

LIVRET DE PRÉSENTATION  
DES  
SOINS ONCOLOGIQUES DE SUPPORT  
(SOS)

HÔPITAL NOTRE-DAME DE LA MISERICORDIE





CENTRE HOSPITALIER D'AJACCIO  
CENTRU USPITALIERU D'AIACCIU

## Le Centre Hospitalier d'Ajaccio vous présente les Soins Oncologiques de Support (SOS)



### ***Que sont les Soins Oncologiques de Support (SOS) ?***

En complément des traitements spécifiques du cancer, les soins oncologiques de support (SOS) vous proposent une approche globale pour vous aider à mieux vivre votre maladie et ses traitements.

Ces soins oncologiques de support sont définis en Oncologie comme l'ensemble des soins et soutiens nécessaires tout au long de votre maladie conjointement aux traitements. Variés et pluridisciplinaires, les SOS sont reconnus scientifiquement pour leurs bénéfices sur la qualité de vie du patient.

L'accès aux Soins Oncologiques de Support est un droit pour chacun des patients atteints du cancer. Ainsi, chaque histoire étant unique, nos équipes souhaitent comprendre les questions qui vous préoccupent afin de prendre soin de vous et de vous proposer une offre de soins de support totalement adaptée pour répondre à vos besoins.

Au total, neuf soins de support sont considérés comme indispensables et font l'objet d'un remboursement total ou partiel par l'Assurance maladie. Ils composent ce que l'on appelle le « panier de soins de support », validé au niveau national. Ainsi, les soins listés ci-dessous doivent vous être proposés, si besoin, lors de votre parcours de soins :

- ◆ **La gestion de la douleur, qu'elle soit la conséquence des traitements ou de la maladie elle-même ;**
- ◆ **Un accompagnement concernant l'alimentation (diététique et nutritionnel) ;**
- ◆ **Un accompagnement psychologique ;**
- ◆ **Un accompagnement social, familial et professionnel (suivi auprès d'un assistant de service social, aide au retour à l'emploi...) ;**
- ◆ **L'aide à la pratique d'une activité physique adaptée pendant et/ou après les traitements ;**
- ◆ **Le soutien à la mise en œuvre de la préservation de la fertilité ;**
- ◆ **La gestion des troubles de la sexualité ;**
- ◆ **Des conseils d'hygiène de vie (aide à l'arrêt du tabac, à la réduction de la consommation d'alcool, à l'arrêt de produits addictifs...) ;**
- ◆ **Le soutien psychologique des proches et des aidants.**

Plus globalement, les soins de support concernent également tous les soins qui permettent de gérer les conséquences de la maladie et des traitements (sophrologie, pratique en hypnose, socio-esthétique, coiffure, pédicure/podologue, kinésithérapie etc.). Ils regroupent donc au-delà de ceux évoqués précédemment :

- ◆ **La gestion des effets indésirables des traitements, dont celle de la fatigue ;**
- ◆ **L'aide à l'amélioration de l'image de soi.**

# Temps d'accompagnement

**Le temps d'accompagnement est un temps d'entretien qui vous ait proposé pour améliorer votre prise en charge durant tout votre parcours de soin. Il fait partie du dispositif d'annonce qui est l'une des mesures du Plan Cancer. Il est réalisé par une IDEC et/ou un manipulateur de radiothérapie et ensuite repris par les infirmiers et/ou des manipulateurs des unités de soins.**

Cet accompagnement permettra, d'une part, de vous informer quant à l'offre des différents soins oncologiques de support qui vous sont accessibles gratuitement, afin de prendre connaissance avec vous, de vos besoins, tout en respectant l'évolution de ceux-ci. Et d'autres parts, de vous orienter, quand vous le souhaitez, vers les professionnels de votre choix.

Plusieurs outils ont notamment été mis en place pour aider les professionnels de santé qui vous accompagnent à repérer et évaluer vos besoins :

- ◆ Un auto-questionnaire qui peut vous être remis à l'occasion d'une consultation. Votre professionnel de santé vous aide à le remplir, si vous en éprouvez le besoin. Vous pouvez également le compléter chez vous avec l'aide de vos proches.
- ◆ En fonction de vos réponses à ce premier questionnaire, de nouvelles questions pourront vous être soumises afin de cerner au mieux vos besoins et de vous orienter de la manière la plus appropriée possible vers les professionnels capables de vous aider.

# Comment bénéficier des Soins Oncologiques de Support ?

Les soins oncologiques de support sont programmés par l'équipe médicale de votre structure de soins et de ville ; vous êtes systématiquement associé aux choix qui sont faits.

Vos besoins en soins de support sont évalués et discutés avec vous dès l'annonce de la maladie et à différents moments lors des consultations ou des soins.

**N'hésitez pas à décrire à votre médecin et aux autres membres de l'équipe soignante la façon dont vous vivez la maladie et les traitements à tout moment de votre parcours de soins.**

**Vos besoins sont également réévalués au fil du temps. Cela permet de vous apporter les soins et soutiens nécessaires, et de vous orienter au mieux vers les professionnels concernés.**

## **PRESCRIPTION MÉDICALE DES SOINS DE SUPPORT APRÈS CANCER**

Depuis décembre 2020, un ensemble de bilans et de consultations peut vous être prescrit si vous bénéficiez d'une affection de longue durée (ALD) dans le cadre de votre parcours de soins global après le traitement d'un cancer. Ce parcours comprend :

- ◆ Un bilan fonctionnel et motivationnel d'activité physique adapté (APA), pouvant donner lieu à l'élaboration d'un projet d'APA ;
- ◆ Un bilan nutritionnel ;
- ◆ Un bilan psychologique ;
- ◆ Des consultations de suivi nutritionnel et/ou psychologique dédiées.

Au maximum, six consultations peuvent être prescrites. Le contenu du parcours peut ne comprendre qu'une partie de ces actions. Il est individualisé pour chaque personne, en fonction des besoins identifiés par le médecin prescripteur.

