ligue contre le cancer

aspect

Octobre 2017

TRAVAIL

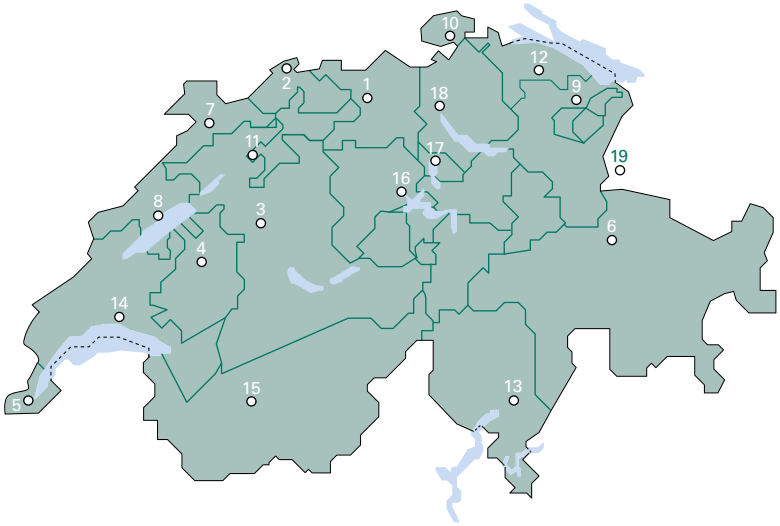
« Continuer à travailler était important »

MÉDECINE PALLIATIVE
Les projets du nouveau président de la Ligue suisse contre le cancer

CANCER DU SEIN
Les hommes sont aussi touchés. Le témoignage de Stefan Kölliker

CHUTES DU RHIN
Un emblème national se pare de rose

La Ligue contre le cancer de votre région



Nous sommes toujours là pour vous !

1 **Krebsliga Aargau**
Telefon 062 834 75 75
admin@krebsliga-aargau.ch
PK 50-12121-7

2 **Krebsliga beider Basel**
Telefon 061 319 99 88
info@klbb.ch
PK 40-28150-6

3 **Ligue bernoise contre le cancer**
Téléphone 031 313 24 24
info@bernischekrebsliga.ch
CP 30-22695-4

4 **Ligue fribourgeoise contre le cancer**
Téléphone 026 426 02 90
info@liguecancer-fr.ch
CP 17-6131-3

5 **Ligue genevoise contre le cancer**
Téléphone 022 322 13 33
ligue.cancer@mediane.ch
CP 12-380-8

6 **Krebsliga Graubünden**
Telefon 081 300 50 90
info@krebsliga-gr.ch
PK 70-1442-0

7 **Ligue jurassienne contre le cancer**
Téléphone 032 422 20 30
ligue.ju.cancer@bluewin.ch
CP 25-7881-3

8 **Ligue neuchâteloise contre le cancer**
Téléphone 032 721 23 25
LNCC@ne.ch
CP 20-6717-9

9 **Krebsliga Ostschweiz SG, AR, AI, GL**
Telefon 071 242 70 00
info@krebsliga-ostschweiz.ch
PK 90-15390-1

10 **Krebsliga Schaffhausen**
Telefon 052 741 45 45
info@krebsliga-sh.ch
PK 82-3096-2

11 **Krebsliga Solothurn**
Telefon 032 628 68 10
info@krebsliga-so.ch
PK 45-1044-7

12 **Thurgauische Krebsliga**
Telefon 071 626 70 00
info@tgkl.ch
PK 85-4796-4

13 **Lega ticinese contro il cancro**
Telefono 091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch
CP 65-126-6

14 **Ligue vaudoise contre le cancer**
Téléphone 021 623 11 11
info@lvc.ch
CP 10-22260-0

15 **Ligue valaisanne contre le cancer**
Téléphone 027 322 99 74
info@lvcc.ch
CP 19-340-2

16 **Krebsliga Zentralschweiz LU, OW, NW, SZ, UR**
Telefon 041 210 25 50
info@krebsliga.info
PK 60-13232-5

17 **Krebsliga Zug**
Telefon 041 720 20 45
info@krebsliga-zug.ch
PK 80-56342-6

18 **Krebsliga Zürich**
Telefon 044 388 55 00
info@krebsligazuerich.ch
PK 80-868-5

19 **Krebshilfe Liechtenstein**
Telefon 00423 233 18 45
admin@krebshilfe.li
PK 90-4828-8

Forum www.forumcancer.ch Le forum internet de la Ligue contre le cancer
Ligne InfoCancer 0800 11 88 11 Du lundi au vendredi 9 h – 19 h, appel gratuit, helpline@liguecancer.ch

Merci beaucoup de votre engagement et de votre solidarité !

Pour tout renseignement Téléphone 0844 80 00 44 ou courriel : dons@liguecancer.ch, www.liguecancer.ch/faireundon

Impressum

facebook.com/liguesuissecontrelecancer twitter.com/krebsliga youtube.com/krebsliga

Éditrice : Ligue contre le cancer, Case postale, 3001 Berne, Téléphone 0844 80 00 44, info@liguecancer.ch, www.liguecancer.ch, CP 30-4843-9 – Rédactrice en chef : Flavia Nicolai (fln) – Rédacteurs : Peter Ackermann (pan), Aline Binggeli (ab), Beatrice Bösiger (beb), Nicole Bulliard (bu), Ori Schipper (ors), Simone Widler (siw) – Photos : Gaëtan Bally – Concept rédactionnel et graphique : Flavia Nicolai, Peter Ackermann, Evelyne Guanter (evg) – Mise en page : Evelyne Guanter – Impression : Vogt-Schild Druck AG, Derendingen, Tirage 124 500 ex. – Édition : 4/17, octobre 2017, paraît quatre fois par année, la prochaine édition d'« aspect » paraîtra au mois de janvier 2018 – Banque Cler : partenaire financier de la Ligue suisse contre le cancer. Afin de bénéficier d'un tarif préférentiel auprès de la Poste, nous prélevons la modique somme de 5 francs sur vos dons, une fois par an, à titre d'abonnement. Merci de votre compréhension.

Unis pour la vie

Chère lectrice, cher lecteur,

Apporter un soutien et faire preuve d'empathie, telle est notre mission quotidienne à la Ligue contre le cancer, une mission qui nous tient à cœur. Comme toujours en octobre, nous mettons l'accent sur le cancer du sein. Vous découvrirez en page 8 ce qu'a vécu un patient touché par ce cancer rare chez l'homme – 40 cas en moyenne par an –, Stefan Kölliker.

Le cancer n'a pas seulement des répercussions pour le patient. Il suscite également des craintes et des incertitudes dans l'entourage professionnel ; Daniela Baumann l'a constaté quand elle a appris qu'elle avait un cancer du sein. Continuer à travailler pendant le traitement était important pour elle. Découvrez en page 12 comment le travail lui a apporté normalité et stabilité dans cette phase difficile. La jeune femme de 37 ans n'est pas un cas isolé. En Suisse, quelque 320 000 personnes vivent avec un cancer. Plus de 60 % d'entre elles reprennent le travail au terme de leur traitement. La Ligue contre le cancer a élaboré des offres en vue de sensibiliser les employeurs et les chefs du personnel aux besoins spécifiques des personnes concernées.

Grâce à votre générosité, nous soutenons les chercheurs pour qu'ils puissent progresser. Outre des études médicales, il existe des projets centrés sur le conseil social. Nous espérons que leurs résultats permettront à la Ligue contre le cancer d'améliorer encore les conseils et l'accompagnement proposés à ses clients.

À toute et à tous, une excellente lecture !

Cordialement,

PD Dr med.
Gilbert Zulian
Président de la Ligue suisse contre le cancer

Dr phil.
Kathrin Kramis-Aebischer
Directrice de la Ligue suisse contre le cancer

Sommaire

Kaléidoscope 4
Brefs conseils, brochures et informations pour vivre sainement.

À la Une 6
Chutes du Rhin : un emblème national se pare de rose.

Questions-réponses 7
Questions adressées aux conseillères de la ligne InfoCancer.

Rencontre 8
Le cancer du sein est rare chez l'homme. Comment Stefan Kölliker a-t-il fait face au diagnostic ?

Recherche 10
La victoire sur le cancer est-elle possible ? Les progrès de la recherche suscitent l'espoir.

Vivre avec le cancer (en titre) 12
Le cancer suscite des incertitudes dans l'entourage professionnel. La Ligue contre le cancer soutient patients et supérieurs hiérarchiques.

Éclairage 16
Soins palliatifs : une nouvelle structure de jour ouvre ses portes à Zurich.

Interview 18
Gilbert Zulian demande une prise en charge optimale pour tous.

En bref 20
Journée nationale d'action à IKEA et autres actualités.

Jeu 22
Gagnez une boîte à biscuits signée Hans Erni.

En tête à tête 23
Ewa Sturm, 49 ans : « Pour se sentir en sécurité, il faut pouvoir être soi-même. »

Questions, remarques, suggestions ?

Écrivez-nous : aspect@liguecancer.ch

Pour la bonne cause

Une reproduction de Ted Scapa

Souhaitez-vous acquérir une reproduction de Ted Scapa ? Le talentueux dessinateur a réalisé une illustration en exclusivité pour la Ligue contre le cancer à l'occasion du Relais pour la vie organisé pour la première fois en Suisse cette année. Celle-ci représente des personnes qui cheminent ensemble. Le relais, disputé un jour et une nuit durant, symbolise la ténacité des personnes touchées par le cancer et donne force et courage. La reproduction, format A3, coûte 30 francs. La somme est versée au fonds de soutien de la Ligue bernoise contre le cancer.

