

1- SOCIAL

Avec la maladie, des difficultés sociales et professionnelles peuvent apparaître :

- Perte de revenus liée à l'arrêt de travail,
- Nécessité d'un reclassement professionnel,
- Difficultés à gérer son quotidien (ménage, courses, prise en charge des enfants...)
- Difficultés financières liées par exemple à l'achat d'une prothèse capillaire,....

Les assistant(e)s de service social ont pour mission de vous aider à faire face à ces difficultés.

Ils (elles) réalisent une évaluation de votre situation et vous apportent une écoute, des conseils, un accompagnement dans les démarches administratives et vous orientent si besoin vers les institutions ou les professionnels compétents.

Les assistant(e)s de service social sont tenu(e)s au secret professionnel.

Vous trouverez ci-contre quelques adresses utiles qui pourront vous informer et vous orienter sur les possibilités de votre prise en charge.

- CIDPA
(Centre d'Information Départementale pour les Personnes Agées).
- CONSEIL GENERAL DE LA SARTHE
- CRAM (Caisse Régionale d'Assurance Maladie)
- MDPH (Maison Départementale des Personnes Handicapées)
- MSA (Mutualité Sociale Agricole)
- SERVICE SOCIAL DE VOTRE SECTEUR
(coordonnées disponibles auprès de votre mairie).

Si vous n'êtes pas dans cette situation et si vous dépendez d'une autre caisse, quelque soit votre âge, le CIDPA peut vous aider.

Dans le chapitre n°12, à la fin du guide, sont mentionnés tous les Soins du Support effectués dans les Etablissements de Santé du Département (Hôpitaux et Cliniques).



2- NUTRITION – DIETETIQUE

L'alimentation est une partie essentielle des soins, elle s'intègre dans la prise en charge médicale. **En effet, pour bien se soigner, il faut bien s'alimenter.** Pour vous y aider, vous pouvez faire appel à différents professionnels.

Le diététicien a pour vocation de vous conseiller un équilibre compatible avec votre parcours alimentaire, votre pathologie, et votre mode de vie, en tentant d'écarter toutes contraintes injustifiées. Par son savoir scientifique et son savoir-faire pratique, il vous permettra de traduire concrètement vos besoins nutritionnels en aliments et repas quotidiens. Il sera un interlocuteur privilégié pour écouter vos difficultés alimentaires, dialoguer et proposer des solutions adaptées.

Le médecin nutritionniste, après l'évaluation de vos besoins, s'occupera plus largement des causes éventuelles d'un manque d'appétit, d'un amaigrissement et de leurs conséquences. Il peut vérifier l'impact de certains traitements médicaux ou chirurgicaux. Il pourra vous orienter sur les méthodes les plus cohérentes avec votre situation. Il peut s'agir de modification de votre alimentation avec l'aide du diététicien, de prescription de compléments alimentaires ou de mettre en place une alimentation artificielle (par voie digestive ou par voie veineuse).

Ces deux acteurs sont en parfaite complémentarité. Souvent, la mise en place d'un support nutritionnel élaboré est faite en cours d'hospitalisation et/ou à domicile si besoin.



3- REEDUCATION - KINESITHERAPIE

La rééducation – kinésithérapie est un domaine paramédical visant à évaluer, remédier et maximaliser le bien - être de la personne par l'usage de mouvements choisis et soigneusement dosés.

Il s'agit du traitement et de la réhabilitation des patients ayant des troubles fonctionnels de nature musculo-squelettique, neurophysiologique, respiratoire, cardio-vasculaire et psychomotrice.

Ses outils principaux peuvent se résumer en :

- Différents examens et bilans de la motricité.
- La mobilisation qui consiste à faire exécuter des mouvements à des fins médicales avec ou sans assistance physique.
- La massothérapie qui consiste à utiliser des techniques de massage à des fins médicales.
- Différentes thérapeutiques physiques consistant à appliquer au patient, à des fins médicales des stimuli physiques (ultrasons, le chaud et le froid, et la balnéothérapie).

Le plus souvent, son indication s'effectue sur prescription médicale.



4- DOULEUR

La douleur, souvent présente, peut être difficile à soulager.

Elle peut être liée à l'affection mais être également une séquelle des traitements.

La douleur doit être signalée au médecin généraliste ou spécialiste. Tous les médecins sont sensibilisés à la prise en charge de la douleur.

Toutefois, certaines douleurs rebelles nécessitent l'intervention d'un médecin spécialiste de la douleur.

Depuis 2004, un réseau douleur a été créé « Réseau Douleur Sarthe » dont les missions sont d'améliorer, de coordonner les actions et surtout de prévenir la douleur chronique par une prise en charge précoce.



5- SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE **SOUFFRANCE PSYCHIQUE**

Pourquoi et quand consulter ?

Il arrive à tous, un moment ou à un autre, d'être éprouvé par l'expérience de la maladie.

Il est souhaitable que chaque patient ou ses proches aient reçu l'offre d'un soutien psychologique par une personne compétente.

Qui consulter ?

Les professionnels des établissements et des réseaux offrent une certaine garantie. Dans le domaine libéral, trois types de professionnels exercent cette activité.

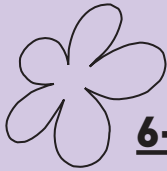
Le psychologue : dans le domaine des soins, le psychologue sera particulièrement à l'écoute des difficultés du patient et de ses proches.

