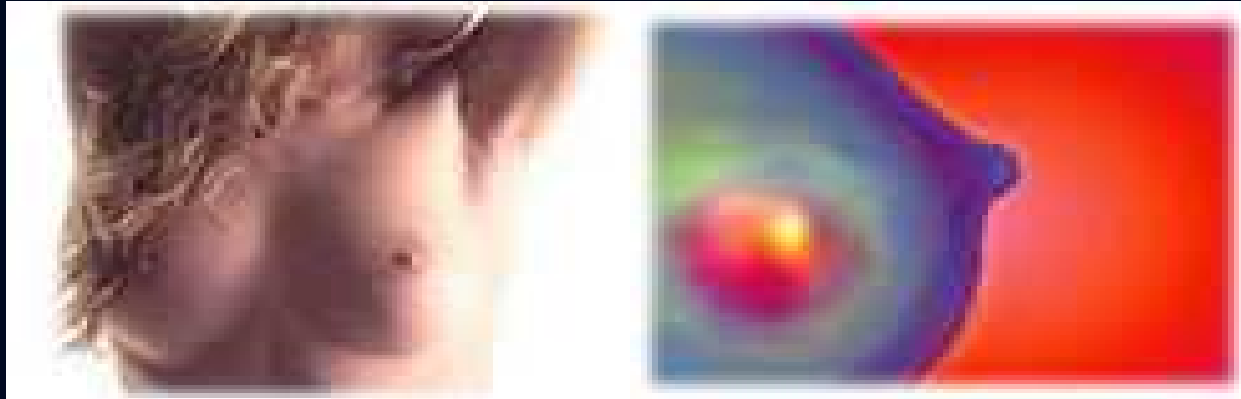


AU DELA DU TRAITEMENT DU CANCER DU SEIN

ACTIVITE PHYSIQUE

Pr Y.-J. BIGNON
Centre Jean Perrin
Clermont-Ferrand
Yves-jean.bignon@cjp.fr

Le cancer du sein



30 000 nouvelles « cancer survivors » par an en France

Plus de 400 000 femmes « cancer survivors » en France

28 millions en 2008 tous cancers confondus, 82 millions en 2030 !!!

CONSTATS PRELIMINAIRES LA VIE APRES CANCER DU SEIN EN FRANCE

Cancer = choc biographique

Après cancer :

Femmes saines mais avec une « psycho-pathologie de la rémission »
fatiguées, souvent isolées et dépressives, sentiment d'abandon

Retour difficile à une « vie normale »

Altération de la qualité de vie.

Forte attente des femmes de conseils et soins de suite après
traitement de leur cancer

CONSTATS PRELIMINAIRES

ACTIVITE PHYSIQUE & PRONOSTIC DU CANCER DU SEIN

75 % femmes : activité physique insuffisante au diagnostic (Bellizi 2005)

Sédentarité :

Contribue à altérer la qualité de vie

Contribue à entretenir le surpoids et l'obésité

Etudes interventionnelles post-diagnostiques :

Méta-analyse sur 12 108 femmes (Ibrahim EM in Med.Oncol 2011) :

Réduction de la mortalité

* par cancer du sein (HR: 0.5) surtout si IMC > 25

* globale (HR: 0,36) quelque soit l'IMC



CONSTATS PRELIMINAIRES NUTRITION ET PRONOSTIC DU CANCER DU SEIN

Plus de 50 % des femmes prennent du poids après le traitement
chimiothérapique de leur cancer du sein,

Obésité sarcopénique

Contribue à altérer la qualité de vie et entretenir la sédentarité

Chaque prise de 5 kgs induit une augmentation de (Nichols 2009):

- 12% de toutes causes de mortalité
- 13% de mortalité liée au cancer du sein

AU DELA DU TRAITEMENT DU CANCER

Programme d'Accompagnement & de réhabilitation post-thérapeutique pour les femmes en rémission complète de leur Cancer du sein en stations Thermales
PACThe

accord CNIL n°909418, accord CPP n°AU 779, ClinicalTrials.gov. n° NCT01563588

PACThe
Programme d'Accompagnement & de réhabilitation post-thérapeutique pour les femmes en rémission complète de leur Cancer du sein en station Thermale

DE QUOI S'AGIT-IL ?
Pour les femmes arrivées au terme du traitement d'un cancer du sein.
Comparer les effets d'un séjour de soins en établissement thermal (Vichy, Châtel-Guyon, Le Mont-Dore), avec une prise en charge médicale standard à domicile.