Commandes :
▸ relayforlife@bernischekrebsliga.ch

Réadaptation oncologique

Nouveau centre La Corbière

La réadaptation oncologique ambulatoire compte un nouveau centre à La Corbière, dans les environs d'Estavayer-le-Lac (FR). L'institution propose un cycle de neuf semaines à raison de 2x2 séances par semaine, réparties sur deux demi-journées et constituées d'activités physiques adaptées, de conseils nutritionnels théoriques et pratiques, de prise en charge psycho-oncologique et sociale en groupe. Le but visé est d'aider les personnes à retrouver un fonctionnement physique, psychique et social optimal. Une équipe interprofessionnelle de spécialistes formés pour la prise charge de patients oncologiques dans leurs domaines respectifs est emmenée par l'oncologue Patricia Vuichard, ancienne médecin-cheffe de l'oncologie HFR, site de Riaz. En début de programme, les patients ont une séance de groupe avec une assistante sociale de la Ligue fribourgeoise contre le cancer. Selon la situation, un suivi après la réadaptation oncologique leur est proposé.

▸ www.bit.ly/2sX9UWs

Activité physique

1300 kilomètres à travers la Suisse

« Reprendre la course à pied après le diagnostic m'a sauvé la vie », affirmait Eusébio Bochons il y a cinq ans. En rémission aujourd'hui, l'ultra-marathonien a effectué un périple à travers la Suisse qui l'a conduit d'une ligue cantonale à l'autre. En 16 jours, il a parcouru 1300 kilomètres. Les dons récoltés lors de cette course de solidarité ont été versés à la Ligue contre le cancer.

Cancer et travail

Une aide pour les chefs

Le cancer d'un ou une collègue suscite généralement la consternation de l'entourage professionnel, mais génère aussi son lot d'incertitudes. La fatigue et les problèmes de concentration sont fréquents pendant et après le traitement. La maladie entraîne des changements d'ordre physique, mais aussi psychique, ce qui exige du tact de la part de l'entourage. Les employeurs jouent un rôle crucial dans la façon dont le collaborateur concerné reste intégré à l'entreprise durant le traitement et dans le succès du retour au travail. Pour les épauler, la Ligue contre le cancer propose un coaching téléphonique aux supérieurs, responsables RH et collègues.

Coaching téléphonique pour les employeurs, lu – ve, 9 h – 16 h ; 0848 114 118
▸ www.liguecancer.ch/employeurs

La citation

« Les maladies non transmissibles, comme le cancer, constituent un défi majeur pour notre système de santé. »

Alain Berset, conseiller fédéral
Le ministre de la santé entend encourager un mode de vie sain pour diminuer le risque de maladies non transmissibles.

SOURCE : CITATION D'ALAIN BERSET : OUVERTURE DE LA CONFÉRENCE SANTÉ 2020 À BERNE / PHOTO : WWW.KEYSTONE.CH / THOMAS DELLEY, PHOTOS : MAD., DANIEL LÜTHI / LUTERBACH

Les chiffres

10 %

des cas de cancer du sein chez la femme sont dus à des prédispositions génétiques.

15

centres du sein en Suisse portent le label suisse de qualité délivré pour des traitements et une prise en charge optimaux.

40

hommes reçoivent un diagnostic de cancer du sein chaque année.

1 142 100

femmes en Suisse ont participé à un programme de dépistage du cancer du sein entre 1993 et le premier semestre de 2017.

Activité physique au quotidien

Bouger, c'est bon pour la santé et le moral

Des études scientifiques montrent que les personnes qui bougent beaucoup tombent moins souvent malades et augmentent leur bien-être. Faites le premier pas vers une vie plus active en intégrant davantage de mouvement dans votre quotidien : montez les escaliers au lieu de prendre l'escalator ou l'ascenseur. Descendez du bus un arrêt avant et effectuez le reste du trajet à pied. Remplacez les longues séances où chacun reste assis par de courtes réunions debout. Levez-vous ou faites quelques pas lorsque vous êtes au téléphone. Discutez avec vos amis en vous baladant. Mettez-vous au jogging, à la course à pied ou au nordic walking. La course améliore la force et l'endurance et stimule le système cardiovasculaire. Les personnes qui courent régulièrement se sentent généralement mieux.

▸ **www.liguecancer.ch/bouger**

Cancer de l'intestin

Se faire dépister à partir de 50 ans

Le cancer de l'intestin se classe parmi les cancers les plus fréquents et les plus redoutables et le dépistage peut sauver des vies. La Ligue contre le cancer recommande par conséquent un dépistage régulier à partir de 50 ans. L'assurance-maladie de base rembourse un test de recherche de sang occulte dans les selles tous les deux ans ou une coloscopie tous les dix ans chez les personnes de 50 à 69 ans ; la franchise et la quote-part sont à la charge de l'assuré. Pour en savoir plus sur l'intestin et les modifications pathologiques qui peuvent l'affecter, venez visiter notre maquette d'intestin géant.

Maquette d'intestin : 13–15 octobre. Foire Zukunft Alter, Lucerne
▸ **www.liguecancer.ch/cancerdelintestin**

Courts métrages sur le cancer

13. ZURICH FILM FESTIVAL

Des films émouvants au Zurich film festival

La Ligue suisse contre le cancer présente huit courts métrages sur le cancer au Zurich Film Festival. Cinq fictions, deux animations et un documentaire font vivre les émotions, les questionnements et les combats liés au cancer. Des cinéastes de plusieurs pays abordent ses répercussions sur la vie des personnes touchées et de leurs proches sous différents angles. Les films seront projetés le 7 octobre au cinéma Corso 3.

Les films seront projetés le 7 octobre au cinéma Corso 3.
▸ **www.zff.com**

PICTOGRAMMES : WWW.FLATICON.COM / WWW.FREEPIK.COM, PHOTO : SHUTTERSTOCK

Un emblème national sous le signe de la solidarité

Fin octobre, les chutes du Rhin seront illuminées en rose. À travers cette action, la Ligue schaffhousoise contre le cancer souhaite témoigner sa solidarité envers les femmes atteintes d'un cancer du sein et leurs familles.

Texte : Beatrice Bösiger, photo : Gaëtan Bally

Vingt-trois mètres de haut sur 150 de large, 373 mètres cubes d'eau qui s'abattent sur les rochers toutes les secondes : venus du monde entier, les touristes se pressent sur les plateformes permettant d'admirer les chutes du Rhin à Schaffhouse ou se rendent le plus près possible des masses d'eau bouillonnantes afin de rapporter les meilleures photos de leurs vacances. Fin octobre, ils seront nombreux à venir contempler le spectacle l'espace d'un week-end.

Angelika Huth-Müller, vous êtes vice-présidente de la Ligue schaffhousoise contre le cancer, qui organise cet événement. Quelle importance revêt la solidarité pour vous ?
Il est clair qu'en définitive, la patiente est seule pour effectuer sa thérapie et que c'est aussi elle seule qui supporte les effets indésirables du traitement. Mais la solidarité de ses proches et amis lui apporte un soutien essentiel. J'ai été particulièrement touchée par l'histoire d'une famille dans laquelle le père et la fille se sont rasé les cheveux lorsque la mère a perdu les siens à la suite de son traitement contre le cancer. C'est là un signe très fort de solidarité.

Comment la solidarité s'exprime-t-elle dans votre quotidien ?
Il y a onze ans, quand j'ai moi-même eu un cancer du sein, deux de mes amies se sont déclarées prêtes à me remplacer à une conférence de presse que je devais donner en prélude à la Nuit des musées. Cela m'a énormément soulagée, car il n'était plus possible de repousser la date. Le soutien de mes amies m'a montré que je n'étais pas seule, ce qui, pour moi, est l'illustration même de la solidarité.

Quel message souhaitez-vous faire passer à travers l'illumination des chutes du Rhin en rose ?
La solidarité donne le courage de tenir le coup, de ne pas baisser les bras. La famille et les amis sont là, ils soutiennent la personne touchée.

Vous êtes d'origine allemande. Y a-t-il des différences dans la façon dont les personnes touchées abordent leur cancer du sein en Suisse et en Allemagne ?
Chaque femme a sa manière de faire face au cancer, en Suisse comme ailleurs. Je constate toutefois qu'ici, les gens sont un peu plus réservés qu'en Allemagne. Mais cela peut changer. Partager, discuter de ses difficultés au sein d'un groupe d'entraide ou avec des amis peut faciliter bien des choses, notamment face à un cancer du sein.

Ligue schaffhousoise contre le cancer

Les chutes du Rhin en rose

Tour Eiffel, paroi nord de l'Eiger, porte de Brandebourg, opéra de Sydney et Tower Bridge : avant les chutes du Rhin, toute une série de monuments célèbres se sont déjà parés de rose en signe de solidarité avec les personnes touchées par le cancer du sein. Les 28 et 29 octobre, à partir de 18 h 30, les chutes du Rhin changeront donc de couleur. Tout au long du week-end, la Ligue schaffhousoise contre le cancer organisera des conférences et des ateliers autour du cancer du sein avec des personnes touchées et des spécialistes. Un concert caritatif se déroulera également le 29 octobre.

