

# info cancer



n°115

INTERVIEW

**Entretien avec  
Martine Deprez,  
Ministre de la  
Santé et de la  
Sécurité sociale**

PAGE 14

SOLIDARITÉ

**Relais pour  
la Vie 2024**

PAGE 10

FOCUS

**Cancer et  
chronicité : un  
nouveau défi**

PAGE 4



**Fondation  
Cancer**

Info · Aide · Recherche

A portrait of Martine Deprez, a woman with short brown hair, glasses, and gold hoop earrings, wearing a black blazer over a patterned top. She is smiling and looking directly at the camera against a grey background.

**Sur le plan personnel,  
j'ai vécu, aux côtés de  
mes parents, l'impact  
qu'un diagnostic de  
cancer peut avoir  
sur les personnes  
touchées et leurs  
proches.**

**Martine Deprez,**  
Ministre de la Santé et de la Sécurité sociale

**Vous pouvez lire  
l'interview complète  
à la page 14.**

**Ënnert folgendem  
Link kënnt Dir den  
Interview och op  
Lëtzebuergesch  
liesen.**



**Click!**

## Chers lecteurs,

Dans cette nouvelle édition, vous découvrirez l'interview que Martine Deprez, notre nouvelle ministre de la Santé et de la Sécurité sociale, nous a accordé.

Nous plongerons également au cœur d'une réalité en constante évolution : la vie avec un cancer chronique. Nous mettrons en lumière les défis financiers, émotionnels et sociaux auxquels sont confrontés les patients concernés, aussi que leurs familles. Nous illustrerons la gestion quotidienne de cette maladie, soulignant l'importance d'un soutien professionnel et personnel adapté.

Nous sommes très fiers de vous dévoiler les détails du *Relais pour la Vie* 2024, qui symbolise notre solidarité inébranlable envers les patients et leurs proches. Je remercie par avance chaleureusement tous ceux qui se joindront à nous. Votre présence et votre soutien font toute la différence.

Avec gratitude,



**Dr Carole Bauer**  
Présidente

### infocancer n°115

**Nombre d'exemplaires :** 90 000

**Impression :** Imprimerie Centrale SA, Luxembourg

**Photos :** SIP/Claude Piscitelli, iStock, Pexels, Shutterstock

RCS Luxembourg G 25

**Abonnement :** gratuit sur simple demande

Les traductions respectives des articles en français ou allemand sont disponibles sur cancer.lu

**cancer.lu**



Retrouvez-nous sur



## Nouveauté

## Cancer du sein : groupe de paroles en langue française



Le groupe de paroles pour femmes atteintes d'un cancer du sein s'adresse aux femmes pendant et/ou après leurs traitements. À partir de mai, ce groupe de paroles en langue française aura lieu tous les premiers lundis du mois.

Encadré par une psychologue, il offre un espace thérapeutique protégé pour favoriser l'échange des expériences et des émotions liées aux vécus de la maladie tout en diminuant le sentiment d'isolement.

## Bénévolat

## Nos nouveaux bénévoles



De plus en plus nombreux, les bénévoles sont toujours là pour animer avec nous les différentes actions

### Bénéficiez des conseils de notre psychologue Anne Faes

**Prochaine séance :**  
6 mai 2024

**Horaire :** 14h-15h30

**Lieu :** Fondation Cancer

**Langue :** français

**Tarif :** gratuit

**Inscription préalable :**  
patients@cancer.lu

## Guide d'orientation

## J'ai un cancer - et maintenant ?

À l'occasion de la *Journée mondiale contre le cancer*, la Fondation Cancer a édité un nouveau guide d'orientation intitulé *J'ai un cancer - et maintenant ?*

Chacun réagit différemment face à un diagnostic de cancer, avec des émotions telles que le choc, l'anxiété, la colère ou l'impuissance. Il est crucial d'accepter ces réactions comme des réponses normales et légitimes. La Fondation Cancer encourage la patience, la bienveillance envers soi-même, et offre un soutien émotionnel grâce à son service psycho-social. Elle rappelle aussi que le cancer n'est pas une maladie que l'on traverse seul : demandez et acceptez de l'aide.



