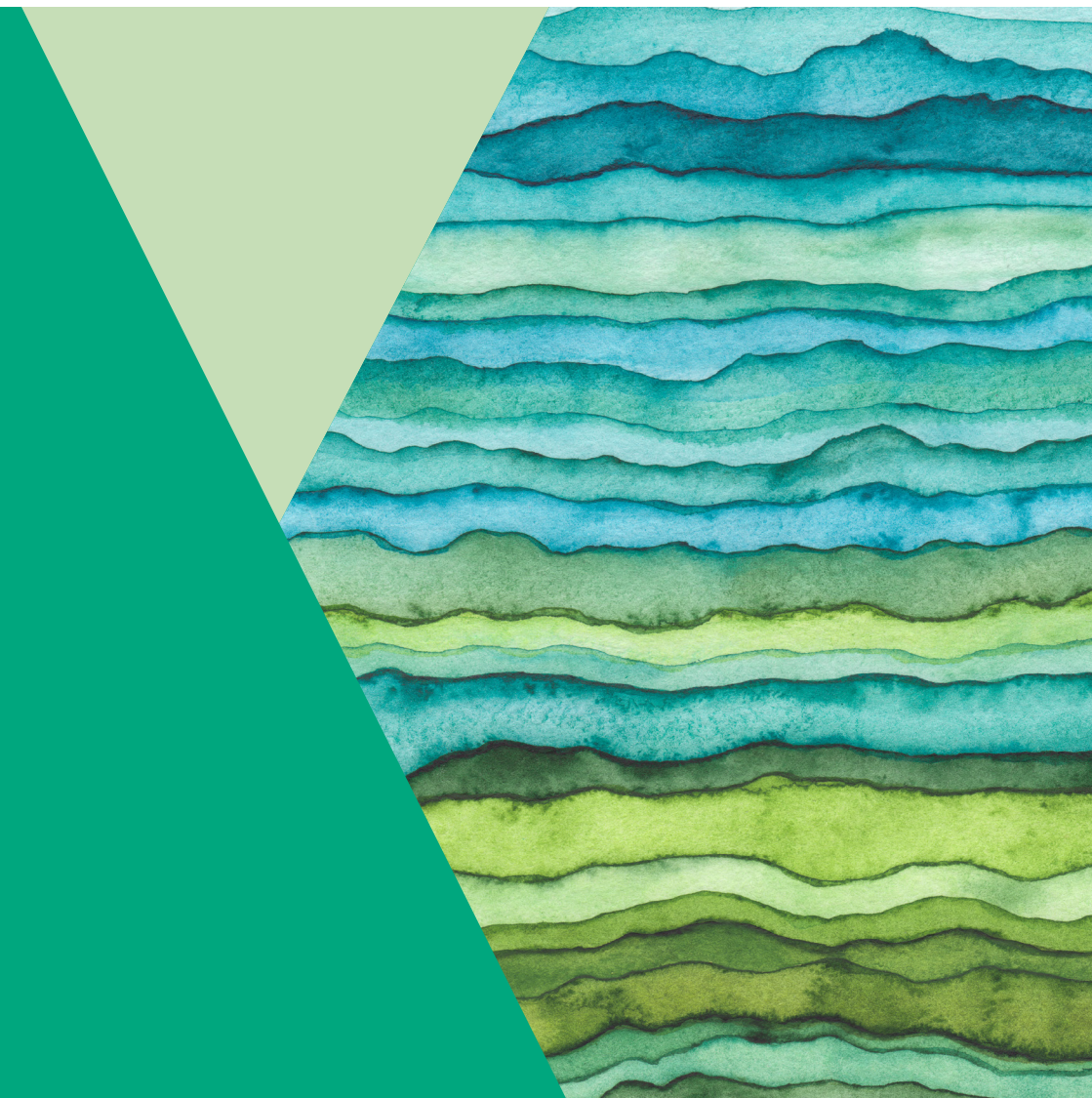


# Offres de soutien pour les personnes concernées et leurs proches



# Chère patiente, cher patient, chers proches,

L'University Comprehensive Cancer Center Inselspital (UCI) est l'un des plus grands centres suisses spécialisés dans le diagnostic et le traitement des tumeurs. Notre mission est d'accorder notre plein soutien aux personnes atteintes de cancer et à leurs proches. C'est pourquoi nous vous proposons une offre complète de traitements et de conseils d'accompagnement déterminée en fonction des soins médicaux.

