



Avec les associations, les structures et les partenaires qui œuvrent au quotidien à VOS côtés !

Le cancer du sein : on en parle ???

On n'en fait jamais trop !

Comme chaque année, l'ERI (Espace de rencontres et d'information) et le 3C-Mulhouse (Centre de Coordination Cancer) ont à cœur de proposer un temps de sensibilisation, de prévention et d'information sur l'accompagnement de la prise en charge dans le cancer du sein.

Pour la seconde année consécutive, il nous est impossible d'organiser un échange entre usagers et professionnels ou bénévoles. Qu'à cela ne tienne ! Vous pourrez tout de même retrouver ici un petit aperçu de ce qui



existe. Alors bonne lecture à vous !

Le dépistage

S'il est préconisé pour les femmes à partir de 50 ans dans le cadre du dispositif ADEMAS, il est important de garder à l'esprit que personne ne connaît mieux son corps que VOUS-MÊME ! C'est pourquoi, l'AUTOPALPATION doit être régulièrement réalisée.

Une astuce pour ne pas oublier ? Faites-le chaque 1^{er} du mois ou encore au dernier jour de vos menstruations.

Et en cas de modification de votre poitrine ? Seul un médecin pourra vous donner un avis éclairé, et une conduite à tenir. Ne tardez pas à consulter !

J'ai un cancer du sein... je fais quoi ?

Le diagnostic a été posé, vous allez désormais être pris en charge par une **équipe pluridisciplinaire**. Ce terme peut paraître effrayant, pourtant, cela veut simplement dire que différents spécialistes vont se concerter pour décider ensemble de la meilleure façon de vous prendre en charge.

Vous pouvez vous faire accompagner lors de la **consultation d'annonce**. Et poser toutes les questions qui vous permettront de bien comprendre votre situation. N'oubliez pas : **chaque parcours est différent**. Il n'est donc pas indiqué de faire des comparaisons avec d'autres personnes, même si elles ont, elles aussi, été traitées dans le cadre d'un cancer du sein.

Tout au long du parcours, un accompagnement

Avez-vous déjà entendu parler des soins de supports ?

Les soins de support, c'est cette boîte à outils que vos professionnels de santé vous propose, afin de vous permettre de trouver l'outil dont vous aurez besoin en fonction de vos difficultés, mais aussi de vos envies. Vous trouverez toute l'offre locale sur le site web www.aidecancer68.fr qui est mis à jour régulièrement.



Et concrètement, qu'est ce qu'on peut me proposer ?

Vous avez vu cette jolie fleur ? Elle vous donne une petite idée de ce qui est mis en œuvre pour que votre parcours soit le plus personnalisé.

Socio-esthétique, soutien psychologique, suivi diététique, soutien spirituel, activité physique adaptée, accompagnement social ...

... En groupe ou en individuel, à proximité de chez vous ou lors de vos passages en consultation ou pour vos traitements...

Allez visiter le site web des soins de support pour vous faire une idée, et n'hésitez pas à pousser les portes qui vous semblent être les bonnes !

Les soins de supports **ne vous coûteront rien**, ils font partie de votre prise en charge. Parlez-en avec votre équipe soignante qui saura vous orienter.



Où, quand et comment ?

Cela se passe **dans votre centre hospitalier**, auprès de nos **partenaires**, avec des **professionnels libéraux** ou encore en milieu **associatif**.

Dès l'annonce de votre diagnostic, et jusqu'après la fin de vos traitements, il existe nombre de possibilités de vous accompagner pour vivre au mieux cette période.

Votre **équipe soignante** pourra vous informer sur l'offre des soins de support. Mais vous pouvez aussi vous adresser à **Nicole**, accompagnatrice en santé de l'ERI, qui est LA ressource au cœur de l'information. Comme en prime elle a toujours le sourire, n'hésitez pas à aller la consulter !