Ces bilans et consultations peuvent être prescrits par votre médecin traitant, votre cancérologue ou le pédiatre jusqu'à 12 mois après la fin du traitement dans la limite d'un montant maximal de 180 euros par an.

Ils sont réalisés par des professionnels conventionnés ou des salariés de la structure coordinatrice (diététiciens, psychologues, enseignants en activité physique adaptée).

Dans le cadre de ce parcours, le tarif maximal spécifique est de 45 euros pour un bilan d'une heure. Il s'élève à 22,50 euros pour une consultation de suivi diététique ou psychologique d'une demi-heure.

**Notre priorité est celle d'accéder à vos attentes, en tenant compte de vos préférences, dans la mesure du possible.**

**Renseignez-vous auprès de votre établissement de soins et de votre complémentaire santé pour connaître les tarifs et les modalités de prise en charge financière.**

# Présentation générale des SOS

*Au début de votre parcours, l'équipe des Soins Oncologiques de Support (SOS) viendra vous aider à mieux comprendre et appréhender votre maladie. Les équipes et soutiens dont vous pourrez bénéficier dès le début de votre parcours de soins, vous seront présentés.*

*Ceux-ci comprennent des professionnels en : sophrologie, pratique en hypnose, sexologie/fertilité, socio-esthétique, psychologie, nutrition/diététique, kinésithérapie, activité physique adaptée, aide sociale. Dans le cadre de ce dispositif, ces professionnels pourront vous proposer des rendez-vous individuels et/ou collectifs.*

D'autres professionnels intervenants dans les SOS à travers des partenariats associatifs et institutionnels (voir liste des associations en fin de livret) : coiffure, stomathérapie, ostéopathie, acupuncture, pédicurie/podologie, réflexologie plantaire, résonance énergétique par stimulation cutanée, ainsi que musicothérapie.

L'offre de soin s'adapte à vous et à votre rythme tant que vous en ressentirez le besoin.

Notre souhait est d'apporter des réponses à vos maux /mots tels que vous les définissez lors de nos échanges.

Aussi rien n'est figé. Au fil de votre parcours, votre accompagnement peut évoluer et nous serons à vos côtés, à chaque pas, si vous le souhaitez, pour vous conseiller.

La maladie ne vous définit pas.

**Vous pourrez retrouver dans ce support explicatif, toutes les informations dont vous pourriez avoir besoin durant votre parcours de soin.**

**Ces pratiques de soins non conventionnelles, telles que la prise de compléments, peuvent aussi avoir des effets indésirables ou interagir avec les traitements prescrits par le médecin qui vous suit pour votre cancer.**

**Par ailleurs, si les pratiques de soins non conventionnelles peuvent vous soulager, elles ne peuvent remplacer en aucun cas les traitements habituels du cancer.**

**Soyez vigilant(e) si l'on vous propose des méthodes présentées comme plus efficaces que les traitements classiques.**

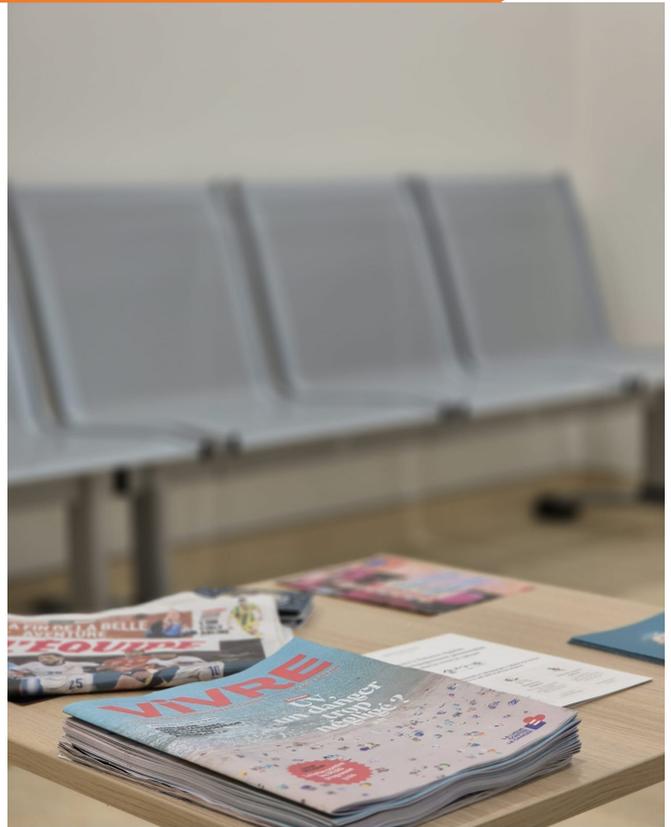
**Il arrive en effet que des personnes ou des organisations cherchent à profiter de la vulnérabilité des personnes malades et/ou de leurs proches en leur proposant des méthodes qui peuvent s'avérer dangereuses, coûteuses et inefficaces.**

**En cas de doute sur des propositions qui vous sont faites, n'hésitez pas à interroger l'équipe médicale spécialisée qui vous suit, votre médecin traitant ou encore votre pharmacien.**

# SOMMAIRE

- La sophrologie Page 7
- Le soutien psychologique Page 8
- La pratique de l'hypnose Page 9
- La prise en charge diététique et nutritionnelle Page 10
- La kinésithérapie Page 11
- Le service social Page 12
- La R.E.S.C. Page 13
- La socio-esthétique Page 14
- Autres intervenants Page 15
- Comment nous contacter ? Page 16
- Coordonnées des associations Page 17

## Service de consultation Oncologie-Hématologie



### La sophrologie

Cette méthode a pour but de vous guider vers un mieux-être en vous aidant à développer vos propres ressources.