Les pensées et les sentiments qui peuvent bouleverser les personnes concernées n'entrent pas dans le champ de l'imagerie diagnostique. Or, justement, un diagnostic de cancer n'a pas seulement des implications sur le plan physique; il peut aussi être source de peurs et d'incertitudes et impliquer des contraintes au niveau social, professionnel et familial.

Nous proposons donc des offres d'assistance et d'accompagnement pendant et après le traitement d'un cancer.

## Questions

Nous répondons volontiers à vos questions ou discutons avec vous des thèmes qui vous préoccupent. Veuillez vous adresser pour cela aux médecins qui vous suivent.

## Consultation sociale

Une maladie peut bouleverser le quotidien, la sécurité financière et les liens sociaux. Un entretien avec un ou une spécialiste de la consultation sociale permet de mettre en lumière les stratégies possibles pour faire face aux difficultés évoquées et d'élaborer des solutions sur mesure pour chaque situation.

Le service de consultation sociale vous aide à répondre aux questions suivantes:

- Comment pouvons-nous, moi et mon entourage, être déchargés pendant ou après le traitement?
- Que se passe-t-il après l'hospitalisation?
- À quelles prestations d'assurance ai-je droit sur la base de ma maladie?
- À cause du chômage dû à ma maladie, je m'inquiète pour ma situation financière. Quelles possibilités s'offrent à moi?
- Comment faire lorsque j'exerce une activité lucrative et que je suis malade longtemps ou que mon enfant est hospitalisé pour une longue durée?
- Je me sens seul-e. Comment puis-je établir des contacts avec un réseau dans ma situation?

### Contact

Si vous vous reconnaissez dans ces questionnements, adressez-vous à votre équipe thérapeutique. Elle vous mettra en relation avec un ou une spécialiste de la consultation sociale.

## Assistance spirituelle / Équipe de soins

L'assistance spirituelle est un accompagnement qui vous est proposé à l'Inselhospital sous différentes formes, sur mandat de la direction de l'hôpital. Elle est ouverte à tous les patients, patientes et proches, quelles que soient leurs convictions religieuses et idéologiques. Dans les situations de crise, l'assistance spirituelle est joignable 24h/24 via la centrale d'appels (111) et offre un accompagnement psychologique, spirituel ou existentiel (demander le service de permanence de l'assistance spirituelle).

- Nous avons le temps qu'il faut pour vous et vos proches.
- C'est vous qui décidez du contenu et de l'objectif que vous voulez atteindre.
- Nous vous soutenons dans les situations de crise grave.
- Nous vous aidons à prendre une décision qui est en accord avec vous-même.
- Si vous le souhaitez, nous recherchons avec vous des rituels adaptés dans les situations de transition.
- Pour nous, l'assistance spirituelle fait partie de l'équipe thérapeutique interprofessionnelle.
- Nous collaborons avec des représentantes et représentants de différentes confessions et religions.
- Étant tenus au devoir de discrétion légal, nous traitons les contenus des entretiens de manière confidentielle.

### Contact

Indiquez à votre équipe thérapeutique que vous souhaitez être contacté-e par l'assistance spirituelle ou appelez-nous directement au:

Téléphone: +41 31 632 21 11

(demander le service de permanence de l'assistance spirituelle)

E-mail: [seelsorge@insel.ch](mailto:seelsorge@insel.ch)

[www.insel.ch/seelsorge](http://www.insel.ch/seelsorge)

# Musicothérapie

La musicothérapie vous offre un soutien sous forme d'entretiens et de supports musicaux qui vous permet de surmonter les situations éprouvantes auxquelles vous êtes confronté-e au cours de votre maladie.

Grâce aux offres musicales et aux entretiens, vous pouvez vous détendre et trouver la paix intérieure, prendre conscience de vos ressources et reconnaître vos émotions et les exprimer.

Dans les périodes de grand stress, nous vous aidons à vous concentrer sur des sensations et des activités agréables et à percevoir vos propres capacités d'agir efficacement.

Par ailleurs, la musicothérapie peut vous aider, vous et vos proches, dans votre processus de deuil.

Des connaissances préalables ou des préférences musicales ne sont ni nécessaires, ni gênantes. Les séances de musicothérapie peuvent avoir lieu à la place ou en complément des entretiens psychologiques ou avec l'assistance spirituelle. Les séances ont lieu dans votre chambre ou dans une pièce prévue à cet effet. Les proches, y compris les enfants, peuvent participer sans que cela génère de coûts supplémentaires pour vous.