Le guide est disponible en ligne et en version imprimée en allemand, anglais, français et portugais, offrant un soutien pratique et émotionnel aux personnes touchées par le cancer.



# Version actualisée du **Guide pratique** à l'intention des patients

Le *Guide pratique* de la Fondation Cancer fournit aux patients et à leurs proches des informations complètes tout au long de leur parcours de patient. Cette brochure mise à jour apporte des réponses concrètes à des questions pratiques qui peuvent se poser pendant la maladie.

Les patients devant faire face à la maison, comme au travail, à une infinité de formalités et démarches, la Fondation

Cancer a compilé et présenté de manière accessible des informations importantes sur les aspects suivants : prestations de la *Caisse nationale de santé*, soins à domicile, droit du travail et aides financières.

Cette brochure guide et accompagne les patients du diagnostic au retour à la vie professionnelle.



Clie!

## Le guide propose un condensé d'informations classées sous cinq rubriques

Soins de santé : des services d'oncologie aux congés extraordinaires

Frais liés au cancer : des modalités de prise en charge des frais par la CNS aux aides financières

Cancer et activité professionnelle : de la déclaration d'incapacité de travail à la reprise du travail

Litiges et assurances

Adresses utiles

**Cette brochure gratuite** est disponible en français et en allemand auprès de la Fondation Cancer (T 45 30 331 ; E [fondation@cancer.lu](mailto:fondation@cancer.lu)) ou peut être téléchargée au format PDF à partir du site [cancer.lu](http://cancer.lu).

# Cancer et chronicité : un nouveau défi



## Affection de longue durée ? Maladie chronique ?

### Un nouveau paradigme : vivre avec le cancer pendant de longues années

Les chances de guérir d'un cancer ont énormément évolué ces dernières années, notamment grâce au progrès de la recherche, aux nouveaux traitements et aux dépistages précoces. Si actuellement 60 % des cancers sont guérissables, il reste néanmoins des cancers incurables. Heureusement, les temps où incurable était synonyme de mort prochaine sont révolus. Un grand nombre de personnes impactées vivent de nombreuses années. Et l'avenir réserve encore de beaux espoirs dans l'avancée scientifique en oncologie.

### La notion de chronicité

La notion de cancer comme maladie chronique se fait de plus en plus présente pour les cancers qui ne sont pas guérissables dans les conditions actuelles du savoir médical. En oncologie, l'utilisation du terme de « maladie chronique » n'est pas unanime et laisse place à de nombreux débats. Chaque pays ou institution en développe sa propre définition. L'OMS définit les maladies chroniques « *comme une affection de longue durée qui, en règle générale, évolue lentement.* » Une affection de longue durée est souvent



### Au Luxembourg ?

Les tumeurs malignes sont reconnues comme affections de longue durée par la CNS.

Le cancer est une maladie qui coûte cher aux patients et à leurs familles. Les frais annexes ne sont remboursés qu'en partie : taxi-ambulance, aide familiale, kinésithérapie, soins de support (perruques, produits de soins spécifiques, compléments nutritionnels, etc.).

Les frais se multiplient quand les suivis se font parallèlement dans d'autres pays : frais de transports, de logement, de garde, etc.

quant à elle définie comme une maladie grave et/ou chronique nécessitant un traitement prolongé. Le terme « affection de longue durée (ALD) » sera employé par le corps médical, alors que celui de chronicité est utilisé dans le jargon psychologique pour introduire la temporalité psychique.

**Le terme chronicité est utilisé dans  
le jargon psychologique pour  
introduire la temporalité psychique**



## On parle de soins fin de vie lorsque la personne arrive en phase terminale d'une maladie

### L'évolution de la maladie

Le patient en phase chronique a une maladie incurable, évolutive et potentiellement mortelle. Certains patients ont reçu directement, à l'annonce de la maladie, un diagnostic de cancer métastasé. Pour d'autres, l'annonce de la chronicité se fait après des récurrences ou au décours des traitements. Lorsque l'intensité et le nombre de symptômes augmentent et que le cancer continue à se propager, on dit qu'il évolue.