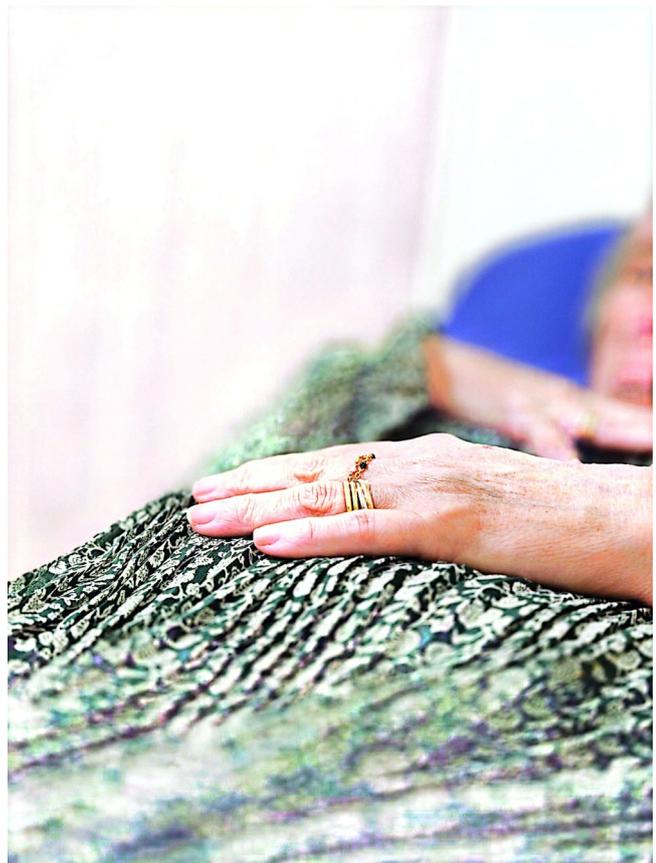
Elle vise à améliorer l'image que vous pouvez avoir de vous-même, ainsi que de vous apprendre à être à l'écoute de vos besoins. De vous apprendre à vous accorder du temps.

En effet, la sophrologue va s'intéresser à vous, à la personne que vous êtes, avant de s'intéresser à la maladie car celle-ci ne vous définit pas. Les motifs de consultation peuvent être divers et variés, allant d'une gestion émotionnelle à améliorer, en passant par la diminution des effets indésirables des traitements, à l'apprentissage de la respiration etc.

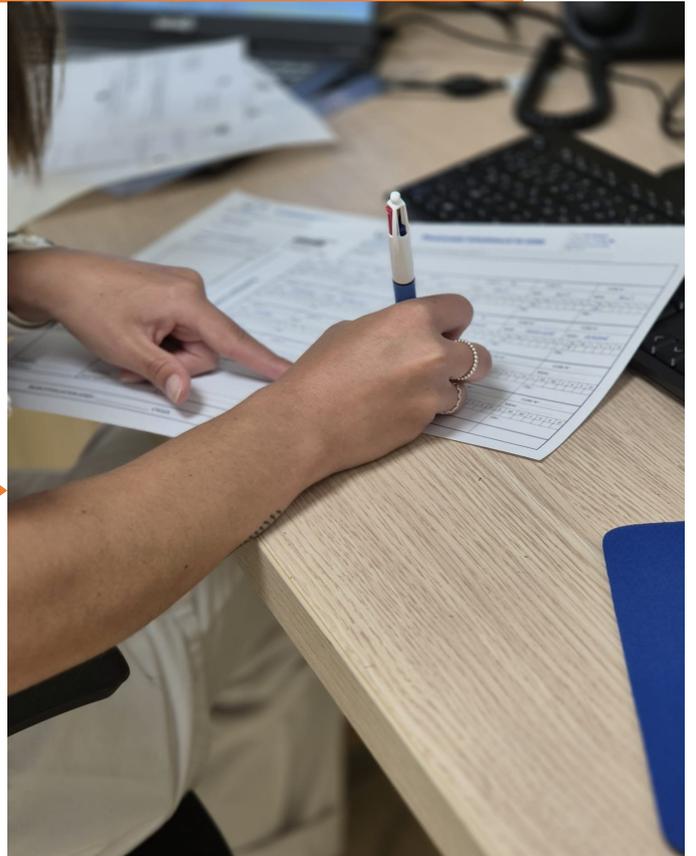
En bref, ce sont des moments pour vous qui combinent à la fois des entretiens, des exercices et outils d'apprentissage de la respiration, mais également de la relaxation, de la méditation grâce et à l'aide de l'imagerie mentale.

Les séances, individuelles ou en petits groupes, durent entre 30 et 60 minutes. La sophrologue consulte aussi bien en hospitalisation qu'en hôpital de jour mais également sur rendez-vous dans son bureau situé au niveau -1. Les proches et aidants peuvent aussi bénéficier d'un suivi.