▸ www.krebsliga-sh.ch

« Est-ce parce que je me suis sacrifiée toute ma vie que j'ai un cancer ? »

Petite sélection de questions d'actualité posées aux conseillères de la ligne InfoCancer.

L'équipe de la ligne InfoCancer répond chaque année à environ 4800 demandes.

Lorsque le cancer du sein est décelé au stade débutant, il offre de bonnes chances de guérison. Quels examens de dépistage estimez-vous judicieux ?

L'autopalpation est une première possibilité pour déceler une éventuelle modification des seins. Mais si la tumeur est localisée en profondeur sous le tissu mammaire, elle est difficile à déceler. L'autopalpation des seins ne remplace par conséquent en aucun cas un examen par le médecin ou une mammographie de dépistage. Au cas où vous constateriez une modification de vos seins, une consultation médicale s'impose.

La Ligue contre le cancer recommande le dépistage du cancer du sein par mammographie dans le cadre d'un programme soumis à un contrôle de la qualité dès l'âge de 50 ans.
Pour en savoir plus :
▸ **www.liguecancer.ch/prevenir-le-cancer**

Je suis nerveuse. Pourquoi faut-il attendre le résultat aussi longtemps après un examen de dépistage du cancer du sein ?

Je comprends parfaitement votre impatience. L'attente des résultats après un examen de dépistage paraît souvent insupportable ; c'est une source de stress importante. Après une mammographie, il faut une dizaine de jours avant que vous ne receviez le résultat. Les clichés sont en effets évalués séparément par deux experts, qui rédigent chacun un bref rapport. Si les deux radiologues arrivent à des conclusions différentes, les mammographies sont encore évaluées par un troisième spécialiste. Cela demande du temps, mais permet une analyse détaillée qui limite au maximum les risques d'erreur.

En octobre, la Prof. Monica Castiglione, oncologue et spécialiste du carcinome mammaire, répond à vos questions sur le cancer du sein chez la femme et chez l'homme.
▸ **www.forumcancer.ch**

Ligne InfoCancer

Nous vous répondons :

Avez-vous des questions au sujet du cancer ? Avez-vous besoin de parler de vos peurs ou de vos expériences ?
Nous vous aidons.

Appel gratuit (lu – ve, 9 h – 19 h)
0800 11 88 11

Courriel
helpline@liguecancer.ch

Chat (lu – ve, 11 h – 16 h)
www.liguecancer.ch/cancerline

Skype (lu – ve, 11 h – 16 h)
krebstelefon.ch

Forum
www.forumcancer.ch

Un de mes élèves a un cancer. Comment en informer ses camarades ?

Dans pareil cas, le mieux est d'avertir vos élèves le plus tôt et le plus complètement possible. Si la maladie est taboue, ils peuvent imaginer des choses encore plus graves que la réalité. Demandez aux enfants ce qu'ils savent déjà du cancer et discutez de ce qui est juste ou faux. La Ligue contre le cancer de votre canton vous conseillera volontiers et mettra à votre disposition des informations adaptées à l'âge de vos élèves, qu'il s'agisse d'enfants ou d'adolescents.
▸ **www.liguecancer.ch/regions**

Mon cancer est-il lié au fait que je me suis sacrifiée toute ma vie ?

Pratiquement toutes les personnes qui souffrent d'un cancer se demandent au moins une fois si elles sont responsables de leur maladie. Si ce genre de réflexions est tout à fait compréhensible, aucune étude scientifique n'a constaté de lien entre un type particulier de personnalité et le cancer. Le cancer peut frapper n'importe qui. Il n'existe donc pas de personnalité qui prédisposerait au cancer, c'est-à-dire de vulnérabilité liée à certains traits de caractère. Il s'agit là d'un mythe pur et simple.

PHOTO : MÀD.

« Une minorité statistiquement ? Ça m'était égal, je voulais vivre »

Stefan Kölliker menait une vie apparemment parfaite. Père de trois enfants, il venait d'être élu président du gouvernement cantonal saint-gallois quand le diagnostic est tombé : un cancer du sein, un type de cancer rare chez l'homme.

Texte : Peter Ackermann

« Imaginez-vous le tableau », lâche Stefan Kölliker en s'enfonçant dans le fauteuil pivotant au bout de la table de réunion de 12 m de long dans le bâtiment gouvernemental. « J'avais une famille, trois enfants, une maison, je venais d'être confirmé dans mon poste de conseiller d'État et d'être élu président du gouvernement cantonal saint-gallois. Ma vie était parfaite, juste parfaite. Et paf, un cancer ! C'était brutal et profondément injuste en un sens. » Stefan Kölliker effleure du regard la corniche en stuc de la salle lambrissée en lissant sa cravate parfaitement en place.

Avoir un cancer et ne pas pouvoir contrôler la situation : c'était quelque chose de nouveau pour Stephan Kölliker, partisan de la responsabilité individuelle depuis que, à 29 ans, il avait décidé de changer de vie. « Je voulais prendre mon existence en main et j'ai remis les compteurs à zéro », dit-il. Il s'est séparé de son amie, a quitté son employeur et s'est mis à son compte comme agent fiduciaire. « La responsabilité individuelle a imprimé une dynamique extraordinaire à ma vie. Quand j'avais un problème, je m'en suis toujours sorti sans aide », poursuit-il. « Mais quand la médecin-cheffe m'a dit que j'avais un cancer du sein il y a quatre ans, j'ai été complètement déboussolé. »

> *« Cette maladie potentiellement mortelle a peut-être été ma planche de salut. »*
>
> *Stefan Kölliker*

Le cancer du sein est rare chez l'homme – une quarantaine de cas chaque année en Suisse, alors que c'est le cancer le plus fréquent chez la femme, avec 5900 nouveaux cas par an. Si la tumeur a été diagnostiquée chez Stefan Kölliker, c'est grâce à un « enchaînement de hasards ». Sous la douche, il avait palpé un nodule dans son sein gauche. Il n'aurait pas consulté un médecin pour cela, ou peut-être seulement trop tard. « En tant que président du gouvernement, mon emploi du temps était rigoureusement planifié ; je n'avais pas une minute à moi. » C'est seulement lorsqu'il s'est fait opérer des amygdales parce qu'il était souvent enroué à force de parler que le politicien a dit à l'oto-rhino-laryngologiste qu'il avait palpé quelque chose dans un sein. Trois jours plus tard, il faisait une échographie, quatre jours après une biopsie. La médecin-cheffe lui avait dit : « C'est un cancer. Nous devons faire une opération pour le retirer. » Stefan Kölliker avait demandé une nuit de réflexion.

Seul parmi les femmes

Étonnamment, il n'a guère craint pour sa vie. Mais il s'inquiétait pour ses enfants, alors âgés de neuf, sept et cinq ans. « Si je disparaissais, je ne pourrais pas aider à les élever. Il fallait que je mette tout en œuvre pour qu'ils gardent leur père un peu plus longtemps. » Il a donc opté pour l'ablation du sein, organisé son remplacement au gouvernement, informé les médias, effectué une chimiothérapie et une radiothérapie et pris des médicaments par voie orale suite à l'analyse des tissus cancéreux.

Que le cancer du sein soit souvent considéré – à tort – comme une maladie féminine l'a laissé indifférent. « Appartenir à une minorité, avec 0,8 % de cas, m'était égal. Tout ce que je voulais, c'était vivre. » Dans la salle d'attente du centre du sein, son statut particulier sautait aux yeux : c'était le seul homme au milieu des femmes. « Elles me regardaient en souriant ou elles disaient ‹ ah, mais revoilà Monsieur Kölliker. › »

Des échanges utiles

La sympathie qu'on lui a témoignée durant sa maladie a été extraordinaire, déclare Stefan Kölliker. « Même des gens pour qui j'étais une bête noire en tant que représentant de l'Union démocratique du centre (UDC) n'ont vu que l'homme en moi. » Un grand nombre de personnes touchées par le cancer du sein l'ont spontanément abordé. Mais il a lui aussi pris contact avec d'autres patientes et patients. « Ce n'est malheureusement pas difficile de les trouver. L'échange d'expériences est précieux. » Une femme lui a conseillé de se raser les cheveux avant qu'il ne les perde avec la chimiothérapie. « Un super conseil, car quand on trouve ses cheveux par poignées sur l'oreiller au réveil, cela plombe le moral. La chute des cheveux plombe aussi le moral de l'entourage. », martèle Ste-

Stefan Kölliker : « Ne pas être maître de la situation m'était difficilement supportable. »

fan Kölliker. Il a suivi le conseil. Un soir, en slip dans la salle de bains, il a laissé ses enfants lui raser le crâne avec une tondeuse électrique. « Les petits ont trouvé ça amusant ; l'enjeu leur échappait, même si nous leur avions parlé de ma maladie avec ma femme. Seule mon aînée s'est enfuie en pleurant », raconte le politicien, qui a gardé les cheveux très courts depuis.