QUI PEUT PARTICIPER ?
- Femmes volontaires de 20 à 75 ans
- Avant ou de la chimiothérapie
- Traitement terminé depuis moins de 9 mois
- Femmes habitant la région Auvergne

POUR PLUS D'INFORMATIONS
VOUS POUVEZ CONTACTER le Service Commun de Centre Jean Perrin par téléphone au 06 72 27 86 17
Plus d'infos : www.centrejeanperrin.fr
Ou vous adresser à l'Unité de Soins de Support du Centre Jean Perrin
téléphone 06 72 27 82 13

Pr Y.-J. BIGNON
Centre Jean Perrin
Clermont-Ferrand
Yves-jean.bignon@cjp.fr

OBJECTIFS du PACThe

Principal :

Améliorer durablement la qualité de vie des femmes dans les suites immédiates de cancer du sein mises en RC.

Secondaires :

- réduction de poids chez $IMC > 25$ et éviter la prise de poids chez $IMC < 25$
- avoir une activité physique régulière répondant aux recommandations

METHODOLOGIE du PACThe

Étude randomisée

Comparer les effets des recommandations d'hygiène de vie :

- d'un séjour de soins de suite pluridisciplinaires en établissement thermal (groupe)
- par rapport à une prise en charge médicale habituelle à domicile (seule)

Inclusion : R.C. 0-9 mois après fin traitement initial comprenant une chimiothérapie

Suivi tous les 6 mois

Randomisation : 20 mars 2008 - 21 octobre 2010 : 251 femmes



THERMAUVERGNE



SEJOUR EN STATION THERMALE

Soins : 13 jours ; groupes de 8-10 femmes
Vichy, Le-Mont-Dore, Châtel-Guyon

Soins & prise en charge :

- éducation nutritionnelle: balance énergétique, pas d'alcool, ateliers
- renforcement image de soi :

* 4 soins thermaux (doux) par jour :

douche locale au jet cervico-scapulaire (6'), douche à affusion (6'),
aérobain (10'), massage relaxant sous eaux thermales (10') par kiné.

* esthétique

* accompagnement Ψ

- réadaptation physique individualisée x2/jour (selon NAP)
kinésithérapie - éducateur sportif