**Contact :** [sos.oncologie@ch-ajaccio.fr](mailto:sos.oncologie@ch-ajaccio.fr)



## Votre consultation d'annonce



## Le soutien psychologique

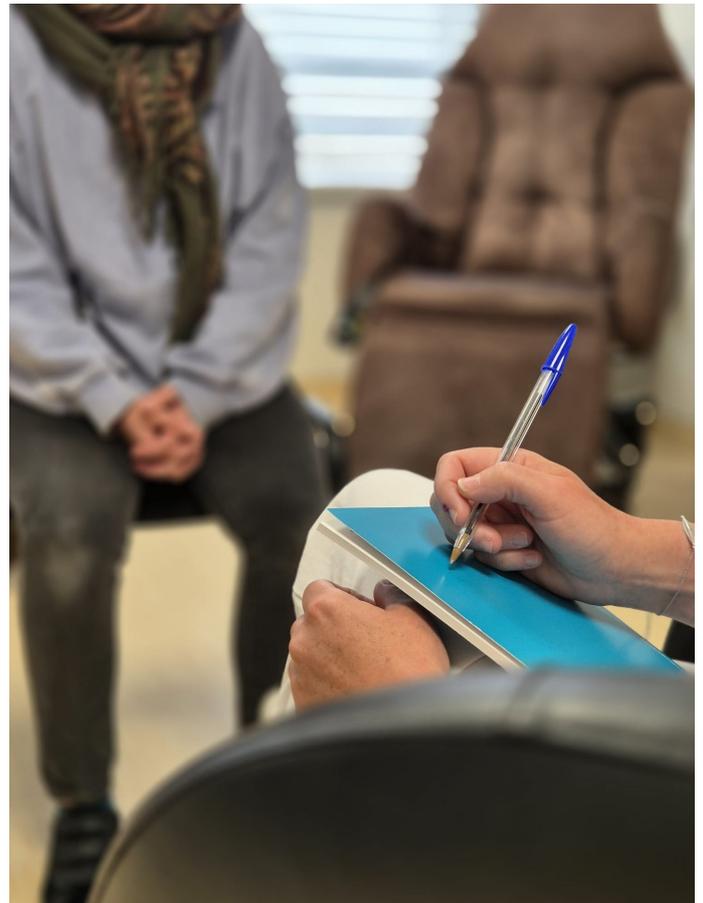
La prise en charge d'un cancer est une rupture dans la trajectoire de vie.

Elle a des répercussions tant sur le plan physique, que sur le plan familial et social. Ces dernières peuvent engendrer des souffrances importantes : angoisse, stress, tristesse, dépression, burn-out, colère, culpabilité, etc.

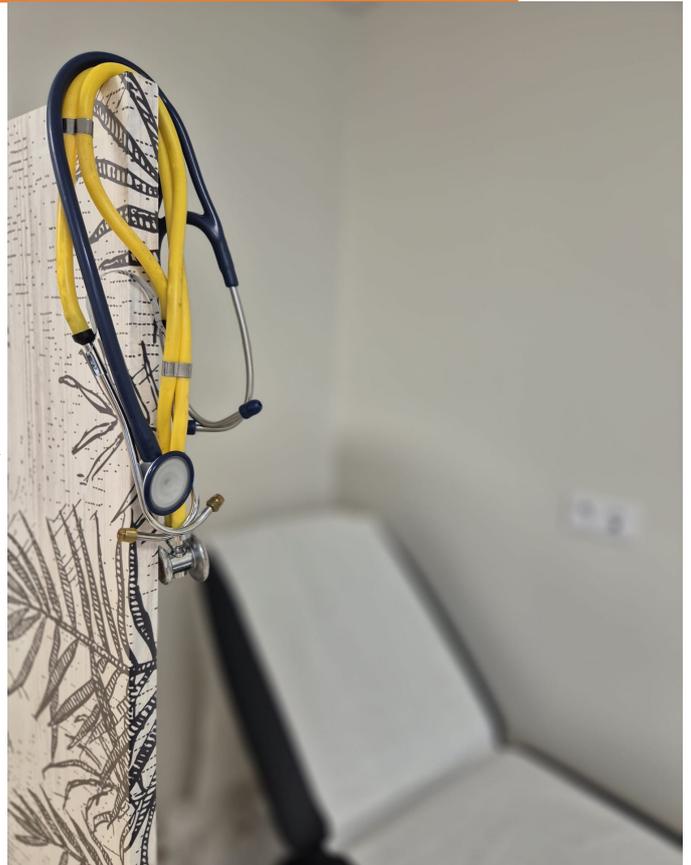
Si vous vous sentez en difficulté, les entretiens psychologiques ont pour objectif de vous offrir un accompagnement et un soutien, une médiation systémique, pour vous aider à être en capacité de vivre votre maladie.

Les entretiens individuels s'organisent à votre demande ou à la demande d'un de vos proches, à toute étape de la maladie.

**Contact :** [sos.oncologie@ch-ajaccio.fr](mailto:sos.oncologie@ch-ajaccio.fr)



## Votre consultation médicale



## La pratique de l'hypnose

L'hypnose est une méthode à visée symptomatique et les plus souvent en complément d'autres approches plus classiques. Par exemple, dans le cas des douleurs chroniques, cela aidera le patient à utiliser l'hypnose pour gérer ses crises douloureuses aiguës en plus des antalgiques de fond.

L'hypnothérapie peut apporter un bien-être, de la relaxation, un confort émotionnel, aider à gérer son stress.

L'hypnose médicale est un « outil » utile, agréable et adaptable aux besoins du patient pour l'aider dans son parcours médical.

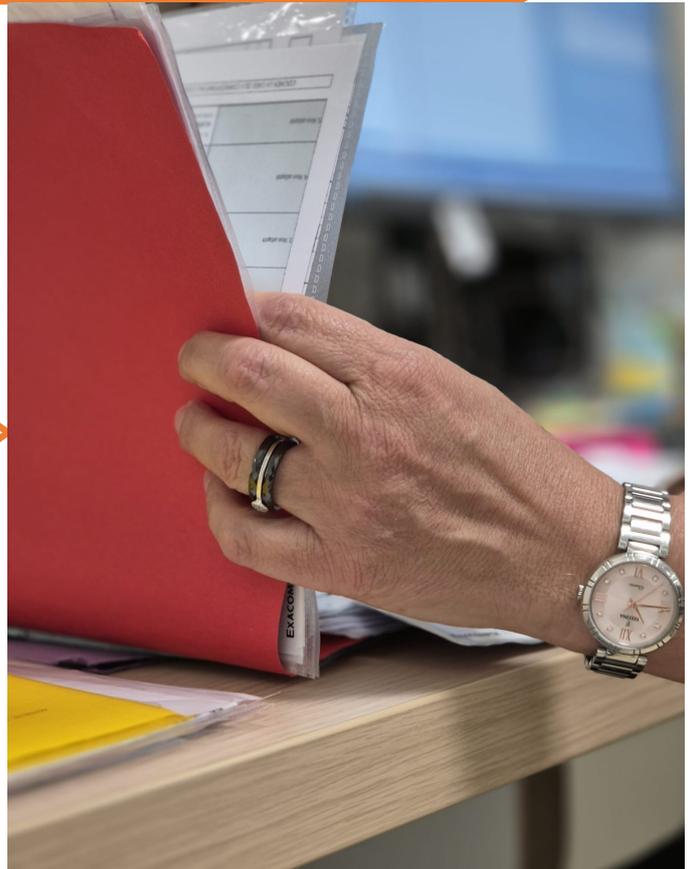
L'hypnose médicale est pratiquée uniquement dans le respect et la dignité de la personne qui à aucun moment durant la séance ne perd le contrôle.

