

# Conseils nutritionnels

## au cours d'un traitement en cancérologie

### Et les aidants ...

« Sans mes proches, je ne m'en serais jamais sorti tout seul »,  
disent souvent les malades.

En effet, derrière la plupart des personnes atteintes de cancer, il y a un aidant, parfois plusieurs, dont le soutien moral, technique (courses, repas, ménage...), social et financier est essentiel.

Vous êtes les premiers témoins de signes inhabituels, vous êtes donc une aide précieuse pour l'équipe soignante.

#### Mieux comprendre les conséquences de la maladie...

La maladie, mais également les traitements, influencent considérablement l'état nutritionnel du malade. De plus, la période des traitements est longue et fatigante, ponctuée de consultations répétées, de soins en hôpital de jour ou à domicile, parfois d'hospitalisations longues ...

Cette association de facteurs peut être à l'origine :

- d'une **perte d'appétit** souvent associée à une **perte de poids**
- d'une **modification du goût**. Ceci explique parfois que même les plats tant appréciés par le malade habituellement ne le soient plus.
- de **dégoûts** alimentaires, d'**exacerbation** des odeurs...
- des **difficultés à mastiquer et/ou à avaler** : sécheresses et/ou douleurs buccales, mucites, troubles de la déglutition, mauvaise dentition, ...
- de **troubles digestifs** avec douleurs abdominales, diarrhées, constipation, nausées, vomissements...
- d'une **fatigue physique** et **fatigue psychologique**

Afin de vous aider à **accompagner** de la meilleure manière votre proche face à l'ensemble de ces symptômes, n'hésitez pas à **rencontrer le diététicien du service**. Il existe également des fiches conseils qui pourront vous être données et qui sont adaptées à chaque effet secondaire des traitements.

# Conseils nutritionnels

## au cours d'un traitement en cancérologie

### Et les aidants ...



## Conseils généraux

Beaucoup d'informations circulent concernant l'alimentation et le cancer. Les **diverses interdictions et restrictions ne sont pas préconisées**, sauf celles prescrites par son médecin.

**L'objectif est d'aider votre proche à avoir du plaisir à manger notamment afin de limiter la perte de poids.**

### En tant qu'aidant, vous pouvez :

- oublier les horaires habituels des repas, votre proche peut manger à toute heure du jour et de la nuit
- apporter une ambiance décontractée lors des repas afin de créer un moment plaisir
- soigner la présentation des assiettes et adapter les quantités selon les envies de votre proche
- être à l'écoute de ses envies et l'encourager, sans l'infantiliser
- prendre en compte ses difficultés en adaptant les menus, la texture, etc.
- cuisiner en l'absence de votre proche afin qu'il ne soit pas dérangé par les odeurs ou trouver une nouvelle organisation des repas (portage des repas à domicile, etc.)
- si votre proche vit seul, surveiller le réfrigérateur, les dates de péremptions et les placards.

### Aider c'est aussi penser à vous :

- prenez du temps pour vous
- ne culpabilisez pas si le votre proche ne mange pas ce que vous avez préparé, cela n'est ni de sa faute ni de la votre

### N'hésitez pas à demander leur aide :