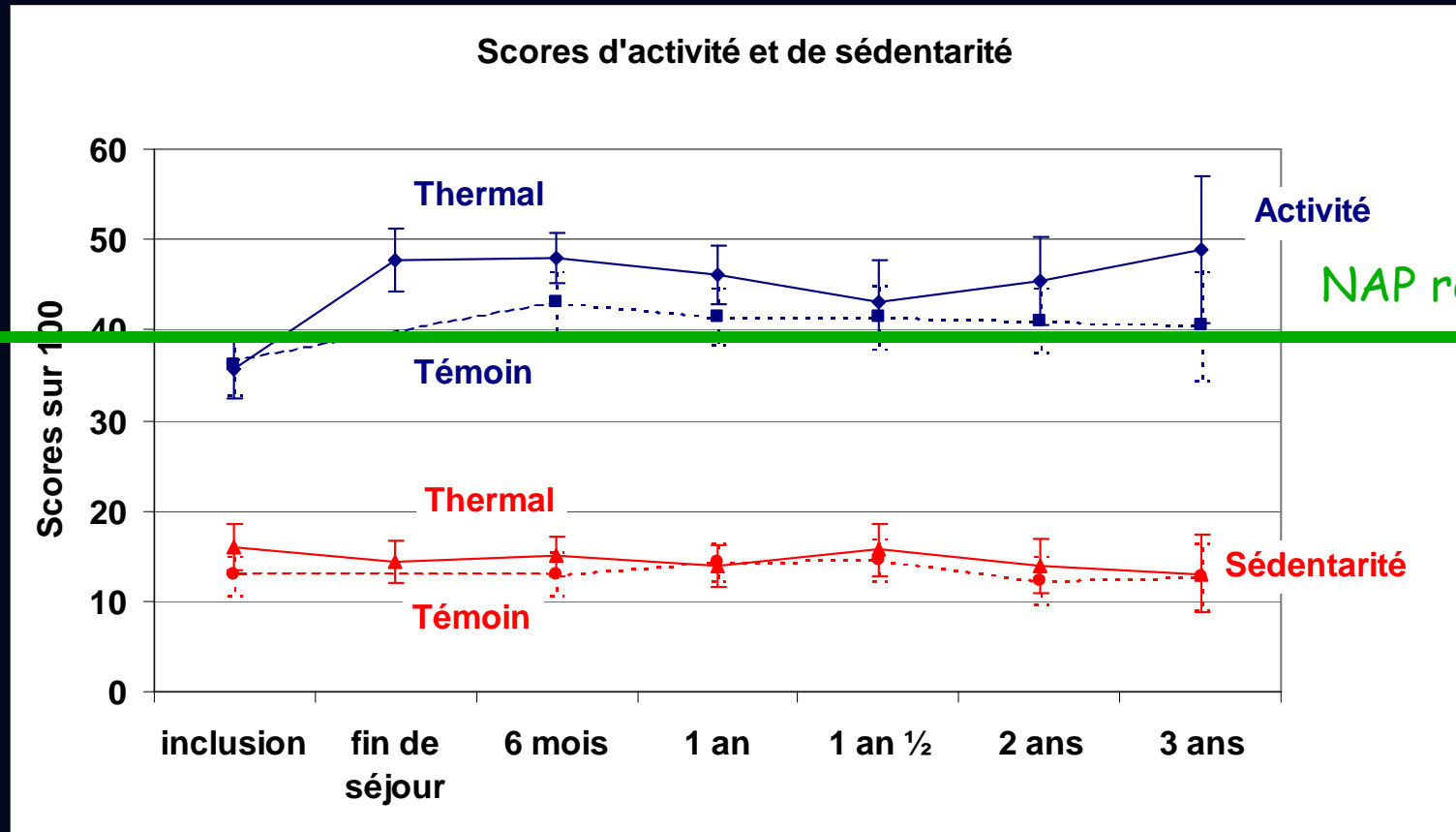


Pr Y.-J. BIGNON

PACThe RESULTATS

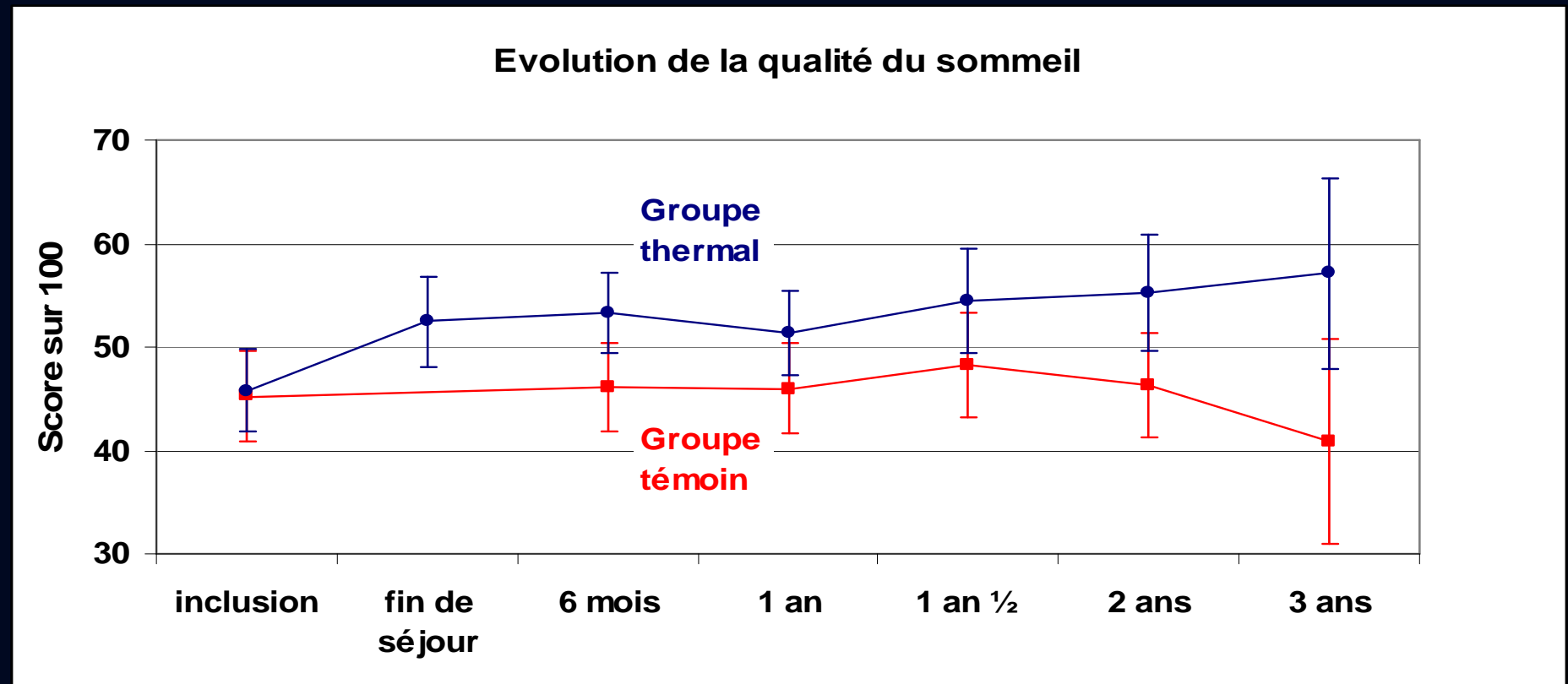
Activité physique

55 % sont inactifs à inclusion



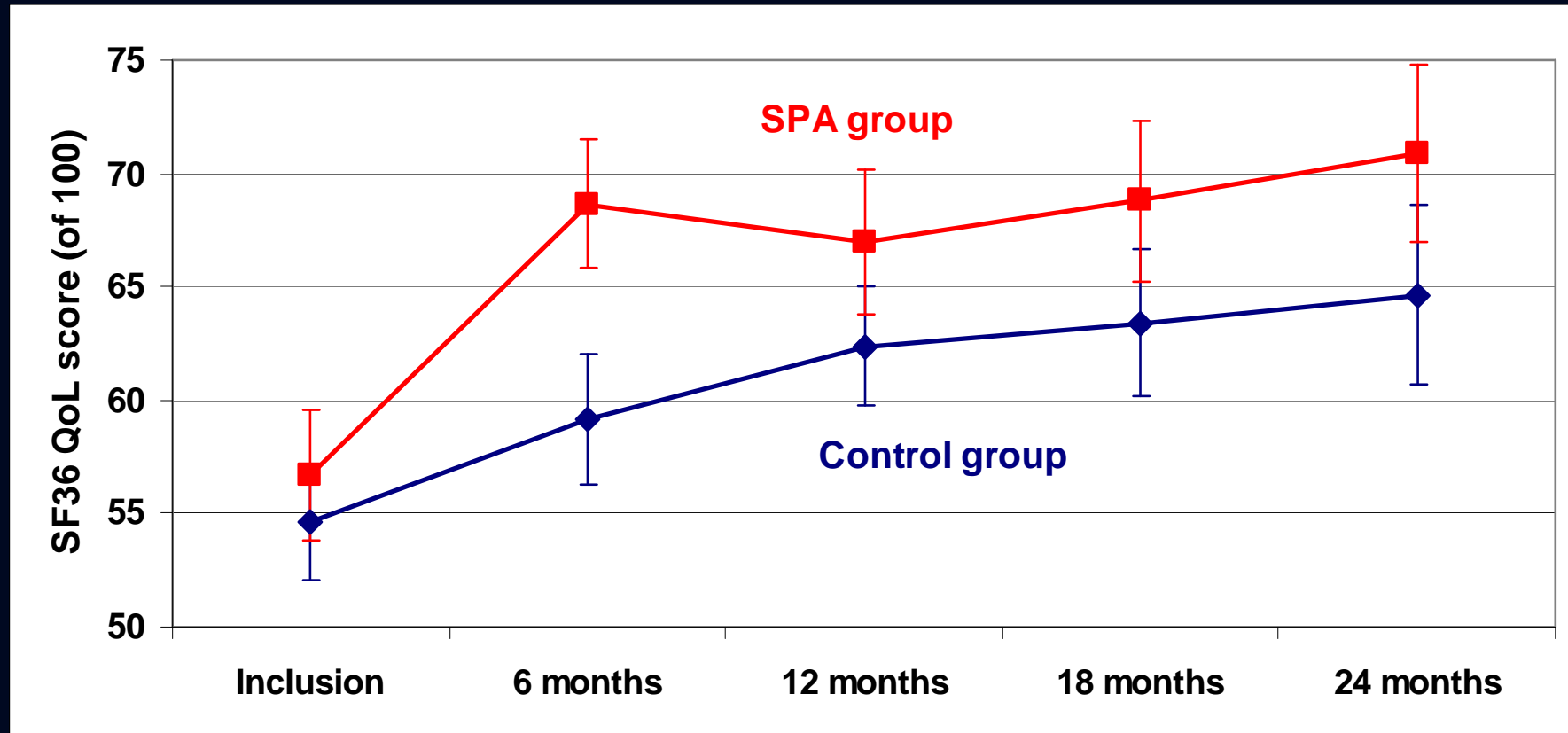
Activité physique améliorée dans le groupe thermal : $p = 0,004$ (& à 1 et 2 ans)
A 2 ans, taux de patientes actives supérieur de 14% dans groupe SPA/contrôle

Qualité du sommeil



$p = 10^{-4}$

Evolution du score global de QdV



Différence entre les aires sous les deux courbes : $p < 10^{-6}$

Amélioration des critères plus physiques que mentaux dans le groupe SPA

CONCLUSIONS : TEMOIGNAGES

Vitoria F G. - 44 ans

Tant d'années sans vraiment bouger puis la maladie ... et d'un coup, des activités physiques toute la journée ! Les premiers jours de ce séjour à Vichy ont été durs, très durs. Je tombais le soir dans mon lit. Mon corps souffrait. Puis, portée par l'énergie et l'entraide du groupe, et entourée des conseils rassurants de spécialistes notamment des kinés, j'ai trouvé la motivation, l'envie de remettre mon corps en mouvement, de poursuivre. Ce séjour a été un véritable coup de fouet pour enclencher les bonnes habitudes d'hygiène de vie et les conseils nutritionnels à la maison . Plus de 18 mois après, j'en ressens encore le bénéfice tant sur le plan humain que physique. Je vais une fois par semaine dans une salle de sport et je marche... tous les jours ! Nous nous sommes même retrouvées avec le groupe à Vichy pour marcher autour du plan d'eau et continuer à tisser les liens qui nous unissent .

EVOLUTIONS

Stations thermales : 3-4

EPGV et CJP : activités physique pendant les traitements
soutiens du CsR d'Auvergne et de l'INCa

Accompagnements par des professionnels connaissant la prise en charge spécifique des malades can