Cette pratique médicale a des vertus santé désormais reconnues et prouvées.

**Contact :** [sos.oncologie@ch-ajaccio.fr](mailto:sos.oncologie@ch-ajaccio.fr)



## Votre prise en charge administrative



## La prise en charge diététique et nutritionnelle

La prise en charge diététique et nutritionnelle est indispensable à chaque étape de votre parcours de soin. Le cancer et son traitement modifient les dépenses d'énergie de votre organisme et peuvent occasionner des troubles de l'alimentation. Une prise en charge précoce permet de repérer les modifications de vos habitudes alimentaires et les éventuelles difficultés rencontrées avec vos repas. L'objectif est de vous proposer une alimentation adaptée à vos propres besoins, pour maintenir ou rétablir un état nutritionnel satisfaisant. La dénutrition affaiblit l'organisme et augmente la toxicité des traitements ; il est donc important de la prendre en charge au plus tôt. Des conseils pourront également vous être donnés en fonction des potentiels effets secondaires engendrés par la maladie et les traitements : nausées, vomissements, altération du goût, troubles digestifs, troubles de la déglutition, amaigrissement ou prise de poids. Un accompagnement peut vous être proposé, des solutions personnalisées, adaptées à votre état de santé et à vos habitudes de vie, tout en tenant compte de la prescription médicale et en appliquant les recommandations nationales en nutrition clinique.

**Contact :** [sos.oncologie@ch-ajaccio.fr](mailto:sos.oncologie@ch-ajaccio.fr)



Votre rendez-vous avec le  
médecin en H.D.J.  
avant traitement



## La Kinésithérapie

La Kinésithérapie ou « Thérapie par le mouvement » a un rôle important pour soulager les symptômes du cancer.

En effet, le cancer et ses traitements entraînent généralement une fatigue qui n'est pas soulagée par le repos et une perte de masse musculaire. Cette fatigue impacte votre qualité de vie, votre image corporelle et peut même diminuer votre tolérance au traitement.

Dans le cadre du cancer, les études affirment que la kinésithérapie est un moyen efficace et sans danger de réduire la fatigue liée à la maladie. Pour se faire le kinésithérapeute a pour principal objectif de promouvoir l'activité physique et l'autonomisation du patient.

Afin de soulager les autres symptômes de la maladie et les éventuels effets secondaires des traitements, le kinésithérapeute peut également utiliser des techniques de décontraction musculaire, de drainage lymphatique ou encore de relaxation.

Dans le cas d'un encombrement pulmonaire, il peut également aider à améliorer la respiration du patient et peut aussi diminuer la sensation d'essoufflement au moindre effort.

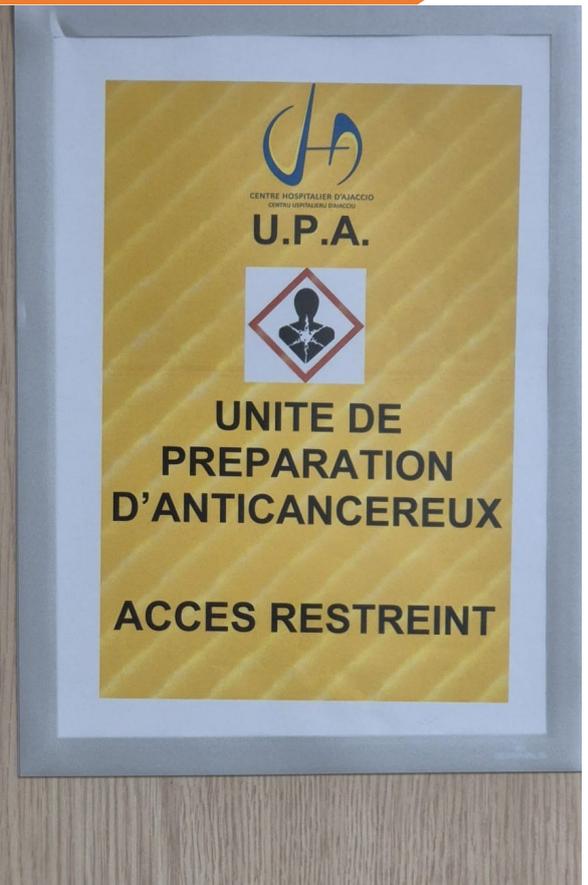
Ainsi le kinésithérapeute vise à réentraîner le patient aux efforts physiques afin qu'il puisse participer aux activités de la vie quotidienne.

**Les séances sont proposées exclusivement dans le service d'hospitalisation oncologie et SMR au 4<sup>ème</sup> étage.**

**Contact :** [sos.oncologie@ch-ajaccio.fr](mailto:sos.oncologie@ch-ajaccio.fr)



Temps de préparation de votre traitement par l'U.P.A.



