



Cancer du sein : un livret et des vidéos de rééducation après une chirurgie du sein

En 2021, Le Centre Baclesse a répondu à l'appel à projets lancé par la Rochambelle pour financer l'écriture et l'illustration d'un livret de rééducation post chirurgie du sein, livret accompagné de démonstrations en vidéo. Le Projet a été retenu en première position par le comité éthique de la Rochambelle. Le voici aujourd'hui réalisé grâce au soutien des participantes à la course solidaire.

La chirurgie du sein

Suite à une opération du sein, pour ne pas, par la suite, avoir des séquelles, il est indispensable de mobiliser son bras et son épaule, par des séances de kinésithérapie adaptées mais aussi chez soi, de manière autonome.

Cette rééducation, encadrée par un kinésithérapeute au Centre Baclesse puis dans un cabinet en ville doit être complétée à la maison. Réalisée précocement, elle permet de récupérer de manière optimale l'amplitude et la mobilité de son bras.

Le livret et les vidéos permettent d'apprendre les bons mouvements et d'avoir les bonnes postures.

Des supports pour réaliser les exercices chez soi



Le livret de rééducation est remis à chaque patiente par les infirmières de parcours AVANT la chirurgie du sein, de manière à prendre connaissance en amont des exercices à effectuer.

Après la chirurgie, il est recommandé de réaliser les exercices 3 fois par jour, en douceur, sans aller jusqu'à la douleur.

On sait qu'il n'est pas facile de se mettre en mouvement après une chirurgie, les douleurs peuvent entraîner une tendance au repli et à l'immobilité. Or il est primordial de mettre son bras en mouvement. On sait également que la motivation est parfois difficile à trouver pour faire ses exercices de rééducation à la maison.

Pour accompagner les patientes dans cette rééducation, le Centre Baclesse a souhaité créer un livret ludique d'exercice à faire chez soi, et des vidéos de démonstration faites les kinésithérapeutes du Centre.

Le livret a entièrement été écrit par les kinésithérapeutes du Centre Baclesse et validé par l'équipe de chirurgiens. Les dessins, créés par une illustratrice, sont chaleureux, dans une atmosphère agréable, pour que toutes les patientes puissent s'identifier « comme à la maison ».



Chaque exercice illustré renvoie, via un lien « QR code » vers la vidéo de démonstration.

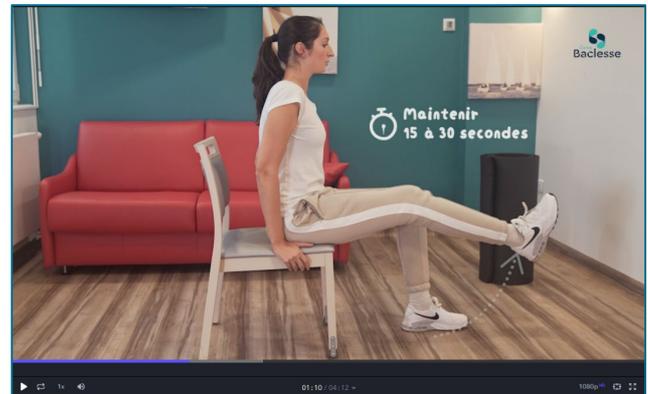
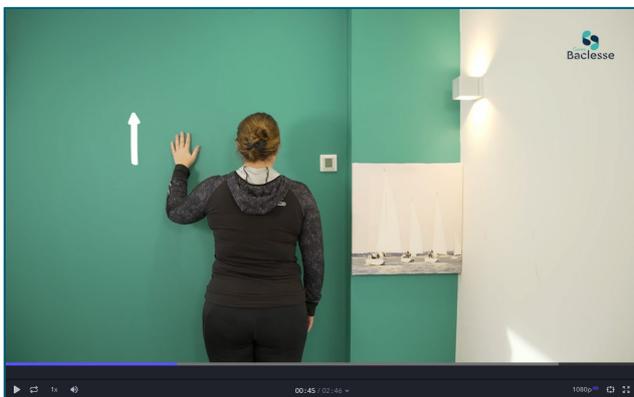
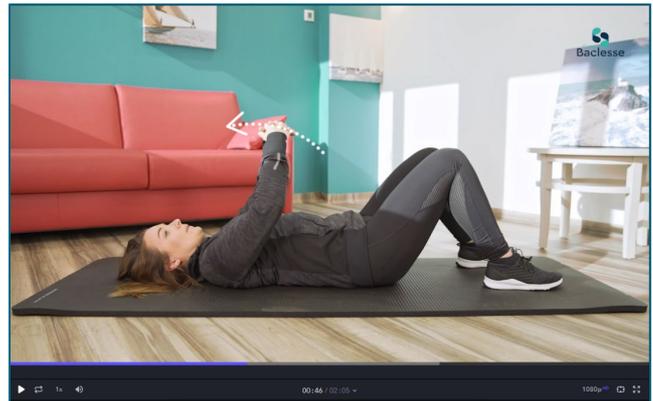
Les exercices de rééducation dans les vidéos sont réalisés par kinésithérapeutes et la professeure d'activité physique adaptée du Centre Baclesse. Les vidéos ont été tournées au Centre Baclesse, dans une ambiance intime de salon, pour

