

DEMANDEZ, ÉCOUTEZ, ORIENTEZ

Un outil de soins primaires avec des ressources clés pour aider à orienter les jeunes adultes ayant survécu à un cancer



PRINCIPAUX PROBLÈMES RENCONTRÉS PAR LES ADOLESCENTS ET LES JEUNES ADULTES ET QUESTIONS CLINIQUES CLÉS

Une analyse d'une enquête de Young Adult Cancer Canada montre que les adolescents et les jeunes adultes (AJA) ayant survécu à un cancer aimeraient que leurs fournisseurs de soins primaires soient plus proactifs pour les aider à comprendre et à prendre en charge leur santé après avoir terminé leur traitement contre le cancer. Le document infographique qui suit est fictif et basé sur les expériences réelles de survivants du cancer. Il explore certains des principaux sujets que les AJA disent vouloir aborder avec leurs fournisseurs de soins primaires, ainsi que les questions que vous, en tant que fournisseur de soins primaires, pourriez poser pour encourager ces conversations.

FATIGUE

Après le traitement, de nombreux AJA peuvent ressentir de la fatigue. Ils aimeraient savoir combien de temps elle peut durer, et obtenir des renseignements sur les stratégies, les traitements et les ressources qui peuvent les aider à la gérer, notamment en ce qui concerne le retour à la vie normale.



QUESTIONS À POSER

- Ressentez-vous de la fatigue ou de l'épuisement?
- Si oui, quels sont les plus grands défis de votre vie quotidienne liés à la fatigue?
- Puis-je vous orienter vers des ressources pour vous aider à soulager vos effets secondaires et vos symptômes?

SANTÉ MENTALE

Les AJA ont indiqué que la santé mentale était un domaine souvent négligé, mais pour lequel une intervention proactive pourrait être bénéfique. Leurs préoccupations en matière de santé mentale peuvent porter sur des problèmes comme l'anxiété ou la dépression, ou encore sur la question de savoir comment et où trouver du soutien.



QUESTIONS À POSER

- Quelle est votre humeur aujourd'hui? Vous sentez-vous triste ou préoccupé(e)?
- Y a-t-il certaines choses qui vous aident à vous sentir mieux?
- Puis-je vous orienter vers des ressources pour vous aider à améliorer votre santé mentale?

BROUILLARD CÉRÉBRAL/ FONCTIONS COGNITIVES

Un autre symptôme couramment rencontré chez les AJA est le brouillard cérébral ou une réduction des fonctions cognitives après leur traitement. Ils aimeraient savoir combien de temps ces symptômes peuvent durer et quelles sont les stratégies permettant d'aborder ou d'améliorer le brouillard cérébral.



QUESTIONS À POSER

- Êtes-vous parfois désorienté(e) ou avez-vous du mal à vous souvenir de certaines choses? Avez-vous du mal à vous concentrer?
- Si oui, quels sont les plus grands défis de votre vie quotidienne liés à la concentration ou à la mémoire?
- Puis-je vous orienter vers des ressources pour vous aider à soulager vos effets secondaires et vos symptômes?

GESTION DU RETOUR AU TRAVAIL/À L'ÉCOLE

Les AJA ont des inquiétudes et des questions quant à leur capacité à retourner au travail ou à l'école après le traitement. Ils ont des questions sur l'évaluation de leur degré de préparation et sur le choix du bon moment pour réintégrer le travail ou l'école, ainsi que sur la compréhension et la planification de tout aménagement ou soutien dont ils pourraient avoir besoin à leur retour.



QUESTIONS À POSER

- Le rétablissement et l'adaptation à la vie après un cancer peuvent être un défi. Les patients réintègrent souvent le travail et l'école à leur propre rythme. Avez-vous envisagé ou entamé le processus de retour au travail ou à l'école?
- Quelles sont vos principales préoccupations concernant le retour au travail ou à l'école?
- Maintenant que vous êtes de retour au travail ou à l'école, comment cela se passe-t-il pour vous?

IMAGE CORPORELLE, FONCTION SEXUELLE ET ACTIVITÉ SEXUELLE

Les AJA peuvent avoir des inquiétudes quant à leur image corporelle, leur fonction sexuelle et leur capacité à avoir une activité sexuelle. Ils peuvent avoir des questions ou des préoccupations concernant des changements physiques précis ou des modifications de la libido. Ils peuvent également avoir des préoccupations concernant les fréquentations ou les relations ou leur image corporelle après le traitement.