## Le service social

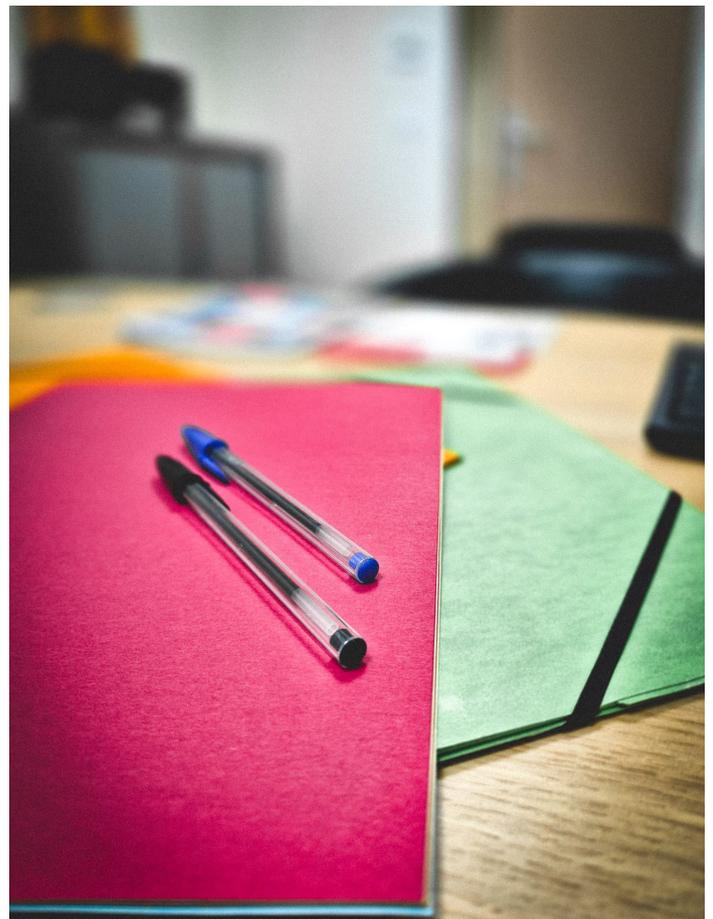
L'assistante sociale intervient auprès des usagers et de leur famille pour améliorer leurs conditions de vie et prévenir leurs difficultés administratives, sociales, médico-sociales, économiques et culturelles.

Son rôle :

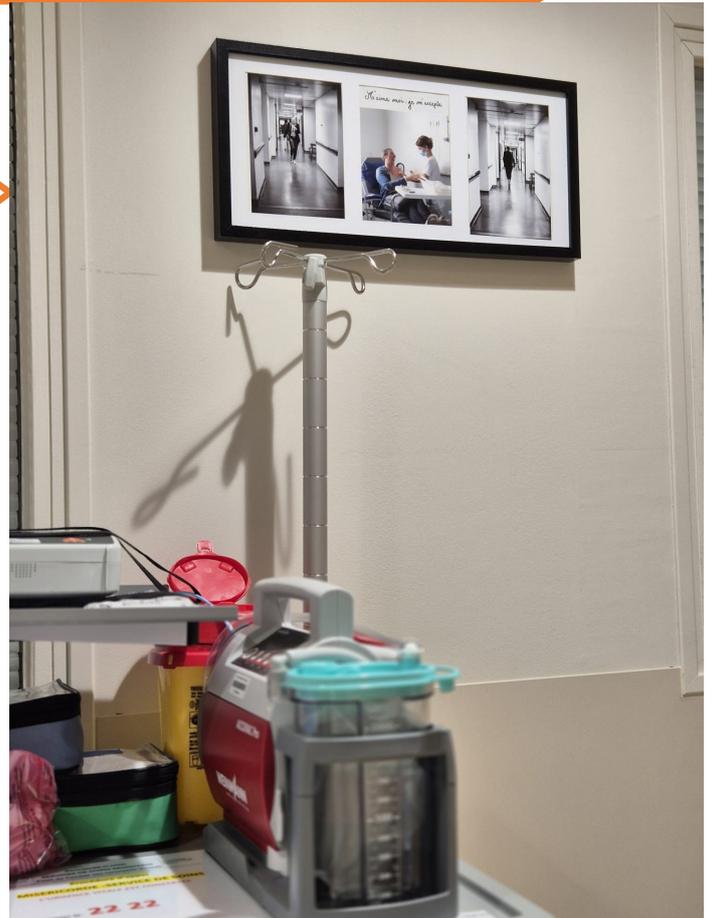
Etablir un diagnostic social ;

- ◆ Informer et conseiller les usagers sur leurs droits ;
- ◆ Instruire les dossiers qui relèvent de ses missions hospitalières en vue de l'obtention ou du rétablissement des droits ;
- ◆ Accomplir les démarches nécessaires et faire la liaison avec l'équipe soignante et les services extérieurs ;
- ◆ Elaborer un projet social individualisé pour favoriser le maintien, le retour à domicile ou l'orientation vers une structure d'accueil adaptée.

Contact : [sos.oncologie@ch-ajaccio.fr](mailto:sos.oncologie@ch-ajaccio.fr)



## Votre lieu de soins



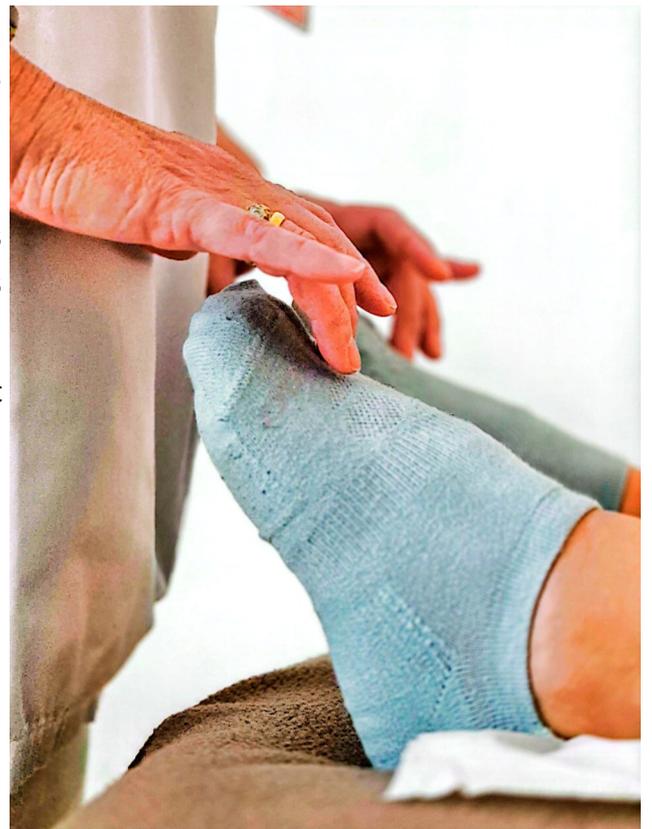
## La Résonance énergétique par stimulation cutanée (R.E.S.C.)

