVE

Diarrhées, nausées, vomissements. Un traitement adapté pourra vous être prescrit afin de diminuer voire d'annuler ces effets.

LA TOXICITÉ HÉPATIQUE

Augmentation des transaminases (enzymes hépatiques) dans le sang, qui témoigne d'une souffrance plus ou moins importante du foie.

LA TOXICITÉ HÉMATOLOGIQUE

Diminution des plaquettes, des globules rouges et des globules blancs. A cet effet des prises de sang vous seront prescrit régulièrement.

LA TOXICITÉ CARDIAQUE

un électrocardiogramme (tracé électrique de l'activité cardiaque) sera fait lors des consultations de suivi, car des troubles du rythme cardiaque peuvent survenir.

FATIGUE

ATTEINTE OCULAIRE, conjonctivite, kératite (un suivi chez un ophtalmologue pourra être envisagé).

PNEUMOPATHIE INTERSTITIELLE

TROUBLES DES MUSCLES AVEC CRAMPES

Informations sur les voies d'abord

LES VOIES VEINEUSES CENTRALES (VVC)

LE PICC LINE

Il s'agit d'un cathéter veineux central inséré par voie périphérique.

On le met en place au niveau du bras et son extrémité va jusqu'à l'entrée du cœur (voir schéma). Il permet de réaliser en toute sécurité des injections intraveineuses et des prélèvements sanguins.

Ce cathéter peut être laissé en place pendant plusieurs mois à condition d'un entretien rigoureux. On le met en place sous guidage échographique et radioscopique dans des conditions d'asepsie chirurgicale sous anesthésie locale. Les contre-indications sont exceptionnelles.

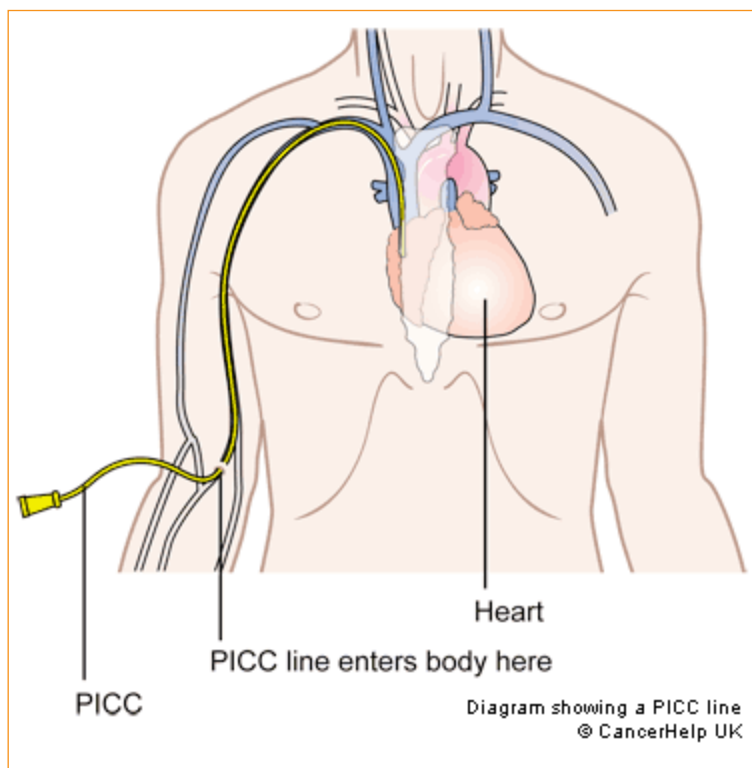


Schéma issu de www.radiologie-montpellier.fr

PORT À CATH (PAC) OU CATHÉTER À CHAMBRE IMPLANTABLE (CCI)