Stefan Kölliker n'avait aucun mal à parler de sa maladie. « Mais dès qu'il était question des enfants, je fondais en larmes. » Jusqu'à ce qu'il consulte un psychosomaticien sur le conseil de son médecin de famille. La séance a duré vingt minutes. Ensuite, le problème a été réglé une fois pour toutes, affirme-t-il, en effectuant un quart de tour sur sa chaise comme un gamin. Le psychosomaticien lui avait dit : « Vous êtes constamment absent. Vous prenez la voiture, l'avion, vous êtes occupé ailleurs. Vous était-il déjà venu à l'esprit qu'il pourrait vous arriver quelque chose et que votre femme pourrait se retrouver seule avec les enfants ? Non ? Alors pourquoi vous faites-vous du souci pour quelque chose que vous ne pouvez pas influencer ? »

Reconstruction du sein

Stefan Kölliker a mis du temps à s'habituer à sa nouvelle image corporelle. Le creux laissé par l'ablation a donné du fil à retordre à cet ancien gymnaste et gardien de hockey. « Quand je voyais mon reflet dans une vitrine et que je devinais le renfoncement sous la chemise, j'avais honte », avoue-t-il. Les premiers temps après l'opération, il a toujours porté un maillot à la maison, jusqu'à ce que sa femme lui dise : « Enlève donc ce stupide tee-shirt, je sais à quoi tu ressembles et je ne t'en aime pas moins. » Mais il était gêné face aux autres. Quand il allait nager, il enfilait une tenue de surfeur. « Mais on ne peut pas jouer au surfeur jusqu'à 70 ans », fait-il. Il a donc opté pour une reconstruction du sein avec un lambeau de tissu prélevé sur son propre corps, comme de nombreuses femmes le font après une opération. Plus tard, un tatouage sur le mamelon rétablira la symétrie sur le plan visuel. Il ne restera alors plus que la cicatrice.

Et le constat que le cancer a eu une influence positive sur sa vie. « Aussi paradoxal que cela puisse paraître, cette maladie potentiellement mortelle a peut-être été ma planche de salut. Mon besoin de tout maîtriser aurait pu causer ma perte. Le cancer m'a montré que je suis très bien organisé mais que je ne peux et ne dois pas toujours vouloir tout contrôler. J'ai appris à lâcher prise, oui, à lâcher prise. » ●

PHOTO : MÀD.

Des progrès grâce à la recherche

Pendant des milliers d'années, l'humanité est restée impuissante face au cancer. Puis, à force de ténacité, la science a commencé à obtenir des résultats, ce qui a entraîné une hausse sensible des chances de survie pour un grand nombre de patients.

Texte : Ori Schipper

Le cancer est probablement aussi vieux que l'humanité. C'est ce que laisse en tout cas supposer la découverte d'os d'hommes préhistoriques déformés par des tumeurs l'an dernier dans une grotte en Afrique du Sud. L'homme est toutefois longtemps resté impuissant face à la maladie. C'est ainsi que, dans l'Égypte ancienne, il y a plus de 4000 ans, l'érudit Imhotep constate, dans la première mention écrite du cancer parvenue jusqu'à nous, qu'il n'existe « aucun traitement » contre les « grosseurs dans le sein, qui sont dures et de belle taille et qui se propagent ».

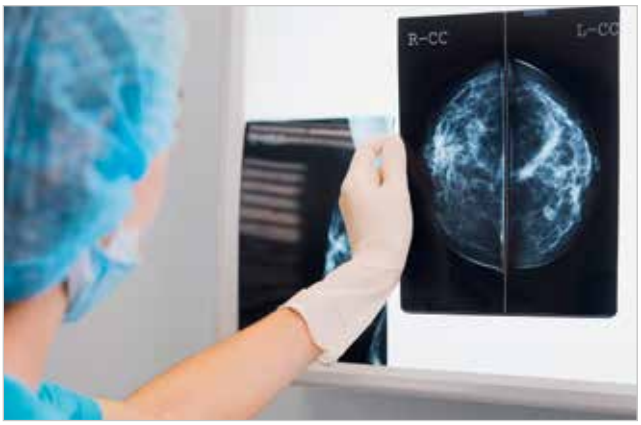
Des chirurgiens audacieux

Il faut attendre le XIXe siècle et la découverte de l'anesthésie et de l'asepsie pour que les choses commencent à bouger. La capacité d'endormir la douleur et d'empêcher la présence de microbes dans les plaies permet à des chirurgiens audacieux d'extirper des tumeurs de l'organisme. William Halsted, qui opère pour la première fois à New York des patientes atteintes d'un cancer du sein en 1882, fait partie des pionniers. Il met au point une méthode connue sous le nom de « mastectomie radicale ».

En s'efforçant d'extirper totalement le cancer, Halsted rejette tout compromis : il enlève non seulement le sein touché en entier, mais aussi les muscles sous-jacents et les ganglions lymphatiques environnants. Grâce à cette technique, 40 % de ses patientes sont encore en vie cinq ans après l'opération, soit deux fois plus qu'en l'absence d'intervention, comme il le relate dans son compte-rendu scientifique. Mais après l'opération, de nombreuses patientes ne peuvent plus bouger le bras et souffrent de douleurs chroniques.

Une nouvelle branche de la lutte contre le cancer

Peu après, en 1895, Conrad Röntgen découvre « une nouvelle sorte de rayonnement ». Quatre ans plus tard seulement, des médecins suédois utilisent ces rayons avec succès – c'est une première – pour traiter des cancers cutanés, ouvrant ainsi la voie à une nouvelle branche de la lutte contre le cancer : la radio-oncologie. On voit alors fleurir partout des cliniques spécialisées dans cette technique ; on ne découvrira que plus tard que les rayons de haute énergie peuvent eux-mêmes provoquer le cancer.



Évolution : autrefois, les chirurgiens enlevaient toute la poitrine (en haut) ; aujourd'hui, la radio-oncologie (en bas) permet de voir si elle peut être préservée.

Le troisième pilier du traitement moderne du cancer, la chimiothérapie, n'apparaît qu'après la Seconde Guerre mondiale. C'est le pathologiste Sydney Farber qui pose la première pierre en utilisant, en désespoir de cause, un agent cytotoxique chez des enfants atteints de leucémie aiguë, une maladie qui les condamne pratiquement à mort à cette époque. Chez dix enfants sur seize, il obtient « une amélioration importante, qui durait depuis trois mois au moment du rapport », comme il le note avec ses confrères en 1948 dans le New England Journal of Medicine. Les efforts inlassables des nombreux successeurs de Farber conduisent, au fil d'une multitude de petits succès (et d'échecs au moins aussi nombreux) à une constante

ILLUSTRATION : © WELLCOME LIBRARY/LONDON, PHOTO : SHUTTERSTOCK

amélioration des possibilités de traitement. Aujourd'hui, 70 ans plus tard, plus de quatre enfants sur cinq peuvent être sauvés, selon les statistiques.

De nombreuses victoires importantes

Aiguillonné par les succès thérapeutiques – à partir des années 1960, on associe de plus en plus opérations, rayons et agents cytotoxiques –, le président américain Richard Nixon déclare la guerre au cancer en 1971. Depuis, tant les fonds injectés dans la recherche sur le cancer que les profits réalisés grâce aux médicaments anticancéreux ont pris l'ascenseur, et les chances de survie de nombreuses personnes touchées ont sensiblement augmenté. Mais plus de quarante ans après, si l'humanité a remporté de nombreuses batailles importantes contre la maladie, elle n'a malheureusement pas encore gagné « the war on cancer ».

Les tentatives inlassables conduisent, au fil d'une multitude de petits succès, à une constante amélioration.

Quant à savoir s'il sera possible de vaincre définitivement le cancer ou s'il faudra peut-être se faire à l'idée qu'il fait partie de nos cellules, du moins en tant que phénomène lié au vieillissement, la question reste ouverte pour l'instant. La science n'en est pas moins notre meilleur atout pour combattre la maladie. Chaque succès remporté par la recherche – aussi petit et insignifiant qu'il puisse paraître – nourrit l'espoir légitime que l'humanité continuera à réaliser des progrès importants dans le traitement du cancer et dans la lutte contre cette maladie. ●

Comment ça marche ?

La promotion de la recherche à la Ligue suisse contre le cancer

Photo de la commission scientifique (avril 2015)

La Ligue suisse contre le cancer et la fondation Recherche suisse contre le cancer soutiennent des projets dans tous les domaines de la recherche oncologique. Si l'éventail de thèmes est large, de l'étude des voies de signalisation dans les cellules cancéreuses aux analyses d'efficacité des examens de dépistage, tous les projets poursuivent un objectif commun : augmenter les chances de survie et améliorer la qualité de vie des personnes touchées par le cancer.

La Ligue suisse contre le cancer et la Recherche suisse contre le cancer encouragent exclusivement des projets de recherche indépendants de l'industrie qui ne poursuivent pas de but commercial et qui présentent un lien avec le cancer. Les scientifiques qui souhaitent déposer une demande de subsides doivent démontrer qu'ils utilisent des approches originales et des méthodes appropriées et que leurs résultats apportent un bénéfice aux personnes touchées par le cancer et à la société.

Une commission scientifique composée de spécialistes réputés examine les demandes en faisant régulièrement appel à des experts internationaux. Elle sélectionne les projets les plus prometteurs dans l'espoir que les résultats obtenus par les scientifiques permettront des progrès dans le traitement des maladies cancéreuses. (siw)

▸ www.bit.ly/2vwq1Pt

PHOTO : MÀD.

« Le travail m'a apporté une certaine stabilité »

Le cancer suscite de nombreuses craintes et incertitudes chez les collègues de travail et les supérieurs hiérarchiques. La Ligue contre le cancer leur apporte son soutien afin de favoriser un accompagnement attentif.

