

Genève, le 1<sup>er</sup> octobre 2020

## **Octobre, mois du cancer du sein**

# **PRENDRE SOIN DE SOI POUR LUTTER CONTRE LE CANCER**

**A l'occasion d'octobre rose, les Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) et l'Hôpital de La Tour organisent des événements en ligne pour sensibiliser la population au cancer du sein. Des ateliers, des vidéos et des témoignages seront proposés. Cette année l'accent sera porté sur l'importance de prendre soin de son corps et de son esprit, durant et après la maladie. Ce mois de sensibilisation est organisé en collaboration avec la Ligue genevoise contre le cancer, la Fondation genevoise pour le dépistage du cancer et le Centre OTIUM.**

En Suisse, le cancer du sein est le cancer de la femme le plus fréquent. Plus de 6'000 nouveaux cas sont diagnostiqués chaque année et plus de 1'400 femmes en décèdent. Une femme sur huit sera concernée au cours de sa vie par cette maladie. Et, fait souvent méconnu, le cancer du sein peut aussi toucher les hommes.

Parce que c'est une maladie potentiellement mortelle, menaçant l'intégrité de la personne, le cancer fait peur et reste un sujet tabou. Il est par exemple difficile de parler de l'impact sur la vie intime ou l'apparence physique. Pourtant aujourd'hui le taux de survie à 5 ans d'une femme ou d'un homme touché-e par un cancer du sein s'élève à 87%. Pour briser ce tabou, qui se nourrit de beaucoup d'idées reçues et de fausses informations, il est important d'en parler et de s'informer.

Cette année, Octobre rose sera consacré aux traitements et à leur impact sur l'apparence physique. La perte de cheveux et des sourcils, l'ablation partielle ou totale des seins entraînent des modifications corporelles qui engendrent une perte de confiance en soi. Accepter son nouveau corps est pourtant essentiel pour guérir et se reconstruire. Différentes méthodes, soins et techniques existent pour prendre soin de soi pendant et après le cancer.

### **Des ateliers en ligne**

#### **Mardi 6 octobre**

- **14h30 : Dermopigmentation**  
Animation : Amandine Gourmaud, Centre OTIUM

La dermopigmentation avant le traitement permet d'anticiper la chute des sourcils. Elle peut aussi recréer l'auréole mammaire et masquer les cicatrices par un tatouage artistique.

**Plus d'informations :** [centre-otium.ch](http://centre-otium.ch)

➤ **16h30 : Méditation**

Animation : Yvan Leuridan, Centre OTIUM

L'objectif de cet atelier est de découvrir les bienfaits de la méditation grâce à la présentation de deux techniques : la méditation assise en mouvement (inspirée par la fasciathérapie) et la méditation statique (inspirée de la pratique mindfulness).

**Plus d'informations :** [centre-otium.ch](http://centre-otium.ch)

**Mardi 13 octobre**

➤ **14h30 : Prothèse capillaire**

Animation : Murielle Volo, Centre OTIUM

Les prothésistes capillaires peuvent accompagner les patient·es lors de la chute des cheveux et intervenir ensuite pour stimuler la repousse. L'atelier présentera leur travail et les aides qu'ils/elles peuvent apporter.

**Plus d'informations :** [centre-otium.ch](http://centre-otium.ch)

➤ **16h30 : Prothèse et lingerie**

Animation : Emily Hollender, Almatila

Il existe des articles de lingerie élégants et confortables, adaptés aux différents types de chirurgie que subissent les femmes atteintes d'un cancer du sein. Au cours de cet atelier des conseils spécialisés et personnalisés seront donnés aux participantes.

**Plus d'informations :** [www.almatila.com](http://www.almatila.com)

**Mardi 20 octobre**

➤ **14h30 : Coaching en image**

Animation : Isabelle Vallon, Sublimance

Pendant et après un cancer, de nouvelles clés sont parfois nécessaires pour se réapproprier son image. Le coaching en image permet de continuer à s'apprécier et être fier·ère de se montrer.

**Plus d'informations :** [sublimance.ch](http://sublimance.ch)

➤ **16h30 : Atelier de maquillage**

Animation : Isabelle Vallon et Florence Rochon, Look good, feel better

Cet atelier permettra d'apprendre à mieux gérer les effets visibles du traitement, à prendre soin de sa peau et à découvrir des astuces de maquillage.

**Plus d'informations :** [lgfb.ch/fr/](http://lgfb.ch/fr/)

**Mardi 27 octobre**

➤ **14h30 : Soins des pieds et des ongles**

Animation : Audrey Blanc accompagnée de deux étudiants, École de podologie de Genève

Les traitements médicamenteux peuvent fragiliser les zones du corps fortement sollicitées comme la plante des pieds, et des syndromes mains-pieds ou de l'hyperkératose peuvent apparaître. Des soins spécialisés permettent d'atténuer ces effets.