## Contact

Indiquez au personnel que vous souhaitez prendre contact avec la psycho-oncologie ou adressez-vous directement à la musicothérapeute:

Téléphone: +41 31 634 24 73

E-mail: [psychoonkologie@insel.ch](mailto:psychoonkologie@insel.ch), objet: Musicothérapie  
[www.tumorzentrum.insel.ch/po](http://www.tumorzentrum.insel.ch/po)

# Psycho-oncologie

Un cancer touche la personne concernée à tous les niveaux. L'équipe de psycho-oncologie vous aide à mieux appréhender votre maladie en s'intéressant à ses répercussions psychiques et sociales.

Nous vous aidons, vous et vos proches:

- à trouver vos repères dans la nouvelle situation de vie,
- à gérer les effets secondaires et les conséquences des différents traitements suivis,
- à faire face à la souffrance psychique (qui peut se manifester p. ex. par des angoisses, le désespoir ou des sentiments dépressifs),
- à surmonter les effets de la maladie au quotidien comme la fatigue,
- à faire face aux difficultés générées par la maladie au sein de votre famille ou avec votre partenaire,
- dans vos interrogations sur vos valeurs personnelles et les questions existentielles,
- lors d'entretiens difficiles,
- le cas échéant, par un accompagnement plus poussé sous forme de traitement psychothérapeutique ou de soutien psychiatrique,
- par un accompagnement au moment des adieux ou pendant le deuil, par le biais d'une réflexion et de l'activation de moments qui vous redonnent de la force.

Guidés par notre principe qui place «l'humain au centre», nous vous soutenons, vous et vos proches, en fonction de vos besoins spécifiques. Nous estimons qu'il est primordial d'être à votre écoute dans un cadre respectueux et protégé.

## Contact

Indiquez au personnel que vous souhaitez prendre contact avec la psycho-oncologie ou appelez directement l'accueil du Service universitaire d'oncologie médicale au:

Téléphone: +41 31 632 41 14 (heures de bureau)

E-mail: [psychoonkologie@insel.ch](mailto:psychoonkologie@insel.ch)

[www.tumorzentrum.insel.ch/po](http://www.tumorzentrum.insel.ch/po)

Les patientes du Centre de sénologie et du Centre d'oncogynécologie et leurs proches doivent s'adresser à la Breast and Cancer Care Nurse:

Téléphone: +41 31 632 16 60

E-mail: [patientinnenberatung.frauenklinik@insel.ch](mailto:patientinnenberatung.frauenklinik@insel.ch)

[www.brustzentrum.insel.ch](http://www.brustzentrum.insel.ch)

## Soins palliatifs

Notre offre de soins palliatifs englobe toutes les mesures visant à atténuer le stress et les craintes qui peuvent surgir face à l'avenir. Elle s'articule autour d'une planification pratique, concrète et conforme à vos objectifs personnels, qui prend en compte vos conditions de vie, vos préoccupations, mais aussi vos ressources individuelles, ainsi que celles de vos proches.

Le but est de vous donner le maximum d'options pour que vous puissiez garder autant que possible le contrôle de votre vie lorsque votre maladie est évolutive. C'est pourquoi il est important de planifier les choses à l'avance, en se préparant à toutes les éventualités tout en conservant la capacité de se réjouir.

Nous vous aidons:

- dans la recherche de stratégies permettant de gérer les symptômes tels que les douleurs, les nausées, la fatigue ou les difficultés respiratoires,
- dans la prise de décisions,
- dans la prévoyance des situations d'urgence et de complications,
- dans l'abord des décisions thérapeutiques, la consignation par écrit de vos objectifs et souhaits personnels (p. ex. directives anticipées),
- dans la recherche d'offres de décharge et de soutien adaptées à vos besoins et à ceux de votre entourage.

Cette anticipation adéquate a largement fait ses preuves dans la pratique et permet souvent de transformer soudainement une montagne infranchissable de soucis et de problèmes en petites tâches plus aisées à résoudre. Il est ainsi possible de puiser des forces nouvelles dans une situation de vie difficile pour avancer et trouver des solutions appropriées.

### Contact

Pour une consultation, adressez-vous à votre équipe thérapeutique ou directement aux spécialistes de notre équipe de consultation:

Administration Centre de soins palliatifs

Téléphone: +41 31 632 63 20

E-mail: palliativzentrum@insel.ch

www.palliativzentrum.insel.ch



## Alimentation, métabolisme et santé des os

L'alimentation peut non seulement prévenir certains types de cancers, mais il est aussi possible d'y prêter une attention particulière en complément d'un traitement. Souvent, une maladie cancéreuse ou les effets secondaires des traitements anticancéreux (p. ex. perte d'appétit ou problèmes de déglutition) peuvent entraîner une malnutrition. À cet égard, une bonne sensibilisation, une détection précoce et, si nécessaire, la mise en place rapide d'une thérapie nutritionnelle sont essentielles.

