

Education thérapeutique des patients
atteints d'hémopathies malignes.
Application du programme NUCARE

F.BENYAHIA, D.ZENAD*, MC.RAHALI

*FACULTE DES SCIENCE HUMAINE ET SOCIAL
SERVICE HEMATOLOGIE HCA

Introduction et problématique

- **Le cancer** est une maladie **grave** et **traumatique** qui provoque des réactions psychologiques .
- Ces réactions ont des conséquences sur:
 - l'adaptation à la maladie.
 - l'adhésion aux traitements .
- Par ailleurs , les traitements ont eux même des conséquences méconnues tant psychologiques que psychiatriques.
- Les trouble d'adaptation peuvent être caractérisés par :
 - Des perturbations de conduites (réaction non adaptée à un stress) ou par
 - Des perturbations de l'humeur (**humeur anxieuse ou dépressive**) pouvant perturber **la qualité de vie du patient** , et même dans certains cas le pronostic de l'affection qui peut être mis en jeux.

L'éducation thérapeutique du patient (ETP)

Définition

selon OMS:

« Vise à aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique ».

Objectif de l'étude

Objectif de l'éducation thérapeutique:

- ❖ Aider le patient à s'adapter à sa maladie, et aux effets secondaires de la chimiothérapie, par une intervention psycho-éducationnelle (basée sur des techniques cognitivo-comportementales).
- ❖ Prévenir les complications et l'aggravation de l'état psychologique et physique de malade.
- ❖ Améliorer la compliance au traitement.

ETP en cancérologie

- En cancérologie, des programmes d'éducation thérapeutique ont été développés et mis en place animés par un éducateur, en général une **infirmière**, ou **psychologue**, possédant une formation spécialisée dans le domaine de l'éducation des patients.
- La nature des programmes est variable : certains utilisent des séances d'éducation en groupe, d'autres des séances individuelles.

Le programme NUCARE (Nursing Cancer Recherche)

- L'intervention psychopédagogique, vise à:
 - Réduire les symptômes d'anxiété et dépression
 - Améliorer la qualité de vie des personnes atteintes de cancer.
 - Apporter un soutien émotionnel face aux situation stressantes.

Modèles de conception

basée sur deux cadres de référence conceptuels :

le « **modèle d'évaluation cognitive et de coping** »
de Lazarus et Folkman.

le « **modèle de soins infirmiers de McGill** », Dr
Moyra Allen 1970 montreal qui met l'accent sur
un partenariat avec l'infirmier ,le patient et sa
famille, au sein de laquelle il est possible
d'apprendre des comportements favorables à la
santé en y faisant face.

Les composantes de programme Nucare



1) Technique de relaxation

Emotion intense → Tension interne intense



Les bienfaits de la relaxation :

- ❑ Libérer le corps d'une tension importante.
- ❑ Effacer toute pensée ou toute émotion négative.
- ❑ Prévenir le stress.
- ❑ Soulager la douleur chronique et favoriser la sécrétion d'endorphine (un analgésique naturel).
- ❑ Apporter le calme.

02) Compétences de résolution des problèmes

ON ENSEIGNE AUX MALADES UNE SÉRIE D'ÉTAPES SPÉCIFIQUES



1. D'abord définir le problème (identifier).
2. Puis rechercher toutes les solutions possibles.
3. Evaluer pour chaque solution ,des avantages et des inconvénients.
4. Choisir la solution offrant le plus d'avantages et le moins d'inconvénient.

03) Evaluation et comportement cognitif

Nos réactions émotionnelles se déroulent de façon suivantes:

Evénements → pensées → Sentiments

On apprend aux patients à mieux connaître et identifier les schémas de pensée qui contribuent à des humeurs négatives

Derrière chaque sentiment se cache une pensée

04) Aptitudes à se fixer des objectifs :

Détermination des objectifs :

(Les objectifs peuvent être à court ou à long terme)

votre vie , l'année
les trois prochains mois ,
Demain , Aujourd'hui

Avantages d'établir des objectifs :

- Accroît la **confiance en soi** .
- Donne un **sens**, un **but** à la vie.



05) Utilisation efficace du soutien social et de la communication :

❖ Soutien social:

D'un point de vue médical :

- Offrir une meilleure résistance à la maladie.
- Mieux la combattre.

D'un point de vue social :

- Améliore **estime de soi**.
- Donne un **sentiment d'appartenance et l'assurance** d'être acceptés tels que nous sommes.