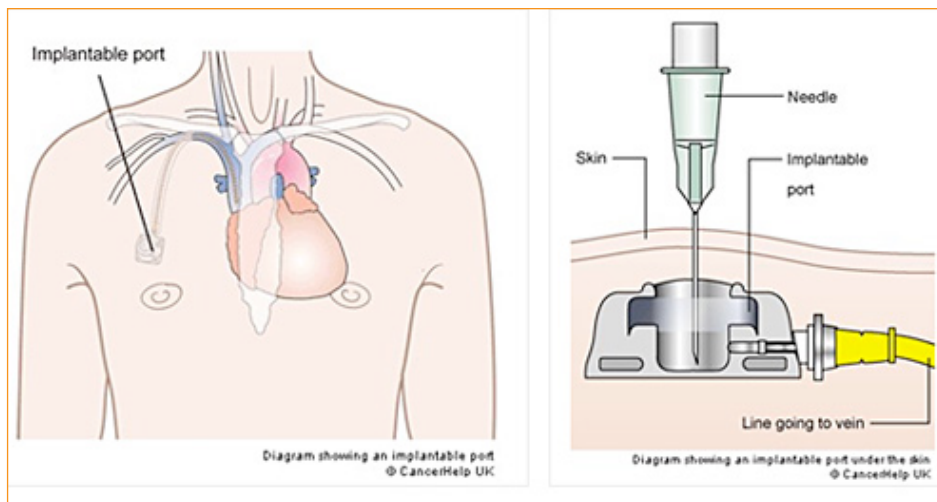
Le PAC est un boîtier (réservoir ou chambre) implanté en sous-cutané et raccordé à un cathéter veineux central.

Ce dernier est un tuyau stérile très fin, biocompatible de 1 à 2 mm de diamètre et d'une vingtaine de centimètres de long.

Il est introduit le plus souvent dans une veine de la base du cou (veine céphalique, veine sous clavière, veine jugulaire interne).

A chaque utilisation, il faut piquer la peau pour accéder à la chambre. L'aiguille utilisée s'appelle l'aiguille d'Hubert qui reste souvent en place 5 à 7 jours.

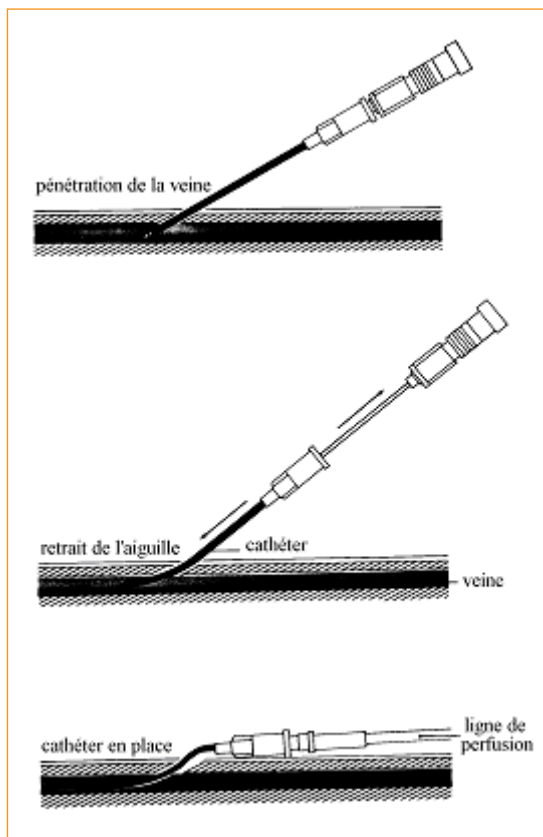
Ce type de cathéter ne nécessite pas de pansement : les bains et les douches sont autorisés après cicatrisation complète (environ deux semaines).



LA VOIE VEINEUSE PÉRIPHÉRIQUE

Il s'agit d'un dispositif médical permettant la mise en place d'un cathéter au niveau d'une veine périphérique, souvent au niveau du membre supérieur afin d'infuser des liquides dans la circulation sanguine générale.

La pose d'une VVP implique de bonnes veines.



Hygiène & alimentation

RÈGLES HYGIÉNO-DIÉTÉTIQUES POUR LES PATIENTS SOUS CHIMIOTHÉRAPIE

L'ALIMENTATION

Les traitements dont vous bénéficiez, peuvent altérer le goût, vous faire perdre l'appétit, vous donner des troubles du transit.

Pour conserver un bon état nutritionnel, il est important de bien adapter son alimentation aux habitudes personnelles et aux difficultés rencontrées.

La dénutrition peut nuire à la bonne réalisation des traitements, entraîner une diminution des capacités physiques, réduire la qualité de vie et majorer les risques de complications. Elle doit être prévenue et combattue précocement.