Texte : Beatrice Bösiger, photos : Gaëtan Bally

Daniela Baumann ne s'est pas laissé intimider par Ruedi. C'est ainsi que la Bernoise de 37 ans a baptisé son cancer du sein après le diagnostic il y a deux ans. Elle avait du mal à parler de sa maladie, comme son entourage, d'ailleurs. En lui donnant un nom, elle l'a ramenée à son niveau, explique-t-elle. De la sorte, ce n'était plus une abomination sans nom, d'autant plus que le prénom de Ruedi évoquait pour elle quelqu'un d'agréable, avec qui il était possible de discuter.

Bientôt, toute l'équipe soignante s'est mise à parler de Ruedi. « Madame Baumann, Ruedi est parti » – tels sont les premiers mots qu'elle a entendus à l'hôpital en se réveillant de la narcose. « Cela a apaisé mes craintes », déclare Daniela Baumann. Son employeur de l'époque a aussi rapidement été mis au courant de l'existence de Ruedi. « Je voulais que mes supérieurs sachent pourquoi j'étais absente si je restais chez moi avant la date fixée à l'hôpital », poursuit-elle. Elle travaillait alors pour la Fédération suisse de ski. Son chef a été l'une des premières personnes qu'elle a appelées après le diagnostic. Par intérêt personnel, selon elle : elle voulait parler de son cancer du sein à quelqu'un vis-à-vis de qui elle devait se ressaisir. Pour éviter les bruits de couloir, elle a aussi demandé à ses supérieurs d'informer directement ses collègues.

> *« Il fallait que mes chefs sachent pourquoi j'étais absente. »*
>
> *Daniela Baumann*

La normalité du bureau

La jeune femme à l'abondante chevelure blond miel tenait à continuer à vivre aussi normalement que possible malgré son cancer du sein. Le travail jouait un rôle fondamental dans ce processus. Daniela Baumann a aussi travaillé à 40 % pendant sa chimiothérapie. Durant cette période, le bureau a été un lieu important pour elle. « Avoir un endroit où on me demandait de faire quelque chose, où je n'étais pas une patiente, m'a fait du bien », se rappelle-t-elle. Au travail, elle devait être opérationnelle. Elle n'était plus seulement la patiente, l'amie ou la fille qui a un cancer. Cela lui a apporté une certaine stabilité après le diagnostic.

Daniela Baumann n'est pas un cas isolé. En Suisse, plus de 320 000 personnes vivent avec un cancer. Grâce aux progrès du dépistage et de la médecine, leur nombre va probablement atteindre la barre du demi-million dans les années à venir. Plus de 60 % de ces « survivants » recommencent à travailler au terme de leur traitement. Ainsi, l'intégration des personnes touchées par le cancer dans le monde du travail devient de plus en plus un problème de société.

> *« Ne pas être une patiente au bureau me faisait du bien. »*
>
> *Daniela Baumann*

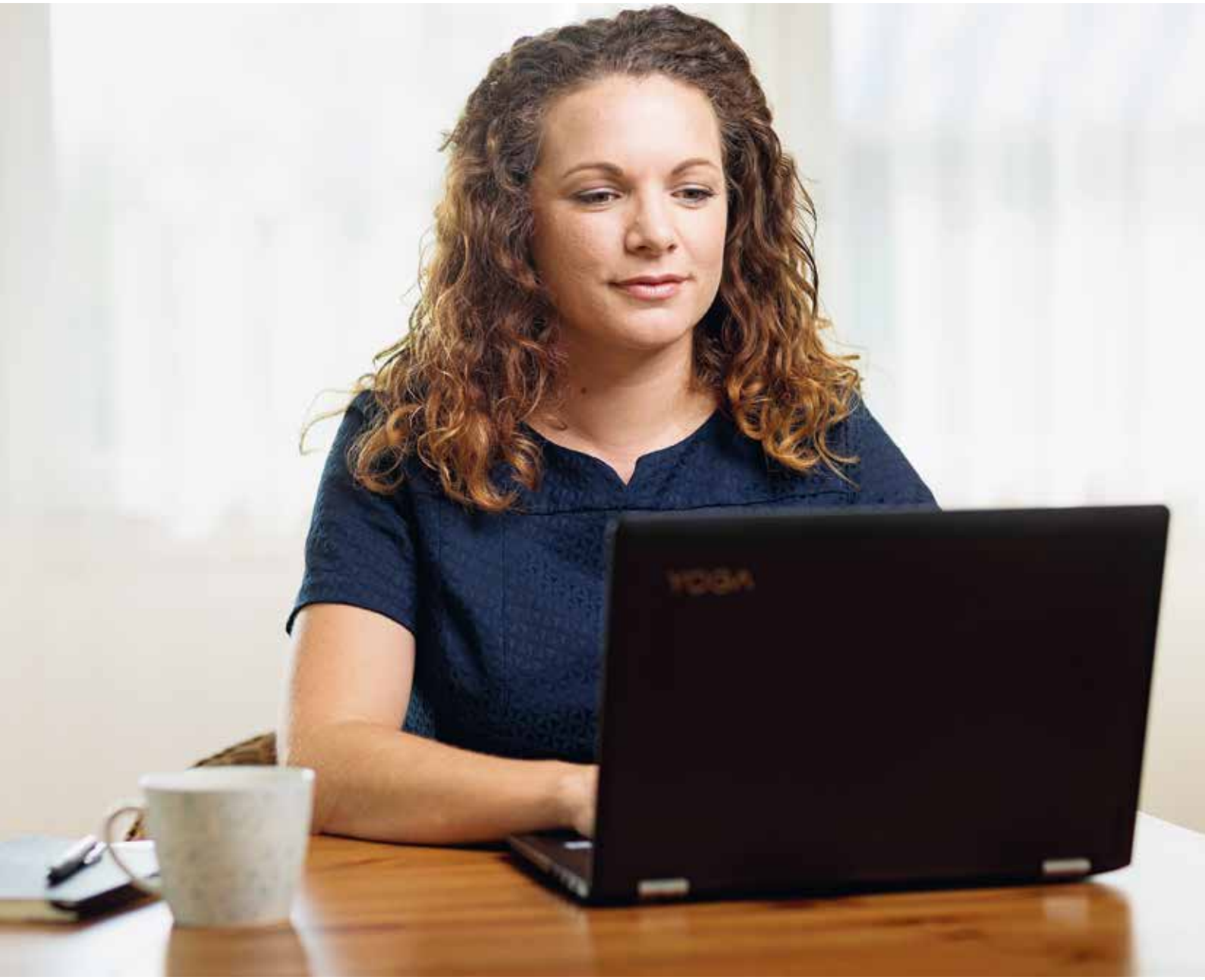
Mais pour les personnes touchées, les supérieurs et les collègues, un diagnostic de cancer peut susciter de nombreuses craintes et incertitudes : vais-je perdre mon travail si je ne suis plus efficace à 100 % ? Puis-je prendre des nouvelles de la santé de ma collègue tous les jours sans paraître trop insistant ? Mon collègue a-t-il encore envie de discuter du match de football de la veille ou est-ce un sujet trop trivial ? Quelles tâches puis-je encore confier à un collaborateur malade ?

Le rôle clé des supérieurs

Lorsqu'un de ses collaborateurs lui a appris qu'il avait un cancer, elle est restée sans voix, se rappelle Corinne Brand*, responsable d'une équipe de 22 personnes à Swisscom. Le diagnostic l'a stressée psychiquement. Il lui a fallu un certain temps pour réussir à prendre du recul et pour traiter son collègue comme les autres membres de son équipe, du moins en ce qui concernait son travail. Le fait qu'il ne souhaitait pas informer l'équipe et l'entreprise de son cancer n'a pas facilité les choses.

Les cadres et les responsables RH jouent un rôle clé dans le processus de réintégration après le traitement. Pour eux, il s'agit de trouver un juste équilibre entre res-

« Après le cancer, je suis devenue plus détendue et décontractée et passe volontiers du temps au jardin », confie **Daniela Baumann.**



Sur les conseils de son oncologue, **Daniela Baumann** a postulé pendant la thérapie au job de ses rêves, avec succès.

ponsabilité et empathie. Un accompagnement attentif et bienveillant est primordial. Il faut cependant être conscient que chaque personne a des besoins spécifiques, qui peuvent par ailleurs évoluer au fil du traitement. Les patients, de même que les cadres et les chefs du personnel, doivent en outre régler toute une série de questions administratives, un élément que l'on oublie facilement sous le choc du diagnostic. Il convient par exemple de garantir que les indemnités maladie sont bien versées, de contrôler la durée de la protection contre le licenciement ou de voir si la personne concernée doit être annoncée à l'assurance-invalidité.

Pour soutenir les entreprises dans cette phase difficile, la Ligue suisse contre le cancer et plusieurs ligues cantonales et régionales proposent des cours et des ateliers sur le thème « Cancer et travail ». Corinne Brand a elle aussi suivi un cours destiné aux cadres ; elle espérait pouvoir discuter du cas de cancer survenu dans son équipe. « Ce qui a surtout été utile, c'est qu'on nous a dit et redit que la santé de la personne concernée était prioritaire. » De manière générale, le cours lui a montré qu'en tant qu'entreprise, Swisscom fait déjà bien des choses correctement dans la gestion des maladies de longue durée chez ses collaborateurs.

Mais pour de nombreux employeurs, un cancer implique également une réorganisation. Les collaborateurs malades sont parfois absents plusieurs mois, de sorte qu'il faut les remplacer. Cela coûte cher, et les petites entreprises n'ont pas toujours les ressources nécessaires. Le travail doit alors souvent être réparti à l'interne, ce qui constitue un stress et une charge supplémentaire pour les collaborateurs.