les rendre très réalistes « comme à la maison ».

Pour télécharger le livret et voir les vidéos, rendez-vous sur :

<https://www.baclesse.fr/etre-soigne-et-sinformer/sinformer/les-cancers/reeducation-apres-une-chirurgie-du-sein/>

Le livret et les vidéos ont été réalisés grâce au soutien de La Rochambelle, course-marche féminine au profit de la lutte contre le cancer. Le Centre Baclesse souhaite remercier l'ensemble des participantes à cette course solidaire.



Contact presse :

Hermeline DELEPOUVE

Directrice communication, relations internationales et mécénat

Tél : +33(0)2 31 45 40 91 / +33(0)6 99 56 79 84

h.delepouve@baclesse.unicancer.fr

A propos du Centre François Baclesse

Le Centre François Baclesse est l'un des 18 Centres de lutte contre le cancer français. Etablissement de santé privé d'intérêt collectif (ESPIC), membre du réseau Unicancer, le Centre François Baclesse consacre la totalité de son activité de soins au diagnostic et au traitement des cancers. Il assure également une mission de recherche et d'enseignement en cancérologie. Le Centre François Baclesse prend en charge près de 26 500 patients par an, dont 7 200 nouveaux patients. Il compte 1 084 professionnels, dont 144 médecins et chercheurs et accueille environ 600 étudiants des filières médicales et paramédicales par an. Le Centre dispose d'un service de Radiothérapie parmi les 3 plus complets de France en proposant depuis juillet 2018 des traitements par protonthérapie, ainsi que d'une offre en soins de support la plus large au niveau national.

Acteur de service public hospitalier, le Centre François Baclesse ne pratique ni secteur privé, ni dépassement d'honoraires et applique uniquement des tarifs conventionnels. D'utilité publique, il peut recevoir des dons et des legs, en toute exonération fiscale.

Le Centre a été certifié en A par la Haute Autorité de Santé (HAS) en octobre 2019 pour 6 ans, soit le niveau le plus élevé. Il est également le 1er centre français à avoir obtenu en avril 2020 la certification européenne EUSOMA pour son Institut Normand du Sein (INS). Ce label est attribué par la société européenne des spécialistes du cancer du sein (European Society of Breast cancer Specialists).

Le Centre est accrédité « Comprehensive Cancer Centre » par l'Organisation des Instituts Européens du Cancer (OEIC) depuis juin 2020.

A propos d'Unicancer

Unicancer est l'unique réseau hospitalier français dédié à 100 % à la lutte contre le cancer et la seule fédération hospitalière nationale dédiée à la cancérologie. Il réunit 18 Centres de lutte contre le cancer (CLCC), établissements de santé privés à but non lucratif, répartis sur 20 sites hospitaliers en France. Les CLCC prennent en charge plus de 530 000 patients par an (en court-séjour, HAD et actes externes).

Unicancer est aussi le premier promoteur académique d'essais cliniques en oncologie, à l'échelle européenne, avec 100 essais cliniques actifs promus, près de 6 300 patients inclus, 57 000 patients enregistrés dans la base de données ESME.

Reconnu comme leader de la recherche en France, le réseau Unicancer bénéficie d'une réputation mondiale avec la production d'un tiers des publications françaises d'envergure internationale en oncologie (source : étude bibliométrique/ Thomson Reuters). Au total, près de 800 essais cliniques (inclusions ou suivis) sont promus en 2019 par le réseau Unicancer, plus de 15% des patients des CLCC sont inclus dans les essais cliniques et plus de la moitié des PHRC dévolus aux CLCC.

Les 18 CLCC et la direction R&D d'Unicancer sont certifiés ISO 9001:2015 pour leur recherche clinique.



3 avenue général Harris
BP 45026
14076 CAEN Cedex 05
FRANCE

www.baclesse.fr