La Résonance Energétique par Stimulation Cutanée (RESC) consiste en un contact/écoute ayant pour but de comprendre les turbulences provoquées par la maladie ou la douleur afin d'accompagner le patient vers l'apaisement.

Elle emprunte pour cela la cartographie des trajets et des points décrits dans la médecine chinoise ainsi que certaines de ses observations énergétiques.

Elle accompagne ainsi le patient vers un ressenti d'apaisement sans se substituer au traitement médical.

**Contact :** [sos.oncologie@ch-ajaccio.fr](mailto:sos.oncologie@ch-ajaccio.fr)



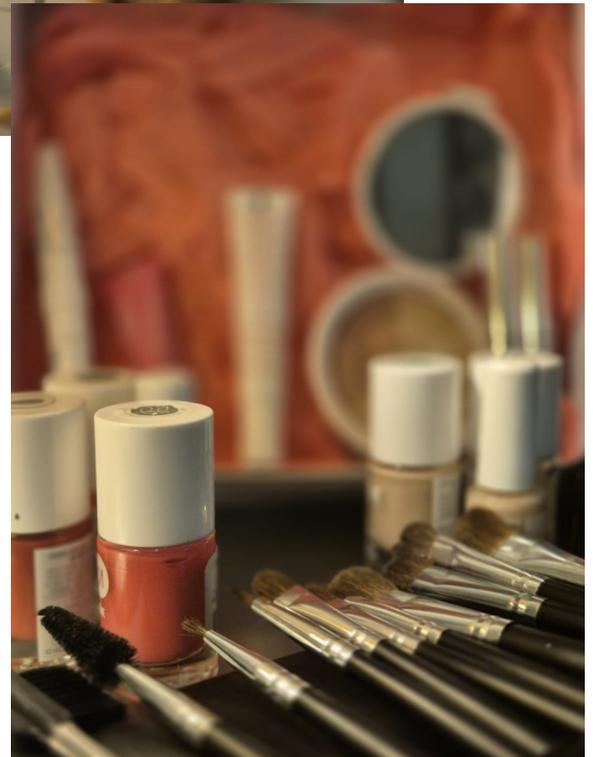
## La socio-esthétique

Les séances de socio-esthétique sont un temps d'écoute et de conseils, privilégiées autour du rapport au corps, des effets de la maladie et des traitements. Elles permettent un travail sur le mieux-être, l'estime de soi, la valorisation de soi, l'image de soi et l'hygiène.

A la suite de cette prise de contact, l'objectif suivant est de vous faire passer un agréable moment de relaxation et de bien-être, adapté à vos besoins et votre corps, en travaillant toujours avec l'équipe médicale. Les soins se déroulent en chambre, individuellement, avec comme possibilités :

- ◆ Le modelage relaxant ou spécifique corps et visage ;
- ◆ Le soin du visage ;
- ◆ Le maquillage correcteur et conseils adaptés ;
- ◆ Les soins des mains et des pieds et pose de vernis traitant ;
- ◆ Atelier conseil en image.

Contact : [sos.oncologie@ch-ajaccio.fr](mailto:sos.oncologie@ch-ajaccio.fr)



## Votre prise en charge par le personnel soignant



### Autres intervenants

D'autres intervenants en soins de support peuvent vous être proposés : stomathérapie, conseils en santé sexuelle et/ou fertilité, acupuncture, réflexologie, pédicurie/podologie, coiffure.

L'équipe des SOS peut vous aider à vous mettre en lien avec ces professionnels.

**Service des relations avec les usagers du Centre Hospitalier d'Ajaccio : 04.95.29.90.98**

La fin de votre traitement



## Comment nous contacter ?

Pour toute demande de consultation concernant les différents Soins Oncologiques de Support (SOS), veuillez contacter par mail ([sos.oncologie@ch-ajaccio.fr](mailto:sos.oncologie@ch-ajaccio.fr)), l'intervenant professionnel que vous souhaitez rencontrer à l'aide de l'adresse mail qui figure dans le descriptif de chaque soin oncologique de support.

Merci de préciser dans votre demande votre :  
**Nom, Prénom et date de naissance.**