❖ Communication:

Affirmation de soi : Pour bien communiquer, il faut savoir s'affirmer.

Il ne faut pas confondre affirmation de soi et agressivité.



06) Adoption de comportements et d'approches favorables à la santé :

- L'activité physique : synonyme de mode de vie sain .

Pratiquer trois fois par semaine entre 20 et 45 mn :

la marche, la natation,
la bicyclette, la danse.



- L'alimentation : saine, équilibrée pour faciliter la reconstitution des tissus endommagés par les traitements, et renforcer le système immunitaire .



06) Adoption de comportements et d'approches favorables à la santé :

- **Le rire :**

L'humour engendre: le plaisir , l'optimisme et l'espoir



- **Gestion de la douleur:**

Relaxation est capables de réduire la douleur, seul ou en association avec des médicaments.



06) Adoption de comportements et d'approches favorables à la santé :

- **L'espoir :**

Personne ne peut prévoir ce que demain réserve aux patients atteints d'un cancer .

- **La vie spirituelle:** Le corps ne fait pas la distinction entre la prière, la méditation et la relaxation.

- **Le pardon :**

A deux avantages:

- réduit le stress , peur, colère.
- Encourage le support social.



Interet de la question

But:

- Essai d'application du programma NUCARE chez des patients atteints d'hémopathies malignes.
- Des résultats satisfaisante ont été observés chez des malades atteints de cancer de sein et digestif; et HIV (dans le cadre d'essais contrôlés randomisés)

Description de l'étude

Nous avons suivi 05 patients hospitalisés en hématologie âgés de 21 et 30 ans

Les critères d'inclusion :

Niveau d'enseignement : nous avons inclus les patients qui ont un certain niveau d'enseignement pour qu'ils puissent remplir les questionnaires de recherche, et pour pouvoir bien participer dans l'éducation thérapeutiques.

Les critères d'exclusion :

Nous avons exclus les patients refusant d'adhérer à l'étude, et les patients qui prennent les anxiolytique et antidépresseur pour juger de l'efficacité du programme.

Méthodologie :

Mise en pratique du programme

- 04 séances d'une durée 1-2 heures chacune.
étalées sur une période de 04 semaines.
- En milieu hospitalier, de façon Individuelle.
- Tests utilisés :

Echelle qualité de vie(EORTC- QLQ-C30)

Echelle de l'anxiété et de la dépression (HADS)

Observation d'un cas

- Mr. MN .âgé de 29 ans, administrateur de profession, admis en Hématologie en décembre 2012 pour prise en charge d'une leucémie aigue myéloïde traité par Polychimiothérapie.
- Absence des antécédents psychologiques ou psychiatriques.



Observation d'un cas

- Insomnie et conflit décisionnel.
- Incapacité de s'adapter a sa maladie.
- **Dépression** : perte d'interet et/ou de plaisir dans la vie, sentiment de culpabilité, perte d'estime de soi, *pessimiste sur la condition humaine*.
- **Anxiété** : craintes, nervosité, sentiments de perte de contrôle, trouble de la mémoire et de la concentration.

Démarche pratique

Quatre séances d'ETP: (décembre 2012 - février 2013):

1^{ère} Séance :

Echelles :HADS et EORTC- QLQ- C30.

Technique de relaxation et de résolution problèmes:

Pour gérer le stress ,l'anxiété chez le patient .

Démarche pratique

2ème séance : Évaluation et comportement cognitif :

ÉVÉNEMENT	PENSÉE	SENTIMENT	PENSÉE MODIFIÉE	SENTIMENT MODIFIER
Mon médecin m'a dit que je devais subir d'autres traitements de chimiothérapie	La chimiothérapie n'est pas efficace (désespoir).	Tristesse 85 %	Certaines personnes ont besoin de plus de traitements et mon corps réagit bien.	Tristesse 30 %

Changer les idées négatives du patient en rapport avec sa la maladie .

Démarche pratique

3ème séance :

Détermination des objectifs : (Les objectifs peuvent être à court ou à long terme)

Objectifs pour votre vie : mariage ,avoir des enfants, post de travail

Objectifs pour l'année : mariage.

Objectifs pour les trois prochains mois : changer la voiture.

Objectifs pour demain : acheter un pack d'internet nedjema.

Objectifs pour aujourd'hui : voir un match sur tv.

Utilisation efficace de soutien sociale et de communication :

Utilisation de « **je** », pour s'affirmer.