Altération du goût :

L'altération du goût peut être provoquée par les traitements de façon temporaire et réversible dans un espace de temps plus ou moins long. Une impression de goût métallique dans la bouche peut être évitée en consommant de préférence :

- Des viandes blanches, du poisson, des œufs.
- Du fromage et des laitages.
- Des féculents (pâtes, riz, semoule, pommes de terre).
- Des aliments froids ou à température ambiante (salade composée, desserts, ...).
- Des boissons types : eau, thé, jus de légumes, jus de fruits frais, boissons gazeuses citronnées, limonade.

Perte de l'appétit :

Pour compenser ce que vous ne prenez pas aux repas principaux :

- Ajoutez des collations dans la journée.
- Buvez de préférence entre les repas pour limiter la sensation de satiété.
- Enrichissez certaines préparations avec par exemple du fromage râpé, de la crème fraîche, du beurre, du lait en poudre, ...
- Demandez à votre médecin de vous prescrire des compléments alimentaires adaptés aux troubles du transit.

Difficultés à avaler :

Si vous avez une inflammation buccale ou des troubles de la salivation :

- Consommez des aliments additionnés de crème, de lait, de sauce, de jus pour améliorer leur onctuosité.
- N'hésitez pas à mixer ou hacher les préparations.
- Buvez des boissons fraîches ou glacées.

- Consommez des aliments froids.
- Évitez les épices, les aliments acides (vinaigre, agrumes, kiwi, tomate).

Vous souffrez de constipation

- Buvez au moins 1,5L de boisson par jour (eau, tisanes, bouillons, jus de fruits avec pulpe,...).
- Privilégiez une alimentation riche en fibre (fruits, légumes, pain complet,...).
- Dans la mesure du possible maintenez une activité régulière (marche).

Vous souffrez de diarrhées

- Buvez au moins 1,5L de boisson par jour pour vous hydrater.
- Consommez de préférence : de la viande grillée, des féculents, des fromages à pâte cuite, des yaourts, des compotes à base de coing.
- Évitez : le lait et les desserts lactés, les fruits et légumes crus, les fruits et légumes secs, les fritures et sauces.

Lorsque le transit s'améliore, réintroduisez progressivement les aliments supprimés.

Vous souffrez de nausées / vomissements

- Fractionnez la prise alimentaire.
- Veillez à bien vous hydrater en buvant entre les repas.
- Consommez des aliments à température ambiante ou froids pour atténuer leur saveur et leur odeur.
- Privilégiez les boissons gazeuses.
- Évitez toute préparation grasse, les aliments à goût fort (poisson, choux...) et les épices.

Il est important de surveiller votre poids de façon hebdomadaire. Si malgré tous les conseils vous perdez du poids, alertez votre médecin traitant afin que des mesures diététiques personnalisées soient instaurées.

Fiche de suivi hebdomadaire de votre poids

	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
Semaine 1						
Semaine 2						
Semaine 3						
Semaine 4						
Semaine 5						

	Juillet	Aout	Sept.	Oct.	Nov.	Dec.
Semaine 1						
Semaine 2						
Semaine 3						
Semaine 4						
Semaine 5						

L'HYGIÈNE

La base de la chimiothérapie est de bloquer le développement des cellules cancéreuses. Mais les traitements ne permettent pas de cibler uniquement les cellules cancéreuses, mais agissent sur toutes les cellules du corps.

En conséquence, les cellules sanguines sont moins nombreuses et notamment les globules blancs, acteurs de la réponse immunitaire du corps humain.

Pour limiter au maximum le risque d'infection, des mesures doivent être prises :

- Lavage des mains.
- Douche quotidienne.
- Nettoyage des fruits et légumes avant leur consommation.
- Votre environnement doit être propre.
- Limitez les visites des personnes malades (grippe, gastro., rhume, etc.).
- Nettoyer le réfrigérateur 1 fois par semaine.
- Consommation interdite d'alimentation crue (huîtres, tartares...)

RÈGLES HYGIÉNO-DIÉTÉTIQUES POUR LES PATIENTS SOUS THÉRAPIES CIBLÉS

LES MODALITES DE PRISE

- Rester à jeun 2H avant et après la prise du traitement
(Exemple : petit déjeuner à 8H, prise traitement à 10H et déjeuner à midi.)

Exception :

Sauf pour l'**alectinib (alecensa)** qui doit être impérativement être pris pendant un repas notemment avec des lipides qui favorisent son absorption.

Sauf pour le **brigatinib** qui peut être pris pendant ou en dehors des repas.