Un bon statut nutritionnel peut également aider à mieux supporter la chimiothérapie ou la radiothérapie.

Des mesures nutritionnelles ciblées sont favorables à la santé des muscles et des os, ce qui améliore l'activité au quotidien et réduit les chutes, voire les fractures.

### Notre offre

Évaluation ciblée et complète du statut nutritionnel et des besoins individuels, évaluation de l'apport en substances nutritives, mesure du métabolisme énergétique et de la composition corporelle. Une équipe interprofessionnelle (diététique, nutrition clinique, endocrinologie, diabétologie, ostéologie) établit et met en œuvre des plans de traitement personnalisés.

### Contact

Vous pouvez vous inscrire auprès de votre médecin.

Pour en savoir plus:

Inselspital, Service de diabétologie, endocrinologie, nutrition clinique et métabolisme (UDEM)

Prof. Dr méd. et phil. Lia Bally, responsable Nutrition clinique, métabolisme et obésité

Mirjam Michel, directrice du service Soins et conseils

Téléphone: +41 31 632 40 70

E-mail: [udem@insel.ch](mailto:udem@insel.ch)

[www.udem.insel.ch](http://www.udem.insel.ch)

# Médecine complémentaire et intégrative

Les traitements de médecine intégrative ont pour but d'améliorer la situation pathologique et la qualité de vie avant, pendant et après des traitements oncologiques. Le recours à des thérapies de médecine complémentaire permet d'atténuer le plus possible les effets secondaires.

Pendant les consultations ambulatoires, nous conseillons et proposons des traitements de médecine d'orientation anthroposophique, de phytothérapie et d'acupuncture selon une approche holistique. De plus, les patientes et patients peuvent se faire conseiller par les médecins de l'IMIC durant leur hospitalisation à l'Inselspital.

L'assurance-maladie de base couvre:

- les prestations médicales, p. ex. les consultations,
- de nombreux médicaments, tels que des préparations à base de gui,
- l'acupuncture.

Les assurances complémentaires prennent en charge d'autres prestations.

## Contact

La/le médecin en charge du service (ou ultérieurement votre médecin de famille ou votre spécialiste) s'occupe de procéder à votre enregistrement pendant votre séjour à l'hôpital. Vous pouvez également nous contacter directement:

Université de Berne, Institut de médecine intégrative et complémentaire (IMIC):

Téléphone: +41 31 684 15 70

E-mail: [ikim@hin.ch](mailto:ikim@hin.ch)

[www.ikim.unibe.ch](http://www.ikim.unibe.ch)

# Programme de prévention et de réadaptation ambulatoire

Grâce aux thérapies modernes, le pronostic vital des personnes atteintes de maladies cancéreuses s'est nettement amélioré ces dernières années. Les personnes survivant à long terme à un cancer ont toutefois un risque accru de développer des maladies cardiovasculaires en raison des effets indésirables des chimiothérapies et des radiothérapies qui peuvent endommager le muscle cardiaque et les vaisseaux. En tant que patiente ou patient, vous pouvez contribuer à minimiser ce risque en adoptant un style de vie actif et sain.

Avec notre programme de prévention et de réadaptation ambulatoire, nous souhaitons vous aider à retrouver votre autonomie et à vous réinsérer rapidement dans votre vie professionnelle et privée. Un entraînement physique augmente votre forme, améliore votre bien-être et réduit la fatigue due à votre cancer. En vous aidant à adopter un style de vie sain, nous aidons à réduire votre risque de maladies cardiovasculaires.

Dans ce contexte, l'accent est mis sur:

- l'entraînement physique,
- les conseils nutritionnels,
- la gestion du stress,
- le traitement de la douleur,
- et, si nécessaire, l'arrêt du tabagisme.

## Contact

L'équipe de réadaptation ou la/le médecin en charge du service s'occupent de procéder à votre enregistrement pendant votre séjour à l'hôpital. Par la suite, c'est votre médecin de famille ou la/le spécialiste qui s'en charge.

Inselspital, Centre de Réadaptation et médecine du sport

Téléphone: +41 31 632 89 70

E-mail: [amb.rehab@insel.ch](mailto:amb.rehab@insel.ch)

[www.rehasportmedizin.insel.ch](http://www.rehasportmedizin.insel.ch)

**Inselspital**

University Comprehensive Cancer

Center Inselspital (UCI)

CH-3010 Berne

Tél. +41 31 664 00 23

[uci@insel.ch](mailto:uci@insel.ch)

[www.uci.insel.ch](http://www.uci.insel.ch)