Dressez la liste des personnes susceptibles de vous apporter un soutien **émotionnel, matériel** .

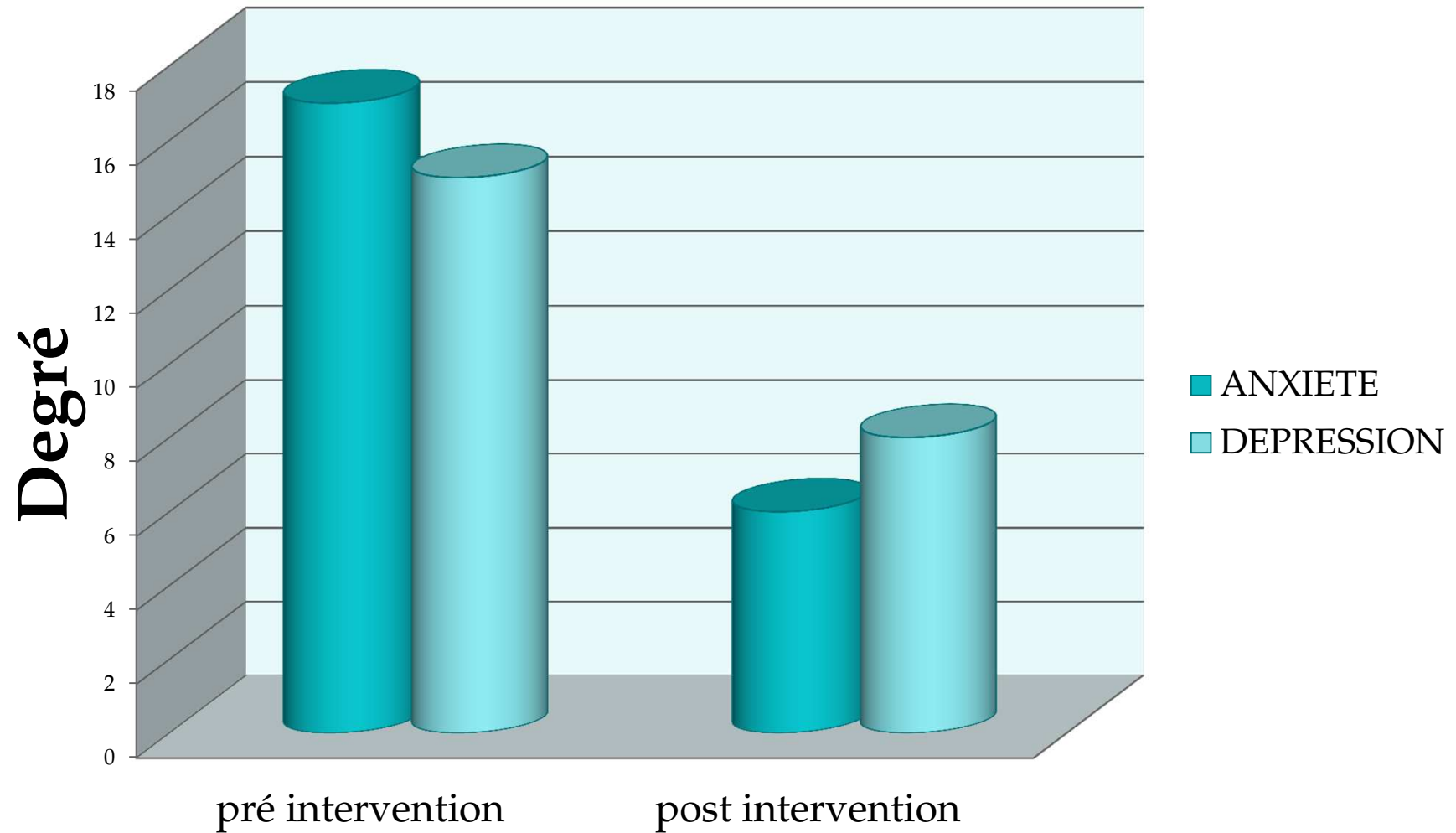
4ème **séance:**

Adoption de comportements et d'approches favorables à la santé :