Le psychiatre : médecin spécialiste. Il est spécialisé dans le traitement des troubles psychiques et peut prescrire un traitement médical. Il est aussi à l'écoute des personnes traversant des difficultés.

Si l'avis d'un psychiatre est envisagé, parlez en avec votre médecin traitant pour qu'il vous oriente au mieux.

Le psychanalyste : Il s'agit souvent d'un psychologue ou d'un psychiatre.

Ci après, vous trouverez la liste de ceux ayant répondu à notre requête.
Aucun psychiatre n'a répondu.



6- ASSOCIATIONS DE MALADES **BENEVOLES**

Les associations de malades regroupent les patients et leurs proches, et des bénévoles intervenant dans l'accompagnement.

Elles aident à résoudre certaines difficultés de la vie quotidienne.

Au sein des associations, les malades et leurs familles peuvent se rencontrer, partager leurs expériences et bénéficier d'un soutien moral, grâce à un travail d'écoute et à la constitution de groupes de paroles.



7- SOINS PALLIATIFS

Les soins palliatifs sont des soins actifs dont le but est de soulager la douleur, d'améliorer le confort et la qualité de vie, d'apaiser les souffrances psychiques, physiques d'une personne atteinte d'une maladie grave, évolutive et ce, quel que soit son âge ou le stade de sa maladie.

Votre médecin traitant généraliste et/ou spécialiste peut s'appuyer sur des équipes médicales spécialisées des établissements et, à domicile, sur le réseau de soins palliatifs.



8- ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL

Toute personne croyante, agnostique, indifférente, athée est habitée d'attentes et d'aspirations spirituelles.

Le spirituel correspond à ce que nous sommes, à ce que nous voulons être ; il éveille notre conscience.

Spirituel signifie vivant, souffle de vie.

Au cours de son existence, chacun est amené à se poser la question du sens de sa vie et de sa mort.

Pour vous accompagner dans cette démarche :

- **Communauté Bouddhiste**

☎ 02 43 87 70 05

- **Communauté Catholique :**

☎ 02 43 43 43 96

- **Communauté Juive :**

☎ 02 43 80 39 27

- **Communauté Musulmane :**

☎ 02 43 25 51 04

- **Communauté Orthodoxe :**

☎ 02 43 76 13 42

- **Communauté Tzigane :**

☎ 02 43 88 97 44

- **Entraide Protestante :**

☎ 02 43 47 89 12



9- SOPHROLOGIE **SOCIO-ESTHETIQUE - SOINS DES CHEVEUX**

LA SOPHROLOGIE est une méthode de relaxation qui permet une meilleure connaissance de soi.

Savoir bien respirer, découvrir le potentiel et les ressources enfouies en nous-mêmes nous aident à mieux savoir gérer les difficultés du quotidien, à évacuer tensions physiques et psychiques de façon à vivre en meilleure harmonie avec son corps et son esprit.

La sophrologie est un support utile nous apportant un mieux être.

LA SOCIO-ESTHÉTIQUE aide le malade fragilisé physiquement et/ou psychologiquement, à dépasser son mal-être en soutenant son image corporelle (soins du corps) et par là même l'image de soi.

Elle permet de s'extraire momentanément de son quotidien, de ses difficultés et de prendre le temps de se reconsidérer.

LES COIFFEURS peuvent aussi vous conseiller pour les soins de vos cheveux.



10- STOMATHERAPIE

La stomathérapie permet aux malades porteurs de stomie digestive ou urinaire, de retrouver leur autonomie après l'intervention, afin de reprendre une vie aussi normale que possible.

En collaboration avec l'équipe médicale et soignante, les stomathérapeutes répondent aux besoins d'aide ou de conseils, peuvent mettre à disposition du matériel d'appareillage spécifique et proposer un accompagnement du malade qui le souhaite.

L'action des stomathérapeutes peut débuter auprès du malade dès l'annonce par le chirurgien de l'éventualité d'une stomie. Cette prise en charge à la fois technique et relationnelle peut se poursuivre durant toute la période post-opératoire puis secondairement en consultation.

Grâce à leur formation, les stomathérapeutes ont également une compétence spécifique dans le domaine de la prise en charge des malades porteurs de plaies chroniques ou à risque de constitution d'escarres.



11- LES SOINS A DOMICILE

Les soins à domicile sont un ensemble de services et de prestations qui permettent aux personnes qui ont besoin de soins, de continuer à vivre dans leur environnement le plus longtemps possible et dans les meilleures conditions.

Ce chapitre a pour but de vous aider à trouver les services de soins à domicile qui correspondent à vos besoins :

- HAD (hospitalisation à domicile)
- SSIAD (services de soins infirmiers à domicile)
- IDE (infirmières diplômées d'état)
- Aides à domicile
- Aides techniques
 - Prestataires de services
 - Matériel
- Services de télésécurité



12- SOINS COMPLEMENTAIRES DES ETABLISSEMENTS DE SANTE DE LA SARTHE

Dans ce chapitre, les différentes offres possibles pour les Soins Complémentaires en Oncologie sont détaillées pour chaque établissement.

Les différents établissements de Sarthe sont classés par ordre alphabétique.