Redonner courage aux personnes touchées

Dans le cadre de l'organisation de son remplacement, Daniela Baumann a elle aussi vécu une situation désagréable. Quand elle a proposé à son chef de continuer à travailler pendant le traitement, celui-ci lui a répondu que pour l'entreprise, ce serait plus simple qu'elle soit en arrêt maladie complet. Même si ce n'était qu'une remarque lancée sans réfléchir, « cela m'a beaucoup affectée », avoue-t-elle. Dans les faits, elle a de toute façon travaillé plus que les 40 % prévus. Un de ses supérieurs a assez vite arrêté de lui demander comment elle allait. « D'un côté, j'étais retournée au bureau parce que je voulais une vie normale ; de l'autre, j'avais envie que mon entourage se soucie de moi, ce qui était quelque peu paradoxal », résume la jeune femme.

Malgré une volonté de fer, les effets indésirables du traitement lui ont donné du fil à retordre, notamment la baisse de performance et les problèmes de concentration. Elle qui était tellement fière de son excellente mémoire, elle oubliait à présent des rendez-vous et n'arrivait plus à se rappeler certains noms. Mais à l'époque, elle considérait le travail quasi comme un moyen de se prouver qu'elle était encore là, qu'elle existait. Entre l'hôpital et le bureau, elle n'avait plus d'énergie pour autre chose. « Dans notre société axée sur la performance, on doit travailler toute sa vie. Mais il serait faux de mettre les personnes touchées par le cancer sous pression », estime-t-elle. Chacun doit décider lui-même à quel moment il est judicieux de reprendre le travail et à quel taux d'activité.

À travers son histoire, elle souhaite redonner courage à d'autres personnes touchées. Quand elle a appris le diagnostic il y a deux ans, elle aurait aimé pouvoir s'appuyer sur l'expérience d'autres patientes ou patients ayant continué à travailler.

> *« Je voulais une vie normale, mais aussi la sympathie de mon entourage. C'était paradoxal. »*
>
> *Daniela Baumann*

Aujourd'hui, Daniela Baumann a un emploi à la télévision suisse, où elle a postulé alors qu'elle était encore en traitement. C'est son oncologue qui l'a encouragée à changer de travail. Depuis sa maladie, elle considère toutefois sa vie professionnelle avec plus de recul : « Je ne consulte plus ma messagerie électronique le dimanche soir pour voir si je peux déjà préparer quelque chose », dit-elle. Elle préfère se promener en pleine nature, prendre soin d'elle-même et se détendre en jardinant. Dans ces moments-là, elle oublie même complètement l'existence de Ruedi. ●

(* = nom modifié à la demande de la personne concernée)

Cancer et travail

Un soutien pour les employeurs

En Suisse, le cancer se classe au quatrième rang des motifs d'absence au travail pour cause de maladie. « Un diagnostic de cancer suscite des craintes et des incertitudes. Il est important que les collaborateurs et les supérieurs puissent en parler », explique Erika Karlen-Oszlai, spécialiste Cancer et travail à la Ligue suisse contre le cancer. Chaque personne réagit différemment à la maladie et gère la situation à sa façon.

Les ateliers et les cours pour entreprises proposés par la Ligue suisse contre le cancer apportent des connaissances de base sur le cancer, la prévention et le traitement. Les cadres et les responsables RH apprennent à gérer la situation particulière des collaborateurs touchés. Il s'agit de donner aux entreprises un outil pratique pour accompagner au mieux la personne malade pendant et après le traitement.

Les employeurs peuvent également bénéficier d'un coaching téléphonique au **0848 114 118** (8 ct. / minute).
Pour en savoir plus :
▸ **www.liguecancer.ch/employeurs**

Soins palliatifs : une structure de jour pour patients et proches à Zurich

À l'heure où la demande en soins spécialisés est appelée à augmenter, le centre palliatif Lighthouse à Zurich innove en proposant une nouvelle structure de jour pour soulager les personnes gravement malades et leurs proches.

Texte : Beatrice Bösiger, photos : Gaëtan Bally

Nous accueillons des gens très différents », explique Andrea Ott, co-responsable des soins et de la prise en charge au Lighthouse à Zurich ; certains vont encore relativement bien alors que d'autres sont déjà cloués au lit. Elle nous fait visiter les locaux lumineux de la nouvelle structure de jour, qui accueille depuis l'été des personnes gravement atteintes dans leur santé ou souffrant de maladie chronique. La clinique est située dans une rue tranquille du quartier de Zurich-Hottingen, à deux pas du Lighthouse lui-même.

Avec cette nouvelle structure, le centre de soins palliatifs créé dans les années 1980 innove. Contrairement à la gériatrie, par exemple, la médecine palliative ne propose guère de cliniques de jour dans notre pays. Pour l'infirmière clinicienne et son équipe, il s'agit donc d'abord d'évaluer les besoins des patients. À la différence du Lighthouse, où les résidents ont leur propre chambre où ils peuvent se retirer, la clinique de jour n'offre pas ces possibilités.

Au Lighthouse, les repas en commun et les promenades dans le quartier avec les bénévoles garantissent une certaine structure, alors que la possibilité de s'isoler permet de préserver l'intimité. Pour les soins médicaux, il existe également un service ambulatoire. Le centre palliatif met aussi une chambre à disposition pour des nuitées isolées ; celle-ci est prévue pour accueillir les patients qui nécessitent des soins spécialisés durant la nuit, par exemple à la suite d'une aggravation de leurs douleurs ou de leurs angoisses.

Soulager les proches

« Nous voulons offrir une structure intermédiaire entre les soins à domicile et le centre palliatif », explique Andrea Ott. Entrer au Lighthouse est un pas difficile à franchir pour bien des patients et des proches. Être entouré de personnes gravement malades ou mourantes ne convient pas à tout le monde. Carsten approuve : « C'est un changement radical », dit-il en s'asseyant sur son lit. Âgé de 52 ans, cet ancien restaurateur allemand souffre d'un cancer du poumon qui a déjà formé des métastases dans le foie. Quand il a su qu'il ne lui restait plus beaucoup de temps à vivre, il est entré au Lighthouse pour soulager sa femme qui travaille. C'était il y a dix mois.

Andrea Ott : « Les soins palliatifs ne devraient pas être une question d'argent. »

Aujourd'hui, il s'y sent bien. Avec d'autres résidents, il apprécie le jardin lorsqu'il fait beau. Avant, il se déplaçait beaucoup. Il a travaillé en Allemagne et aux États-Unis, préparant des repas pour les passagers d'une compagnie aérienne internationale voyageant en première classe ou en classe affaires. Dans sa chambre, de nombreuses photos évoquent sa famille et ses amis du monde entier. Pour lui, l'ouverture de la clinique de jour est une bonne chose. Cela permet d'y passer quelques jours sans engagement, de discuter avec les gens et de se faire une idée claire du centre palliatif. « J'aurais été heureux d'avoir cette possibilité avant d'entrer au Lighthouse », dit-il.

> *« Nous voulons offrir une structure intermédiaire entre les soins à domicile et le centre palliatif. »*
>
> *Andrea Ott, co-responsable Soins et Prise en charge*

Carsten adore le nouveau site de jour.

Son séjour au centre palliatif est un grand soulagement pour sa femme. L'ouverture de la clinique de jour offre à présent de nouvelles possibilités aux proches aidants, dont certains travaillent encore. « La clinique doit être un lieu de soins et d'accompagnement pour les patients comme pour les proches », explique Andrea Ott. Tantôt, ce sont les malades qui ont davantage besoin d'être soutenus, tantôt leur famille. Cela peut changer au cours d'une maladie.

Un défi pour les centres palliatifs

S'il existe déjà en Suisse des offres pour les personnes gravement atteintes dans leur santé, comme les unités palliatives des hôpitaux, les services de soins à domicile ou les prestations des ligues cantonales contre le cancer, de premières réactions montrent que la nouvelle institution répond à un réel besoin. Il y a notamment des synergies avec le travail des ligues. Selon Andrea Ott, cela va de la distribution des brochures et supports d'information de la Ligue suisse contre le cancer aux efforts mutuels en vue de mieux faire connaître les prestations proposées.

Mais pour les centres palliatifs, le défi est de taille, notamment au niveau du financement et de la facturation des soins. Ils sont en effet considérés comme des EMS, alors qu'ils fournissent un travail bien plus lourd et offrent davantage de prestations. « Il manque un modèle de financement », estime l'infirmière, car si les soins aigus à l'hôpital ou les soins de longue durée en EMS sont clairement réglés, les centres palliatifs n'entrent dans aucun schéma. C'est un réel problème. Depuis la fin du mandat de prestations confié par le canton de Zurich en 2012, le Lighthouse, constitué en fondation, est davantage tributaire de la générosité du public.

Son séjour au centre palliatif est un grand soulagement pour sa femme.

La fondation garantit aussi le fonctionnement de la structure de jour, car les deux premières années, celle-ci ne parviendra pas à couvrir ses coûts. Une journée à la clinique coûte 95 francs. Le mode de financement exact est encore à l'étude ; les communes et les villes doivent décider si elles prennent en charge une partie du séjour. Pour le reste, les patients sont priés de passer à la caisse. « Ma femme paie une partie de sa poche », renchérit Carsten, qui estime qu'il faudrait agir à ce niveau ; en Suisse comme ailleurs, tout le monde ne peut pas se permettre des dépenses supplémentaires de plusieurs centaines de francs par mois.