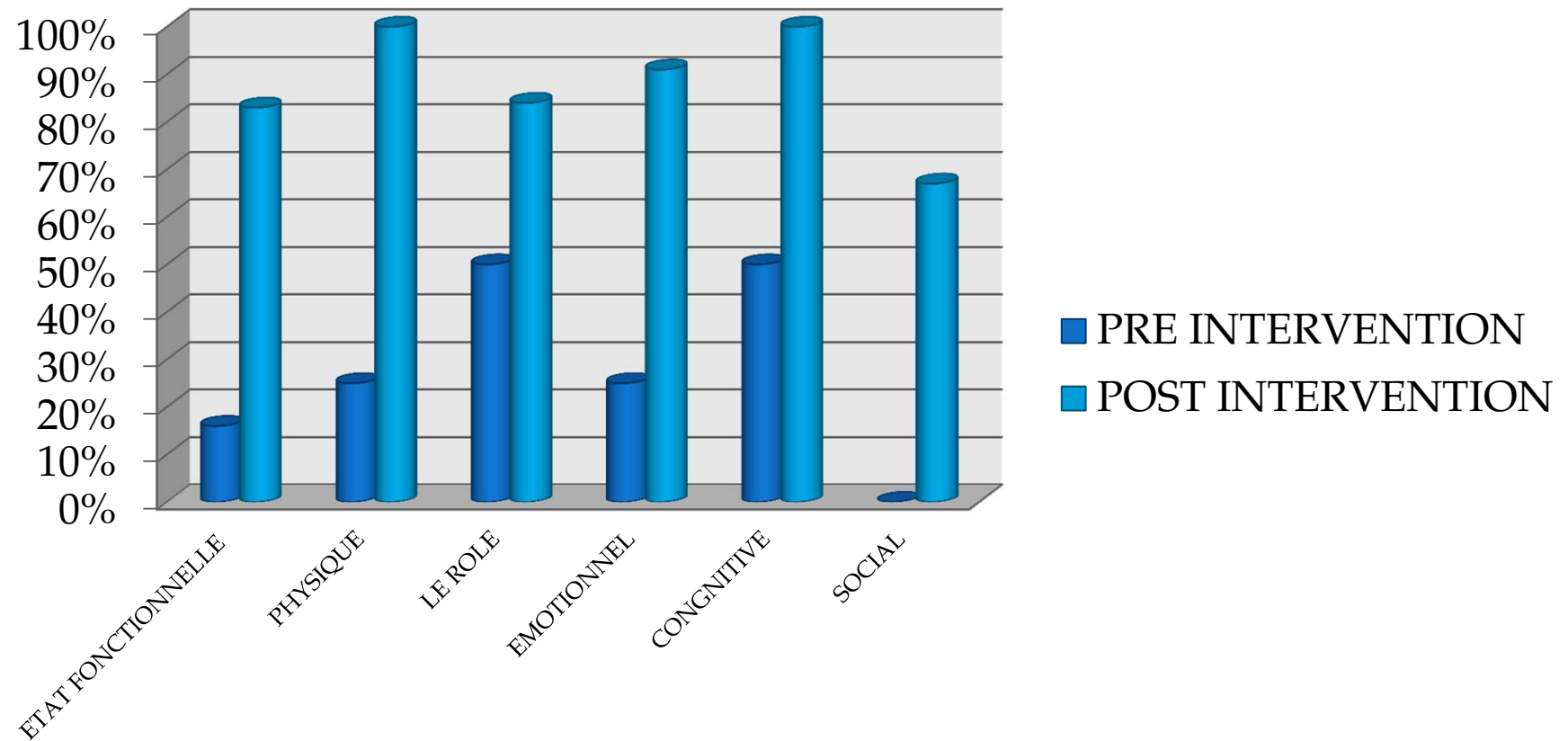
l'alimentation équilibrée, de l'espoir, de l'exercice, du rire, de la spiritualité, du fait de combattre la fatigue.

Evaluation (HADS et EORTC- QLQ- C30)