- Si deux prises dans la journée respecter au moins dix heure d'intervalle entre les deux.
- Prendre son traitement toujours à la même heure et ne jamais le stopper.
- En cas d'oubli prendre le traitement sauf s'il y a moins de 8H avant la prochaine prise.

Ne pas doubler la dose en cas d'oubli

- Si vomissements attendre la prise suivante
- Avaler le ou les comprimés sans les garder en bouche avec un verre d'eau.

CE QUI EST DÉCONSEILLÉ

- Consommation de tabac.
- Utilisation d'IPP (inhibiteur de la pompe à protons=protecteur gastrique tel que oméprazole par exemple) médicament contre l'ulcère de l'estomac, et l'oesophagite (si IPP maintenu par l'oncologue, le prendre à distance de la thérapie ciblée et boire un verre de jus de citron ou un verre de coca une demie heure avant la prise de thérapie ciblée).
- Prendre de la phytothérapie (millepertuis, eucalyptus...) ou consommation de plantes aromatiques dans l'alimentation (menthe, basilic, romarin...).
- Consommer du pamplemousse ou jus de pamplemousse.
- Consommer du thé vert quotidiennement.
- Prendre de nouveau traitement sans en avoir référé à son oncologue : risque d'interactions médicamenteuses notamment avec les médicaments à visée cardiaque.

CONSEILS DONNÉS PAR RAPPORT A LA TOXICITÉ CUTANÉ

- Utiliser une huile lavante ou un pain de savon sans parfum.
- Hydrater sa peau++ : prescription de crème hydratante.
- Attention à l'hyperkératose plantaire à traiter en début de prise en charge (Ex : Akérat 30 ou 50 chez Avène).
- Se protéger du soleil ; indice 50 même l'hiver (notamment sur le visage, les oreilles et les mains), port d'un chapeau, pas d'exposition au soleil.

Attention au fait que l'exposition est la même au travers d'une vitre ou d'un parebrise.

Certains médicaments entraînent des problèmes cutanés tellement fréquents qu'un antibiotique peut être prescrit préventivement.

En cas de prurit un antihistaminique pourra être prescrit.

CONSEILS EN CAS DE DIARRHÉES

- Dans un 1^{er} temps l'opéramide (immodium) après chaque selle liquide (max 6/J).
- Si persistance prendre du Tiorfan matin et soir en systématique.
- Éviter le smecta en automédication.
- Contrôler son poids et boire 1,5L/J.
- Ne pas prendre de charbon car il piège les thérapies ciblées qui ne sont pas absorbées.

Prise en charge sociale & Prise en charge psychologique

VOLET SOCIAL

Dans le cadre médical

La maladie cancéreuse figure sur la liste des Affections de Longue Durée (ALD) qui ouvre droit à une prise en charge à 100%. La demande est faite par votre médecin traitant.

La prise en charge couvre les frais relatifs à la maladie (soins à l'hôpital, médicaments, analyses en laboratoire, radiologie, kiné et tous les examens et transports prescrits par le médecin).

La prise en charge à 100% vous permet de ne pas avancer les frais.

En cas d'hospitalisation, le forfait journalier (18 euros/jour) échappe à la règle du 100% et peut être pris en charge par votre mutuelle ou la CMU-C.

Certains médicaments peuvent ne pas être totalement pris en charge par la Sécurité Sociale.

Une assistante sociale est présente dans l'unité. Son intervention, en lien avec les équipes de soins se situe dans le champ de ses compétences et des règles institutionnelles.

Elle est à votre écoute sur rendez-vous pour vous aider, vous accompagner et vous soutenir dans vos démarches.

Elle est liée au secret professionnel et intervient dans le cadre d'une éthique fondée sur le respect de la personne.

Avec votre accord, elle peut être amenée à partager certaines informations nécessaires à votre prise en charge adaptée à votre situation.

Assistante Sociale
Tél. : 04 67 33 58 29

Les autres domaines d'intervention

Professionnel :

- en activité ou au chômage, pensez à adresser votre arrêt de travail à votre caisse d'assurance maladie pour être indemnisé dans les 48h,
- renseignez-vous sur l'éventualité d'un complément de salaire auprès de votre employeur (prévoyance),
- vérifiez s'il existe un service social ou médecine du travail dans votre entreprise,
- en fonction de votre situation et de votre état de santé, des aménagements sont possibles (reconnaissance travailleur handicapé, réinsertion professionnelle, reprise à temps partiel thérapeutique, aménagement de poste, etc.).