« C'est la vie »

Andrea Ott espère davantage de normalité et de perméabilité dans les soins palliatifs à l'avenir pour que les personnes qui le souhaitent puissent rester le plus longtemps possible chez elles, mais qu'elles puissent aussi séjourner dans une structure de jour, un EMS ou un centre palliatif. Par ailleurs, les soins palliatifs ne devraient pas être une question d'argent. « Il est regrettable que l'aspect financier prenne autant de place », dit-elle. De nouveaux modèles de financement sont indispensables, notamment pour les soins de longue durée, car avec le vieillissement de la population, les besoins en soins palliatifs augmentent.

Le déménagement prévu dans des locaux plus grands n'est plus d'actualité pour l'instant. Le Lighthouse est toutefois bien établi en ville de Zurich. Andrea Ott évoque des grillades organisées pour le quartier. Dans l'escalier devant la clinique de jour, une femme jette un regard curieux par la porte ouverte et demande à Andrea Ott si tout va bien. Elle habite le même immeuble, explique-t-elle; et d'ajouter : « D'une certaine façon, il est triste d'avoir un tel voisinage, mais il est bon d'avoir un lieu où l'on puisse séjourner si on souffre beaucoup. » « C'est la vie », dit-elle, en regagnant son appartement. ●

Faire le bien et renforcer une culture des valeurs

Le 22 juin dernier, le PD Dr med. Gilbert Zulian, médecin chef du service de médecine palliative des Hôpitaux universitaires de Genève, a été élu nouveau président de la Ligue suisse contre le cancer lors de l'assemblée des délégués. Il succède au Professeur Jakob Passweg. Entretien.

Texte : Nicole Bulliard, photo : Gaëtan Bally

PD Dr med. Gilbert Zulian, nouveau président de la Ligue suisse contre le cancer.

Monsieur le président, vous êtes de longue date membre du Comité de la Ligue suisse contre le cancer, quelle motivation vous a poussé à prendre sa tête ?

Gilbert Zulian : Entrer au comité d'une organisation non gouvernementale de cette importance, c'est y exercer une fonction de représentation de soi-même et des valeurs que l'on met à disposition pour ensuite les promouvoir. C'est tenter de faire du bien. La présider, c'est mettre plusieurs forces et compétences ensemble pour arriver à un objectif.

En tant que nouveau président, sur quels sujets envisagez-vous de mettre l'accent ?

Si l'on parle aujourd'hui de plus en plus du cancer, c'est aussi parce qu'il y a davantage de personnes âgées. Or, certains aspects de l'oncologie gériatrique sont négligés en Suisse, parce que cela oblige l'oncologue, qui est centré sur la tumeur, à collaborer avec le gériatre, qui s'intéresse à la personne et à son environnement, avec la perspective du parcours de vie et de sa qualité. Je souhaite mettre cette thématique en avant. Concilier la personne âgée dans sa fonctionnalité quotidienne avec ce que l'oncologue fait pour rendre cette vie meilleure et plus longue.

Quels contours prendront la prise en charge et le suivi dans les dix prochaines années ?

Les préoccupations du patient devraient être prioritaires et guider

le thérapeute. Le développement de la biologie, de la biochimie, de l'immunologie, de la génétique nous amène vers une médecine personnalisée. Chacun d'entre nous est un être unique et les tumeurs que nous produisons le sont aussi, quand bien même elles possèdent des récepteurs communs ou un mécanisme de physiopathologie identique. Nous nous dirigeons vers une approche médico-thérapeutique de plus en plus individualisée.

Comment la Ligue suisse contre le cancer entend-elle répondre à cette évolution ?

La Ligue suisse contre le cancer doit se mettre encore plus du côté de la personne touchée et de ses proches en les responsabilisant afin que la prise en charge leur convienne. Elle doit donner le courage de poser les bonnes questions, d'indiquer ce qui est important. Elle doit renforcer le dialogue entre le thérapeute et la personne malade. Elle doit servir de ressource d'information pour renforcer les personnes touchées, les rendre plus conscientes de leurs possibilités.

Comment améliorer la qualité de vie des survivants du cancer ?

J'ai envie de décriminaliser la maladie cancéreuse. Quand on est touché par ce genre d'affection, on est affublé d'une étiquette qui vous met à part jusqu'à parfois vous considérer comme quasiment déjà mort. On doit pouvoir traiter la maladie cancéreuse comme une affection avec laquelle il est possible de vivre normalement, à savoir en tant qu'être fonctionnel, dans son milieu familial, dans son environnement social et, pour ceux qui travaillent, dans leur activité professionnelle. La Ligue contre le cancer peut contribuer à faciliter les relations entre les conseillers et la personne touchée par cette maladie.

Quels sont les domaines des soins palliatifs qui sont aujourd'hui satisfaisants ou lacunaires ?

Cela fait un peu plus d'une année que la médecine palliative est reconnue par la FMH. C'est un point positif. Mais quand nous parlons de soins palliatifs, le public voit immédiatement le cercueil ou le cimetière. Le problème est là. Si l'on examine correctement et scientifiquement ce que les soins palliatifs sont susceptibles d'apporter aux patients souffrant de cancer, on se rend compte qu'ils contribuent à une amélioration de la qualité de vie, à un moindre recours aux hospitalisations, à une diminution de l'angoisse et de la dépression, donc à une meilleure utilisation des ressources.

Si je devais proposer une piste pour le travail de la Ligue contre le cancer, ce serait d'encourager les oncologues et les généralistes à prendre contact avec les équipes de médecine palliative et à travailler ensemble le plus tôt possible.

Quels sont les domaines de recherche les plus prometteurs ?

Ce sont ceux qui tendent à atteindre une meilleure tolérance à toutes les substances qui peuvent être mises au point, de façon à éviter que le traitement ne soit pire que la maladie. Nous sommes parvenus à mettre au point des substances et des techniques de mieux en mieux tolérées. Mais le mouvement est très lent. Même l'immunothérapie, qui est aujourd'hui la méthode vers laquelle tout le monde a envie de se diriger, reste grevée d'effets secondaires désagréables.

Quels sont les espoirs liés à la poursuite de la Stratégie nationale contre le cancer ?

L'objectif de la stratégie est la mise en commun des compétences. Nous sommes un tout petit pays avec une organisation compliquée. Il faut rassembler, que ce soit sous la forme de centres anticancéreux, comme certains le veulent, ou en développant des réseaux comme d'autres le souhaitent. Nous pourrions aussi mieux utiliser les outils de communication électronique pour amener les compétences chez la personne malade plutôt que ce soit la personne qui doive se déplacer pour en bénéficier.

Quel rôle la Ligue contre le cancer a-t-elle à jouer dans la mouvance du système de santé actuel ?

La valeur cardinale que la Ligue contre le cancer doit porter c'est l'équité, la justice distributive, faire en sorte que chaque citoyen de ce pays obtienne la même qualité de soins lorsqu'il affronte la maladie cancéreuse. Ici encore la clé de la réussite est la mise en commun des compétences.

La Ligue contre le cancer fait un grand travail dans ce sens et elle continuera d'être fidèle à ses principes : l'être humain au centre des préoccupations ; la qualité des soins et l'égalité des chances ; la coordination, la coopération et la co-création.

Je me réjouis en tant que président de la Ligue suisse contre le cancer de poursuivre la tâche de mes prédécesseurs en mettant notre conviction et notre motivation au service des professionnels, de notre système de santé, du monde politique et, surtout, au service des personnes touchées par le cancer et de leurs proches.

Récolte de fonds créative

Twelve4one offre un sourire à des enfants

Un appareil photo, douze photographes, douze images fortes et un objectif commun : soutenir des projets de la Ligue contre le cancer en faveur des enfants concernés. Commandez dès à présent le superbe calendrier 2018. Votre don, d'un montant de 35 francs au minimum, sera intégralement versé à la Ligue contre le cancer. Sur le site internet de twelve4one, vous pourrez également en apprendre plus sur l'engagement des instigateurs du projet et les photographes. (ab)

▸ www.twelve4one.ch

Soutenir la Ligue contre le cancer

x-mas cards s'engage pour la Ligue contre le cancer

X-mas cards soutient la Ligue suisse contre le cancer depuis 2003 à travers la vente de cartes artisanales de sa collection de cartes de dons. Ce partenariat lui tient à cœur, car ses cartes sont des messagères idéales pour servir une bonne cause : elles font plaisir aux personnes qui les reçoivent à Noël et peuvent les inciter à s'engager dans la lutte contre le cancer. Mais ce n'est pas tout : à l'achat de chaque carte, 40 centimes sont versés à la Ligue suisse contre le cancer pour soutenir son travail. (ab)

▸ www.weihnachtskarten-grusskarten.com

Posez-nous la question

Forum du cancer : un concentré de compétences

Après le diagnostic, une foule de questions préoccupent les personnes touchées par le cancer et leurs proches. C'est notamment le cas lors d'un cancer du sein : « J'ai lu dans un magazine que des vedettes comme Angelina Jolie effectuent un test génétique pour déterminer leur risque de cancer du sein, dois-je faire de même ? » « J'ai un cancer du sein. Pourrai-je encore avoir des enfants après la chimiothérapie ? » « La mammographie est-elle aussi indiquée chez les hommes ? » Au lieu de surfer au hasard sur Internet, rendez-vous sur notre forum ; la consultation mensuelle d'experts vous apportera les réponses de spécialistes qualifiés.