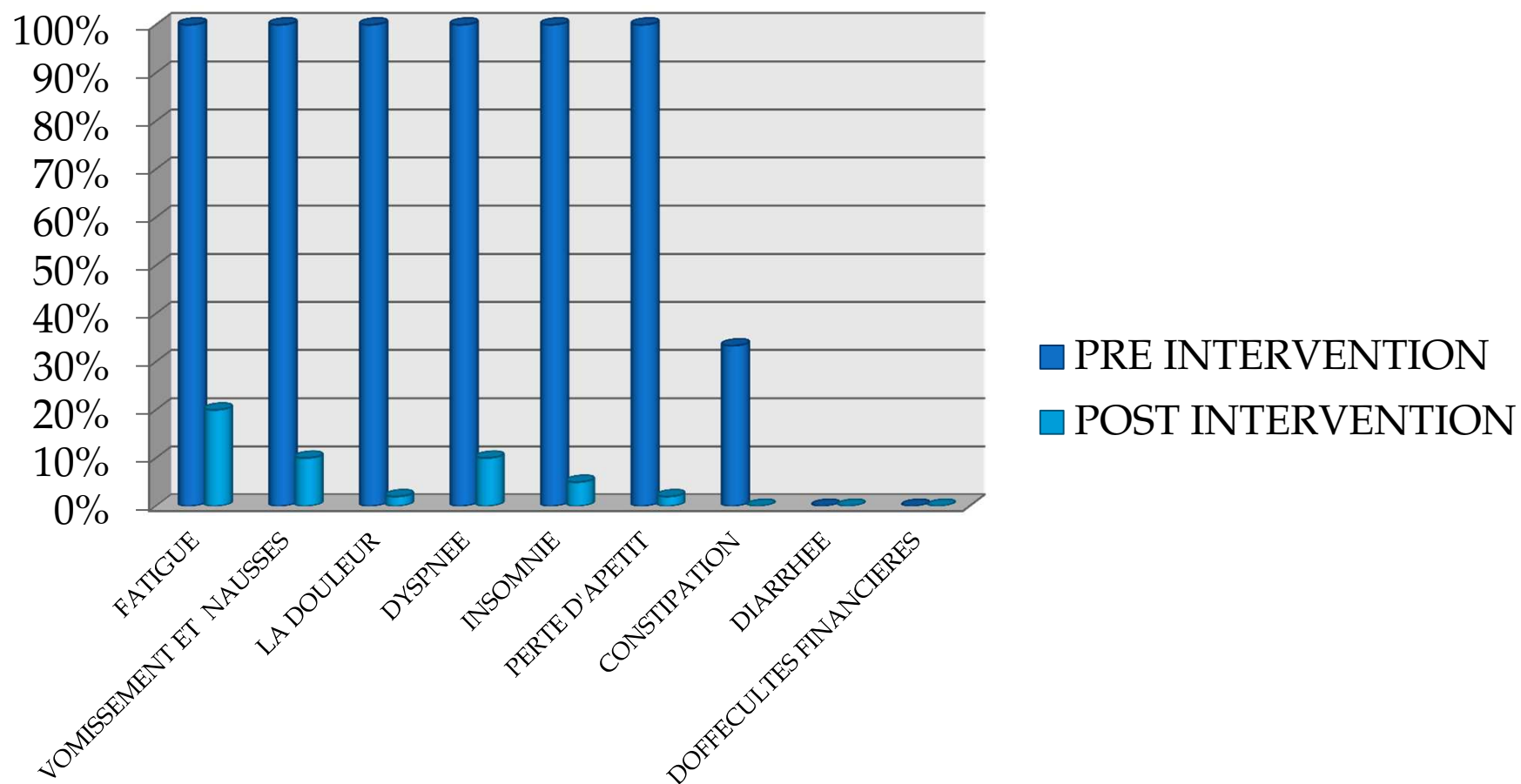
Résultat :HADS



EORTC- QLQ-C30 = ETAT FONCTIONNELE



Résultat :QLQ symptômes



RESULTAS

Graphes: montre le changement moyen observé à l'aide des échelles (EORTC QLQ-C30 et HADS) entre les données initiales et celles de suivi, on observe des améliorations significatives du fonctionnement physique et social et de la qualité de vie générale ainsi qu'une diminution de la fatigue ,des troubles du sommeil.

Nous avons illustré un seul cas; qui peut être applicable au restes des patients.

Les limites et difficultés:

Ces résultats semblent très satisfaisants
cependant, certaines limites :

- ▣ Le nombre réduit de cas.
- ▣ Est-ce que ces modifications sont dues au programme ou au patient lui-même?
- ▣ Nous espérons poursuivre cette étude sur un nombre important de patients d'Onco-Hématologie.

conclusion

Le rôle propre de **l'infirmier** est de considérer la personne dans sa globalité - en tant qu'être **bio-psycho-socio-spirituel** - et d'accompagner cet être pour lui proposer une aide personnalisée et professionnelle qui lui permettra de conserver ou de retrouver la santé dans toutes ces dimensions.

Tu me dis, J'oublie,

Tu m'apprends, Je me souviens,

Tu m'impliques, J'apprends.

Benjamin Franklin (1706-1790)