Hôpital de La Tour

Programme de réadaptation oncologique

L'activité physique au service du traitement du cancer

L'activité physique accroît les chances de guérison et permet de lutter efficacement contre certains effets secondaires du cancer et de ses traitements. Elle est une aide précieuse pour maintenir corps et esprit dans de bonnes dispositions pour combattre le stress et surtout la fatigue.

Pour qui ?

Le programme de réhabilitation oncologique est destiné à toute personne atteinte d'un cancer, dès le diagnostic, et quel que soit le stade de la maladie. Que vous attendiez de démarrer un traitement, que celui-ci soit en cours ou que vous l'ayez terminé, que vous ayez subi une intervention chirurgicale ou que vous soyez en rémission, vous pouvez bénéficier de ce programme. Sur prescription de votre médecin, il est remboursé par l'assurance maladie de base (LaMal) et les assurances internationales.

Par qui ?

Le programme d'activité physique est dispensé par une équipe spécifiquement formée de physiothérapeutes et d'enseignants en activité physique. Il est placé sous la responsabilité médicale d'un médecin oncologue.

L'activité physique s'intègre dans une prise en charge pluridisciplinaire du cancer, en complément des traitements d'oncologie médicale, de la chirurgie, de la radiothérapie et de la nutrition.

Pour quoi ?

L'objectif de l'activité physique est d'améliorer votre qualité de vie et surtout votre bien-être, en cherchant à :

- lutter contre les effets secondaires courants des traitements, tels que la fatigue, les douleurs, la dépression ou encore les troubles du sommeil ;
- améliorer votre forme physique et éviter la perte musculaire ;
- améliorer la tolérance aux traitements ;
- améliorer vos chances de guérison et prévenir les récidives.

L'activité physique régulière dès le diagnostic augmente les chances de guérison de 40%.

Ce que nous proposons

Le programme, dont les séances se déroulent en groupe, est adapté en fonction de vos capacités et de votre mode de vie.
Sous sa forme standard, il inclut chaque semaine deux séances d'activité physique : une en salle et une en extérieur.

Nous vous accompagnons également pour l'élaboration d'un programme individuel et personnalisé si vous ne pouvez pas venir nous voir régulièrement.

CENTRE OTIUM SOUTIEN CANCER

Le Centre OTIUM vous offre des soins, un accompagnement et du conseil pour vous aider à mieux vivre pendant et après un cancer.
Pour en savoir plus :
www.otium.center/fr

avac

Apprendre à Vivre Avec un Cancer : un programme européen d'éducation et de soutien proposé dans les différentes régions de Suisse, en partenariat avec le service oncologie.
www.avac.ch/fr/

Informations pratiques

Une équipe à votre service :

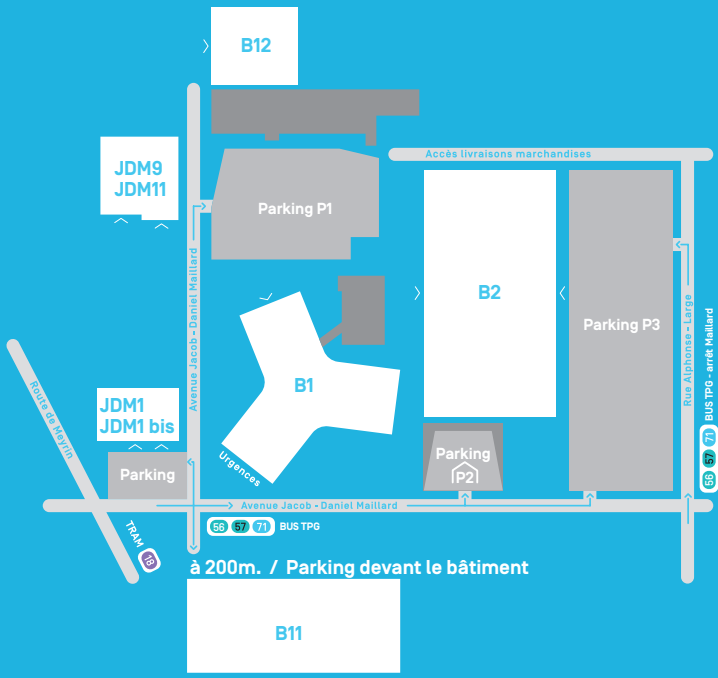
Dr med. Angela Pugliesi-Rinaldi
Spécialiste en oncologie médicale et médecine interne générale, membre FMH

Des physiothérapeutes et des coachs sportifs spécialisés

Christine Nollet
Coordinatrice des réhabilitations
christine.nollet@latour.ch

Secrétariat Physiothérapie cardio-respiratoire
Hôpital de La Tour
Bâtiment B11
T : +41 22 719 62 42
cardioresp@latour.ch

Accès
Arrêt « Hôpital de La Tour »
Tram 18
Bus 56, 57, 71



Hôpital de La Tour
Avenue J.-D. Maillard 3
CH – 1217 Meyrin/Genève
T +41 (0) 22 719 61 11
F +41 (0) 22 719 61 12