

Soutien Psychologique

L'annonce du cancer et les traitements bouleversent l'existence, les relations avec l'entourage et provoquent souvent des troubles dans la qualité de vie (sommeil, alimentation, anxiété). Certaines personnes retrouvent un équilibre spontanément, alors que d'autres ont besoin d'une aide psychologique.

1-Pour qui ?

Patients et Proches peuvent bénéficier d'un accompagnement psychologique.

2-Pour quoi ?

- Pour mieux vivre les perturbations déclenchées par la maladie et les traitements.
- Pour continuer à se sentir une personne à part entière
- Pour parler de soi et de sa maladie, de ses craintes et de ses angoisses face au cancer.
- Pour faire le point sur ses capacités d'avancer avec la maladie.
- Pour être aidé à communiquer avec son entourage.
- Pour être soutenu et faire les choix utiles pendant et après les traitements.
- Pour être accompagné dans les phases de reprise du travail, de fin de traitement, et à tout moment difficile.

3-Quand ?

- Au moment où la personne en ressent le besoin et quand elle est décidée.
- A toute phase de la maladie...et même après.

On ne consulte pas par faiblesse mais parce qu'on ne peut pas y arriver seul malgré la présence d'un entourage attentif.

Le fait de l'exprimer, fait moins souffrir que de le taire. Nos forces n'étant pas constantes, le soutien psychologique peut être nécessaire pour continuer à avancer.

Le soutien psychologique ne conduit pas forcément à vivre des moments tristes. Il comprend aussi des moments agréables et de découvertes.

4-Où et comment ?

A l'hôpital

En vous adressant au secrétariat de votre service de soins, aux médecins, aux soignants qui vous prennent en charge.

En contactant directement le psychologue. *Voir fiche contact.*

A proximité de votre domicile :

Après du psychologue de La Ligue contre le cancer :

Permanences sur BESANCON / PONTARLIER / VALDAHON / ORNANS : 06.42.34.56.79 ou 03.81.81.70.38

Permanences sur BELFORT-MONTBELIARD : 06.33.45.82.49 ou 03.81.95.28.29

Après d'un psychologue agréé par le Réseau Régional de Cancérologie : relais spécifiques relevant d'une décision du psychologue du service d'oncologie.

5-C'est quoi "un psy" ?

- C'est quelqu'un qui vous accompagne pour traverser des situations difficiles.
- C'est quelqu'un qui vous aide à trouver ce que vous souhaitez au fond de vous, lorsque tout est chamboulé.
- C'est quelqu'un avec qui vous n'avez pas de lien affectif et qui vous écoute sans parti pris.
- C'est quelqu'un à qui l'on ose dire ce que l'on ne peut dire ailleurs.
- C'est quelqu'un qui vous aide à vivre mieux ce qui s'impose à vous.
- En cancérologie, les psychologues travaillent en concertation avec les équipes de soin pour améliorer la qualité de prise en charge et respectent le secret professionnel.
- Spécialisés et formés à la cancérologie, ils sont souvent appelés "psycho-oncologues".
- Le psy ne peut connaître, "LA" solution, mais il aide chacun à trouver la sienne, à la construire.
- Le soutien psychologique ne guérit pas le cancer mais il prend en compte la souffrance de la personne, malade ou non. Il vise à se sentir vivant avec ou sans cancer.

6-Et si cela ne se passe pas bien avec mon Psy ?

Il est fondamental d'en parler avec lui ou de contacter le Réseau Régional de Cancérologie (03 81 53 92 38). Afin que vous puissiez être orienté vers un professionnel qui vous correspondra mieux.



Texte élaboré par l'AFSOS
Association Francophone des Soins Oncologiques de Support

Tournez svp



La maladie cancéreuse peut générer une déstabilisation sociale, financière et/ou professionnelle du patient et de son entourage qui nécessite parfois l'accompagnement par un assistant social.

Accompagnement social

Pour qui ?

- Le patient et/ou son entourage.

Pour quoi ?

- Accéder à une couverture sociale permettant de prendre en charge les soins (ex : mutuelle, CMU-C, ACS...).
- Evaluer vos droits en lien avec la maladie (ex : indemnisation de l'arrêt de travail, assurances...).
- Faciliter votre quotidien et celui de vos proches, à domicile et/ou préparer le retour après une hospitalisation (ex : aides à domicile et financement, aménagement du domicile...).
- Prévenir les difficultés financières liées à la maladie (ex : aides financières ponctuelles...).
- Evoquer/préparer la reprise du travail en lien avec les organismes extérieurs (ex : médecine du travail...).

Quand ?

- À tout moment de votre parcours de soins.

Où et comment ?

- S'adresser directement à l'assistant social (voir fiche contact dans cette pochette).
- Demander aux médecins et aux soignants qui vous prennent en charge.
- Contacter la plateforme téléphonique ONCOTEL (03 81 47 99 99) qui vous orientera directement auprès de l'assistant social hospitalier référent.

Que fait un assistant social ?

- L'assistant social vous écoute dans la confidentialité et le respect de vos choix de vie.
- Il évalue votre situation dans sa globalité et sa singularité.
- En fonction des problématiques repérées, il vous propose une prise en charge adaptée à vos besoins.
- Avec votre accord, il peut solliciter un professionnel extérieur pour assurer la continuité de votre accompagnement en dehors du milieu hospitalier.
- Il travaille en concertation avec l'équipe de soins dans le respect du secret professionnel.

 **Tournez svp**