**Pour participer à ces ateliers en ligne, il est nécessaire de s'inscrire au préalable sur le site :** [hug.plus/cancer-sein-2020](http://hug.plus/cancer-sein-2020)

**Des vidéos questions/réponses et un témoignage**

**Questions/Réponses d'infirmières**

Mme Sandra Ledru et Mme Sophie Brenna, infirmières référentes au Centre du sein des HUG et Mme Martine Tyrode-Moreau, infirmière référente pour le cancer du sein, à l'Hôpital de La Tour répondent aux questions fréquentes que se posent les patient-es atteint-es d'un cancer du sein.

De quelles ressources les femmes/hommes suivi-es pour un cancer du sein disposent-elles/ils ? Comment le cancer du sein affecte-t-il les proches ? Comment les patient-es sont-ils/elles accompagné-es dans un Centre du sein ? Ou encore qu'est-ce qu'une infirmière référente au Centre du sein ?

**Témoignage d'un homme atteint du cancer du sein**

Le cancer du sein est la plupart du temps vu comme une pathologie féminine. Hors il peut aussi toucher les hommes. Dans cette vidéo, Laurent témoigne de sa maladie et de sa prise en charge.

**Visionnez ces vidéos sur le site :** [hug.plus/cancer-sein-2020](http://hug.plus/cancer-sein-2020)

## Pour de plus amples informations

### HUG

Service de presse et relations publiques

[presse-hug@hcuge.ch](mailto:presse-hug@hcuge.ch)

+41 22 372 37 37

### Hôpital de La Tour

Service de communication

[presse@latour.ch](mailto:presse@latour.ch)

+41 22 719 65 08 - +41 22 719 65 49

## Les HUG : soins, enseignement et recherche de pointe

Les Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) rassemblent huit hôpitaux publics et deux cliniques. Leurs missions sont de prodiguer les soins à la communauté dans toutes les spécialités médicales, de contribuer à former les médecins et professionnel·les de la santé et d'effectuer des recherches médicales et soignantes. Les HUG sont centre national de référence pour l'influenza et les infections virales émergentes, ainsi que pour les maladies du foie de l'enfant et la transplantation hépatique pédiatrique. Ils sont centre collaborateur de l'OMS dans cinq domaines. En 2019, avec leurs 11'945 collaborateurs·rices, les HUG ont accueilli 64'134 cas hospitaliers, assuré 130'747 entrées aux urgences, 1'109'781 de prises en charge ambulatoires, 28'689 interventions chirurgicales et 4'248 naissances. 1'030 médecins internes et chef·fes de clinique, 2'159 stagiaires et 193 apprenti·es y effectuent leur formation. Les HUG collaborent étroitement avec la Faculté de médecine de l'Université de Genève, l'OMS, le CHUV, l'EPFL, le CERN et d'autres acteurs de la *Health Valley* lémanique à différents projets de formation et de recherche. Le budget annuel des HUG est de 1.94 milliard de francs.

Plus de renseignements sur :

- les HUG : [www.hug.ch](http://www.hug.ch) – [presse-hug@hcuge.ch](mailto:presse-hug@hcuge.ch)
- Rapport d'activité, chiffres-clés et plan stratégique : [panorama.hug.ch](http://panorama.hug.ch) et [publications-hug](http://publications-hug)

## L'Hôpital de La Tour

L'Hôpital de La Tour est un établissement de soins aigus de haut niveau, privé, indépendant et à dimension humaine. Ancré dans sa mission de restaurer la meilleure qualité de vie possible pour ses patients, l'Hôpital de La Tour a placé l'amélioration continue et le développement de l'excellence médicale au cœur de ses priorités. Des médecins attachés à l'institution et un personnel soignant compétent ainsi qu'une infrastructure équipée des dernières technologies soutiennent ces objectifs. Il est le seul établissement privé en Suisse Romande disposant d'un service d'urgences ouvert 7j/7, 24h/24, de soins intensifs et de soins continus, ainsi que de services de médecine interne et de pneumologie pour les soins aigus. Il dispose également d'une unité de soins intermédiaires de néonatalogie et d'un centre de médecine du sport Swiss Olympic Medical Center.

L'Hôpital de La Tour est reconnu dans la planification hospitalière du canton de Genève et accueille également des patients sans assurance complémentaire dans certains cas précis. Les consultations ambulatoires, sont, quant à elles, accessibles à tous les assurés au bénéfice de l'assurance maladie de base (LAMal).

L'Hôpital de La Tour en chiffres par année: 7'000 patients hospitalisés • 336'000 prises en charge ambulatoires dont 46'000 urgences • 6'400 interventions chirurgicales • 41 médecins formés dans 11 disciplines médicales • 1'030 collaborateurs • 511 médecins agréés actifs.

Plus d'informations: [www.latour.ch](http://www.latour.ch)