En octobre, durant le Mois international du cancer du sein, la Prof. Monica Castiglione, oncologue et spécialiste du carcinome mammaire, répondra à vos questions autour du cancer du sein chez la femme et chez l'homme.

En novembre, les questions liées à la sexualité et à la façon dont le cancer affecte le couple seront au centre de l'attention.

En décembre, finalement, vous pourrez poser vos questions à l'équipe de la ligne InfoCancer sur tous les sujets qui vous préoccupent en relation avec le cancer. (beb)

▸ www.forumcancer.ch

Soutien pour les personnes touchées et leurs proches

Mois d'information sur le cancer du sein : aide et sensibilisation

Information:
Le bloc-notes «Prends soin de toi» apporte une plus-value aux femmes touchées par le cancer du sein, mais aussi à celles qui sont en bonne santé. Gratuit, il donne également des informations aux proches ainsi qu'à toutes les personnes qui s'intéressent au cancer mammaire en général.

Conseil et soutien:
Les ligues cantonales et régionales contre le cancer sont là toute l'année pour vous. En octobre, plusieurs d'entre elles organisent en outre des activités pour informer le public sur le cancer du sein et exposent la maquette de sein.

Si vous avez des questions, vous pouvez également les poser sur le forum du cancer (www.forumcancer.ch) ou à l'équipe de la ligne InfoCancer (0800 11 88 11).

Journée d'action à IKEA:
Le 14 octobre, la Ligue contre le cancer se rendra dans les neuf magasins IKEA du pays. Vous pourrez vous informer sur le cancer du sein au stand et recevoir le bloc-notes gratuit. (ab)

▸ **www.liguecancer.ch/cancerdusein**

La protection solaire est importante

Protection solaire : apprendre en s'amusant

La Ligue contre le cancer s'est rendue dans huit piscines dans le cadre de sa tournée estivale de protection solaire. De mai à août, des spécialistes expérimentés ont conseillé les baigneurs sur les mesures à prendre pour se protéger efficacement d'un rayonnement solaire excessif.
Les enfants et leurs parents ont découvert de manière ludique les bons réflexes face au soleil estival : quiz sur la protection solaire et discussions avec les spécialistes pour les plus grands, parcours de protection solaire pour les plus petits, qui ont ainsi pu sentir sur leur peau à quel moment de la journée le soleil brûle le plus. Tout au long de l'été, des prix attrayants ont été proposés en lien avec la protection solaire, les loisirs et la santé.

Stationné devant les piscines lors de chaque sortie, le camion-exposition de Schenker Stores, partenaire stratégique de la Ligue contre le cancer dans le cadre de la tournée de protection solaire 2017, a permis à toutes les personnes intéressées par une protection efficace des bâtiments contre le soleil et les intempéries de s'informer. (siw)

Agenda 2017

Octobre

Mois d'information sur le cancer du sein
La Ligue contre le cancer est présente dans les neuf filiales suisses d'IKEA pour sensibiliser les visiteurs aux questions sur le cancer du sein.
14 octobre, toute la Suisse,
▸ www.liguecancer.ch/cancerdusein

Pause d'automne au Tessin
Stage en allemand pour personnes atteintes d'un cancer et leurs proches.
25 au 29 octobre, Avegno TI,
▸ www.liguecancer.ch/stages

Les chutes du Rhin en rose
Manifestation d'anniversaire et de solidarité avec les personnes atteintes d'un cancer de sein de la Ligue contre le cancer de Schaffhouse.
28 et 29 octobre
▸ www.krebsliga-sh.ch

Novembre

Les Midis de Pépinet
Retrouver un élan créatif, donner libre cours à ses émotions au travers d'activités artistiques en faisant table rase de tout jugement.
2 novembre 2017, de 12 h à 13 h 30, Place Pépinet 1, 1003 Lausanne.
▸ www.lvc.ch

Prostate café, accompagnants bienvenus
14 novembre 2017, de 18 h à 20 h, Maison des Halles, 1er étage, entrée extérieure par la Rue du Trésor 4, 2000 Neuchâtel.
▸ neuchatel.liguecancer.ch

Rendez-vous au Quadrant
Mourir chez soi utopie ou réalité, café-échange.
16 novembre 2017, de 18 h à 19 h 30, Rue Nicolas-de-Flüe 2, 1700 Fribourg.
▸ www.liguecancer-fr.ch

Vous trouverez plus de manifestations sous
▸ **www.liguecancer.ch/agenda**

PHOTOS : MAD., ELIANE CLERC / 7PICTURES.CH, PICTOGRAMME : WWW.FLATICON.COM

Sudoku

			7	4	9			
8	9		6		5		7	4
			8		2			
2		6				1		3
3								5
5		8				2		9
			5		6			
9	6		3		1		5	7
			4	9	8			

© RAETSEL.CH 46875

Votre prix

Participez et gagnez une des dix boîtes de biscuits Wernli mises en jeu.

Participation : envoyez un **SMS** au 363 (1 franc le SMS) avec le chiffre-clé « aspect » suivi de la solution et de vos nom et adresse.
Exemple : aspect 178, Pierre XX, rue YY, 1111 ZZ.
Vous pouvez aussi envoyer **une carte postale** à l'adresse suivante : Ligue suisse contre le cancer, Effingerstrasse 40, case postale, 3001 Berne.

Dernier délai d'envoi : le 23 octobre 2017.
Bonne chance !

Solution :

Une boîte de biscuits signée Hans Erni

Cette boîte contenant une sélection de spécialités de la maison Wernli est le fruit d'une collaboration avec l'artiste Hans Erni et la Ligue suisse contre le cancer. À l'achat de chaque boîte, un don est versé à la Ligue. La maison Wernli s'engage ainsi activement dans la lutte contre le cancer.

Pour en savoir plus :
▸ **www.wernli.ch**

Les gagnantes et gagnants de l'édition de juillet 2017, solution : 428

Paul Mettler, 4900 Langenthal – **Iris Schär,** 4938 Rohrbach – **Anita Seifert,** 4663 Aarburg – **Sandra Grau,** 3054 Schüpfen – **Walter Brunner,** 3806 Bönigen – **Andreas Gurtner,** 3425 Koppigen – **Graça Santos Neri,** 1723 Marly – **Nelly Delorenzi,** 2036 Cormondrèche – **Paul Sonderegger,** 2732 Reconvilier – **Liliane Castoldi,** 1055 Froideville

Après le cancer

Il y a deux ans, Eva Sturm, 49 ans, a appris qu'elle avait un cancer du sein. Les changements physiques ont été difficiles à accepter.

Propos recueillis par Peter Ackermann

1 Quand une de mes meilleures amies est venue me chercher à la maison pour ma première chimiothérapie, je lui ai proposé un café avant de partir. Elle a refusé ; elle était incapable d'avaler quoi que ce soit ce jour-là. Depuis, je sais que les proches peuvent aussi être affectés physiquement par le cancer.

2 En Suisse, une personne sur trois est frappée par un cancer au cours de sa vie. Je ne me suis jamais demandé « Pourquoi est-ce que je fais partie des gens qui ont un cancer ? », mais toujours « Que m'apporte la maladie ? » Résultat : je vis plus consciemment aujourd'hui.

3 Pour se sentir en sécurité, il faut pouvoir être soi-même.

4 La Ligue contre le cancer est bien plus qu'une organisation à but non lucratif. C'est une bonne amie, douée de talents extraordinaires. Elle m'a montré comment me maquiller. Elle m'a aidée dans mes démarches auprès des autorités. Elle m'a soutenue sur le plan juridique et défendue auprès de mon employeur lors d'un entretien important. Chaque fois que j'avais besoin d'elle, elle était là pour moi.

Certes, l'entourage aide, mais on doit pouvoir s'aider soi-même, estime **Eva Sturm.**

5 L'entourage est là pour nous aider. Mais au bout du compte, on doit pouvoir s'aider soi-même.

6 Avant, je passais souvent pour une rabat-joie. Depuis que mon cancer du sein a été traité avec succès, je suis devenue plus cool. Mon explication ? Des moments difficiles peuvent nous rendre plus forts. Une fois qu'on s'est débarrassé de son fardeau, on se sent plus léger et plus détendu.

7 Quand mon ami m'a dit qu'il m'aimait, je ne l'ai pas cru. Avec la boule à zéro et un sein gauche plus petit, je me trouvais laide et repoussante. À cause de la maladie, je ne m'acceptais plus. Plus grave encore, je n'avais plus confiance dans les mots : ils ne signifiaient plus ce qu'ils disaient.

8 Une amie m'a dit : si ça ne va plus, si tu n'arrives plus à porter ton fardeau, dépose-le. C'est ainsi que, pendant mes traitements, j'ai trouvé le chemin de Jésus.

9 Une maladie est une crise qui entraîne des périodes difficiles. Mais il arrive un moment où on se rappelle surtout les choses positives. Je veux me raccrocher à cela quand une autre situation difficile se présentera.

PHOTOS : MAD.

La solidarité a de multiples visages.

La campagne de dons bat son plein dans nos succursales. Venez-nous voir!

L'un d'eux est notre engagement dans la lutte contre le cancer. Depuis dix ans, nous sommes la banque de référence et le partenaire de la Ligue suisse contre le cancer.

Unis contre le cancer du sein.

cler.ch/unis-contre-le-cancer

Bank
Banque
Banca
CLER