Financier :

- Des associations ou des services d'action sociale peuvent intervenir pour vous aider dans les dépenses non prises en charge par l'assurance maladie.
- En cas de crédit, pensez à vérifier vos contrats d'assurances.

Familial :

- Si votre état de santé entraîne des difficultés pour assurer la gestion quotidienne, vous pouvez peut-être bénéficier d'aides à domicile, ou de soutien à la garde d'enfants.

Autres :

- Dans certains cas vous pouvez bénéficier de prestations en fonction de votre état de santé et de votre situation.

Une situation signalée tôt, permet une réponse dans les meilleurs délais adaptée à votre situation.

Coordonnées de la personne ayant réalisé le bilan social :

BILAN SOCIAL DU DISPOSITIF D'ANNONCE

Date : -----

Transmission à l'assistante sociale le : -----

Actions envisagées (dans le domaine familial, professionnel, financier, habitat, aide à domicile,...)

CONSULTATION SOCIALE DE MI-PARCOURS

Date :

Transmission à l'assistante sociale le :

Actions envisagées (dans le domaine familial, professionnel, financier, habitat, aide à domicile,...)

.....

.....

.....

.....

.....

AUTRE CONSULTATIONS SOCIALES

Date :

Transmission à l'assistante sociale le :

Actions envisagées (dans le domaine familial, professionnel, financier, habitat, aide à domicile,...)

.....

.....

.....

.....

Notes Bilans sociaux :

.....

.....

.....

LE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Le rôle du psychologue est de vous accompagner ainsi que vos proches au fil du chemin de la maladie. Le travail psycho-thérapeutique avec un psychologue vous permet de vous exprimer sur votre vécu, de l'élaborer et de ne pas subir passivement les événements.

Le psychologue peut intervenir à toutes les étapes de la maladie. La thérapie de soutien vous permet de faire face aux annonces, aux traitements, aux changements de voie que la maladie impose.

Parfois, le sens de la maladie rejoint une histoire ancienne, un événement passé encore douloureux. Le soutien psychologique permet à nouveau d'avancer dans la vie.

Un autre de ses rôles consiste à être dans le conseil notamment au niveau comportemental et autour de la communication.

Le soutien peut inclure les membres de la famille et les proches suivant les besoins et la demande.

Psychologue en oncologie thoracique

Présente le mardi de 9h à 17h, mercredi matin et jeudi après-midi sur les services de pneumologie A et SOTAM.

Mise en relation possible pour les patients uniquement consultants.

Tél. : **07 61 86 07 03**

La socio esthéticienne

Elle peut réaliser des soins socio-esthétiques adaptés, le toucher relationnel, l'hygiène corporelle appliquée et les soins portés sur l'apparence de la personne dans le but de revaloriser l'image de soi.

Présente le mardi de 9h à 16h30 en pneumologie A et SOTAM

L'infirmière tabacologue

Elle accueille, explique, rassure et accompagne le patient qui souhaite un sevrage tabac.

Le but étant d'accompagner et d'éduquer le patient, en s'adaptant à ses besoins et ses possibilités dans cette démarche.

Tél : **04 67 33 29 66**

Associations & Espaces d'informations

LA LIGUE CONTRE LE CANCER

<http://www.ligue-cancer.net/>

Tél. : 0800 940 939 (numéro gratuit)

1 Rue des Apothicaires
Espace de prévention EPIDAURE
34298 Montpellier Cedex 5

CANCER INFO SERVICE

<http://www.e-cancer.fr/>

Tél. : 0805 123 124 (numéro gratuit)

ESPACE DE RENCONTRE ET D'INFORMATION (ERI)

Tél. : 04 67 33 02 97

ERI CHU de Montpellier
Hôpital Saint Eloi
80 avenue Augustin FLICHE
34295 Montpellier Cedex 5

L'ESCALE BIEN ÊTRE DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER

Tel : 04 67 58 35 60

Escale.bienetre@orange.fr

Place de la comédie
15 passage Lonjon, 3^{ème} étage à droite
Montpellier

Sources

NOTES

Département de Pneumologie

Service oncologie thoracique

CHU de Montpellier

Hôpital Arnaud de Villeneuve

371 avenue du Doyen G. Guiraud

34295 Montpellier Cedex 5

