



ligue neuchâteloise contre le cancer

13^{ème} Journée Romande de Soins en Oncologie Suisse

**« Écouter, entendre, orienter les patients :
explorer les possibles »**

Anny-Claude Cattin

11.11.2023

1



ligue neuchâteloise contre le cancer

Réhabilitation oncologique



16.11.2023

2



ligue neuchâteloise contre le cancer

"L'objectif est que les personnes concernées puissent reprendre leur vie en mains par leurs propres moyens avec la plus grande autonomie possible et retrouver leur place dans la société. "

(Eberhard, 2015)

16.11.2023

3



ligue neuchâteloise contre le cancer

Les critères édictés par Swiss Réha

- Le programme doit être dirigé par un médecin spécialisé
- Il doit contenir au moins 4 disciplines, dont l'activité physique
- 2 évaluations des participants
- Le flux d'informations doit être réglementé, au moins une séance d'équipe par mois

16.11.2023

4



ligue neuchâteloise contre le cancer

Notre programme

- Programme collectif, 2 matinées par semaine, pendant 9 semaines
- Le programme doit s'adapter aux participants
- Donner des outils
- Anticiper l'arrêt du programme, pour ne pas recréer un sentiment d'abandon

16.11.2023

5



ligue neuchâteloise contre le cancer

Nos intervenants

Diététicienne : quelle alimentation après un cancer

Oncologue : parcours oncologique, adaptation aux effets secondaires résiduels

Neuro-psychologue : troubles cognitifs

Psychologue : gestion du stress, détresse psychologique et cancer, communication avec les autres...

16.11.2023

6



ligue neuchâteloise contre le cancer

- **Infirmiers formés en hypnose** : définition, sensibilisation en groupe
- **Infirmière spécialisée en sexologie** : impact du cancer sur la sexualité et l'intimité
- **Responsable de la réadaptation de l'AI** : prestations, programme de réinsertion...
- **Physiothérapeutes** : reconditionnement physique

16.11.2023

7



ligue neuchâteloise contre le cancer

Retour des participants : les apports

- Les objectifs fixés avant le programme sont atteints ou en voie d'acquisition
- La confiance en soi est retrouvée ou augmentée
- Meilleure connaissance de soi de ses limites,
- Savoir mettre des mots sur les difficultés rencontrées,
- Intervenants bienveillants, à l'écoute, s'adaptent aux demandes du groupe

16.11.2023

8



ligue neuchâteloise contre le cancer

Activité physique

- Amélioration de la condition physique, endurance, performance...
- Prise de conscience qu'ils n'ont pas encore tout récupéré :
 - des participants essayent de marcher ensemble 1x/semaine
 - plusieurs participants continuent avec les physio
 - reprise d'une une activité sportive

16.11.2023

9



ligue neuchâteloise contre le cancer

Le groupe

- Importance du groupe : 3^{ème} pilier de la réhabilitation
- Se reconnaître dans les témoignages des autres, se sentir moins seul
- Bienveillance, non jugement
- Porteur
- Séance sur l'objet

16.11.2023

10



Retour des intervenants

- Groupes très investis et participatifs
- Les groupes s'auto-régulent, beaucoup de bienveillance
- Très satisfaits, progression visible du groupe au fil des séances



Paroles de patients :

Aspirateur à douleur

La « recentration », savoir canaliser les douleurs physiques, les accepter et ne plus résister

Ne plus être cimenté au sol, mais devenir un oiseau qui vole

Etre à l'écoute de soi, prendre soin de soi, s'arrêter, s'écouter, se positionner

Réappropriation de ce corps, après les agressions médicales



ligue neuchâteloise contre le cancer

Abolir les justifications, plus de schéma
d'abnégation, plus de minimisation

Ne plus avoir d'exigence trop élevée par
rapport à soi même

Etre dans la danse de la vie, s'adapter

Capacité de résilience, motivation pour l'activité
physique, vision d'avenir

Rencontrer des personnes formidables

De l'espoir, de la légèreté

16.11.2023

13



ligue neuchâteloise contre le cancer



16.11.2023

14