QUESTIONS À POSER

- Les personnes qui ont traversé un traitement contre le cancer peuvent connaître des changements dans leur image corporelle, leur fonction sexuelle et leur intimité sexuelle. Y a-t-il eu des changements dans votre santé physique ou mentale qui influent sur votre activité sexuelle?
- Arrivez-vous à avoir les relations intimes et sexuelles que vous souhaitez? Dans la négative, quelles sont vos préoccupations?

ONCOFERTILITÉ

Les AJA s'inquiètent de leur fertilité future. Ils veulent comprendre l'incidence que le traitement a pu avoir sur leur fertilité/santé reproductive et leur capacité à avoir des enfants biologiques.



QUESTIONS À POSER

- Certains traitements contre le cancer peuvent avoir des effets négatifs sur votre fertilité/santé reproductive et votre capacité à avoir des enfants biologiques. Votre expérience du cancer vous a-t-elle amené(e) à vous inquiéter de votre capacité à avoir des enfants biologiques?

GESTION DU RISQUE ET DES RÉCIDIVES

Les AJA peuvent avoir des questions sur leur risque de récurrence du cancer, ainsi que sur ce à quoi ils doivent s'attendre en matière de suivi et de dépistage continus. Par exemple, ils peuvent vouloir savoir pendant combien de temps le dépistage aura lieu et qui est responsable de la gestion du processus.



QUESTIONS À POSER

- Compte tenu du cancer particulier dont vous avez été atteint(e) et des risques de cancer ultérieur auxquels vous êtes exposé(e), avez-vous des questions ou des suggestions concernant notre plan de dépistage et de suivi?
- Quels renseignements vous seraient les plus utiles concernant le risque de cancer ainsi que le suivi et le dépistage futurs?

RESSOURCES ET SOUTIEN À L'ÉCHELLE LOCALE

FATIGUE

[Cancer Chat Canada – de Souza Institute](#)
[Cancer Related Fatigue – Wellspring](#)
[Ligne d'aide et d'information sur le cancer](#)

SANTÉ MENTALE

[Young Adult Cancer Canada](#) | [Portail palliatif Canadien](#)
[Ligne d'aide et d'information sur le cancer](#) | [Queering Cancer](#)
[ParlonsCancer.ca](#) | [Pink Pearl \(women's specific resource\)](#)
[Retrouver son entraînement – ACSM](#)

BROUILLARD CÉRÉBRAL/ FONCTIONS COGNITIVES

[Brain Fog – Wellspring](#)
[Ligne d'aide et d'information sur le cancer](#)
[Cancer.ca](#)

GESTION DU RETOUR AU TRAVAIL/À L'ÉCOLE

[Cancer and Work](#) | [Canadian Cancer Survivor Network](#)
[Return to Work – Wellspring](#)
[Money Matters – Wellspring](#)

IMAGE CORPORELLE, FONCTION SEXUELLE ET ACTIVITÉ SEXUELLE

[Cancer.ca](#)

ONCOFERTILITÉ

[Cancer.ca](#)
[Fertile Future](#)

GESTION DU RISQUE ET DES RÉCIDIVES

[Ligne d'aide et d'information sur le cancer](#)
[The Healing Journey – Wellspring](#)
[Cancer.ca](#)

AJOUTEZ
VOTRE
LOGO ICI

Les renseignements présentés dans ce produit de connaissance reflètent les données d'une enquête menée auprès d'AJA ayant survécu à un cancer (âgés de 15 à 39 ans) et portant sur leurs expériences en matière de soins primaires après la fin de leur traitement contre le cancer. L'enquête a été menée par le Partenariat avec le soutien de [Young Adult Cancer Canada](#). Ses résultats ont permis de déterminer beaucoup des mêmes thèmes et questions que ceux qui ont été indiqués par les adolescents et les jeunes adultes dans une autre étude plus vaste, [Étude sur les expériences des patients atteints de cancer pendant les transitions](#).

Il ne s'agit pas de questions cliniques et elles ne visent pas à changer le processus de diagnostic et d'évaluation clinique pour des symptômes et des préoccupations précis. Elles sont plutôt destinées à amorcer la conversation pour vous aider à entamer la discussion avec votre patient(e) et à cerner les problèmes qu'il ou elle peut rencontrer.



La rédaction du présent document infographique a été rendue possible grâce à une contribution financière de Santé Canada, par l'intermédiaire du Partenariat canadien contre le cancer. Les opinions exprimées sont celles du Partenariat canadien contre le cancer.