# LES AUTRES SECTEURS POUVANT ÊTRE IMPLIQUÉS DANS VOTRE PARCOURS DE SOINS ET DE PRISE EN CHARGE

**Le service Hospitalisation  
Oncologie (4ème étage)**



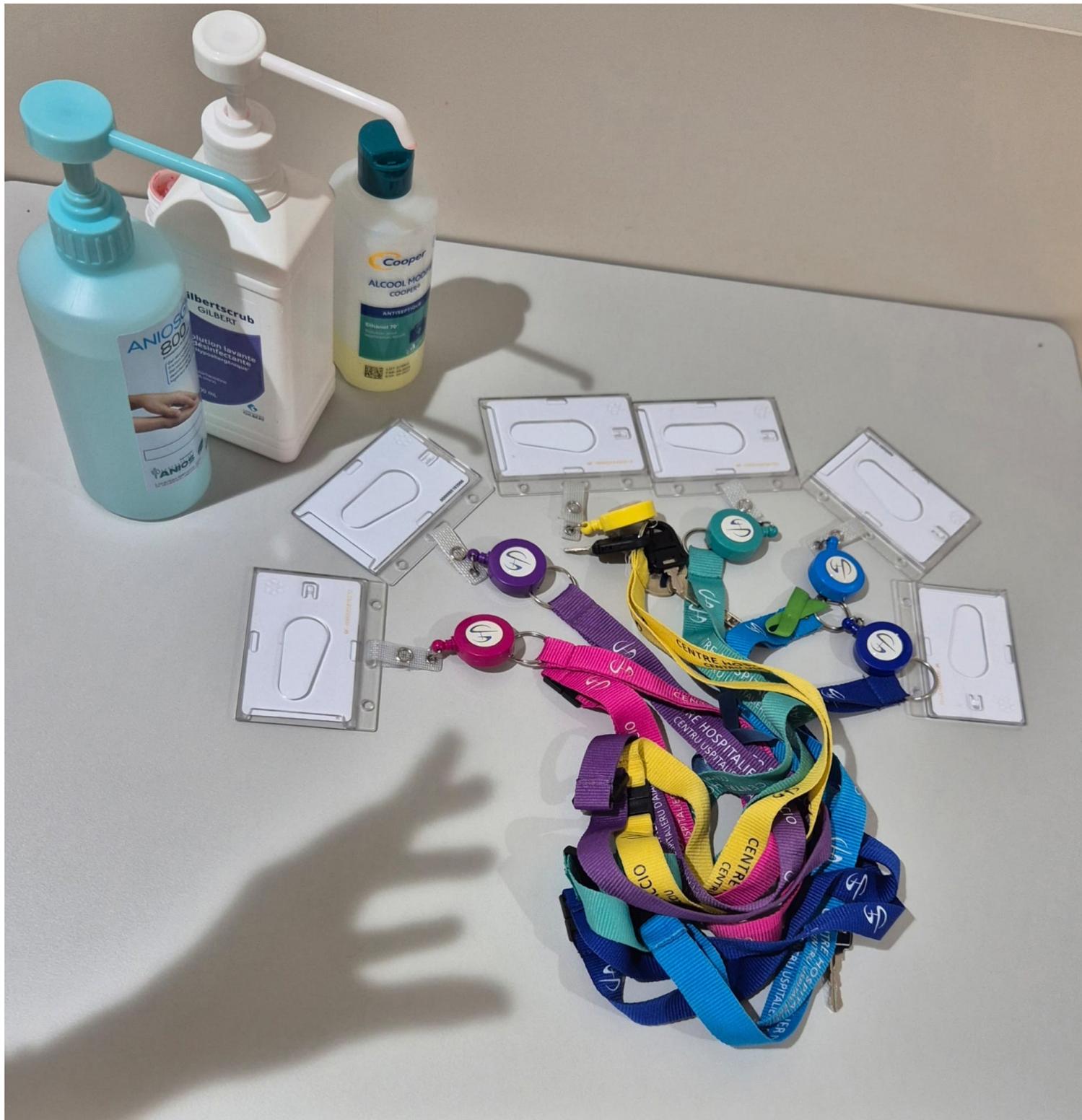
**Le S.M.R.  
Oncologie (4ème étage)**



## Coordonnées des associations

ASSOCIATIONS	ADRESSE	TELEPHONE	MAIL/SITE
ASSOCIATION ADDICTIONS France	Immeuble Farrucci, av. du président Kennedy 20090 AJACCIO	04 95 21 85 85	<a href="http://www.addictions-france.org">www.addictions-france.org</a>
ASSOCIATION CORSE DES DEFFICIENTS VISUELS	Residence Castel Vecchio, les lavandes 20000 AJACCIO	04 95 20 16 76	<a href="mailto:acdv-jn@orange.fr">acdv-jn@orange.fr</a>
ARCU SOLE	Résidence Binda Bat B, rue nicolas Peraldi 20090 AJACCIO	07 88 15 65 56	<a href="mailto:arcusole20@gmail.com">arcusole20@gmail.com</a>
ASSOCIATION DES PARALYSES DE FRANCE	18 Rue du Colonel Colonna d'Ornano 20090 Ajaccio Rue Barbisino 20600 Bastia	Ajaccio : 0495207533 Bastia : 0495341146	<a href="http://www.apf-francehandicap.org">www.apf-francehandicap.org</a>
BELLES ET BATTANTES	Route de saint pancrace, villa Rinieri 20250 CORTE	06 25 72 75 37	
CASA FEMINA	279 chemin du canal 20600 FURIANI		<a href="mailto:vaninapieri04@gmail.com">vaninapieri04@gmail.com</a>
INSEME	11 rue colomba 20000 AJACCIO	04 95 20 22 61	<a href="mailto:info@inseme.org">info@inseme.org</a>
LA MARIE DO	1 allée des plages 20000 AJACCIO	07 69 58 90 25	<a href="http://www.association-la_marie_do.com">www.association-la_marie_do.com</a>
LIGUE CONTRE LE CANCER	Résidence A sposata bat D, route du stiletto 20090 AJACCIO	04 95 21 46 04	<a href="http://www.ligue-cancer.net">www.ligue-cancer.net</a>
POLE DE SURDITE	1 rue Nicolas Peraldi 20000 AJACCIO	06 10 05 05 02	<a href="http://www.polesurditedecorse.com">www.polesurditedecorse.com</a>
U SCONTRU "GEM"		2A : 07 85 05 03 08 2B : 06 37 89 22 30 Valinco : 06 85 66 47 75	<a href="mailto:gemcorsica@gmail.com">gemcorsica@gmail.com</a>

NOTES

**« En plus des traitements,  
il y a vous ! »**