On parle alors de médecine palliative : c'est-à-dire une médecine centrée sur les symptômes et/ou la « maîtrise » des cellules cancéreuses.

### Médecine palliative ne veut pas dire fin de vie



### Soins palliatifs

Dans le langage courant, on utilise souvent le terme « palliatif » pour parler de fin de vie. Palliatif signifie d'abord qu'un cancer n'est pas curatif, qu'une rémission complète ne sera probablement jamais possible. Le patient va devoir apprendre à vivre avec le cancer, gérer les symptômes et les divers effets secondaires sur le long terme.

Les soins médicaux ne permettent plus d'éradiquer la maladie, mais ont comme objectif de maintenir la meilleure qualité de vie possible aussi bien sur les plans physiques, psychiques, relationnels et sociaux. Des traitements comme la chimiothérapie ou la radiothérapie peuvent être utilisés comme dans les phases curatives, mais leurs objectifs seront de contenir la maladie, de prolonger la vie et/ou de soulager les symptômes.

L'évolution constante des traitements amène heureusement à repousser la fin de vie. Le corollaire est que de plus en plus de patients sont suivis dans les différents services médicaux.

### Un nouveau défi pour les patients

Les impacts sont nombreux. La personne malade doit apprendre à vivre sans l'espoir de guérison, avec les traitements, les visites et les examens médicaux réguliers. Si au départ la famille ou les amis sont présents, il leur est de plus en plus difficile de libérer du

temps, à moyen et long terme, pour les accompagner dans les nombreux rendez-vous à l'hôpital. Étant eux-mêmes impactés par la maladie de leur proche, ils éprouvent parfois le besoin de se distancier pour se protéger émotionnellement et sont souvent moins disponibles, aussi bien dans l'aide pratique que dans le soutien émotionnel. Si au départ, les patients arrivent de manière brutale dans un nouvel univers dont ils ne connaissent presque rien et qui leur est étranger, avec le temps et le nouveau rythme imposé par la maladie, les soignants et médecins deviennent parfois les personnes les plus présentes au quotidien.

### Un nouveau défi pour les soignants

Le nombre croissant de patients amène de nouveaux défis pour les équipes pluridisciplinaires concernées, dont les dotations restent stables, mais qui doivent désormais partager leur temps disponible entre davantage de patients.



### Un combat au quotidien !

Vivre avec un cancer chronique impacte fortement la qualité de vie : fatigue physique et mentale, effets secondaires divers des traitements, vulnérabilité immunitaire. Le corps est changé et parfois mutilé.

Les patients doivent vivre avec l'idée que les cellules cancéreuses resteront présentes au quotidien dans leur corps sans que cela ne soit nécessairement visible à l'extérieur.

Ils doivent réinventer une nouvelle manière de vivre avec une maladie qui fera partie intégrante au quotidien de leur nouvelle « normalité ».



### Les médecins et les soignants deviennent parfois les personnes les plus présentes dans le quotidien



Ce manque de temps et de disponibilité des professionnels peut amener à une insatisfaction des patients qui peuvent se plaindre du sentiment d'abandon.

Pour les équipes médicales, la chronicité des cancers implique une collaboration de plus en plus grande et étroite entre les différents spécialistes et intervenants dans la prise en charge globale du patient, parfois implantés dans des hôpitaux et même dans des pays différents. Ce nouveau type de prise en charge exige un besoin de temps, dont ils manquent déjà cruellement.

## Il est important de rester acteur de sa santé



## Vivre avec le cancer : Comment préserver au mieux une qualité de vie ?

### Les rendez-vous médicaux et les traitements

En fonction des protocoles et des traitements, les allées et venues à l'hôpital seront plus ou moins fréquentes. Certains vont poursuivre un traitement (chimiothérapie, radiothérapie, thérapie ciblée), d'autres vont recevoir un traitement de confort.

La vie avec la maladie est rythmée par de nombreux rendez-vous médicaux et paramédicaux. Il est important de rester acteur de sa santé, de s'informer sur

les effets secondaires potentiels, sur les traitements possibles, les recherches en cours, ...

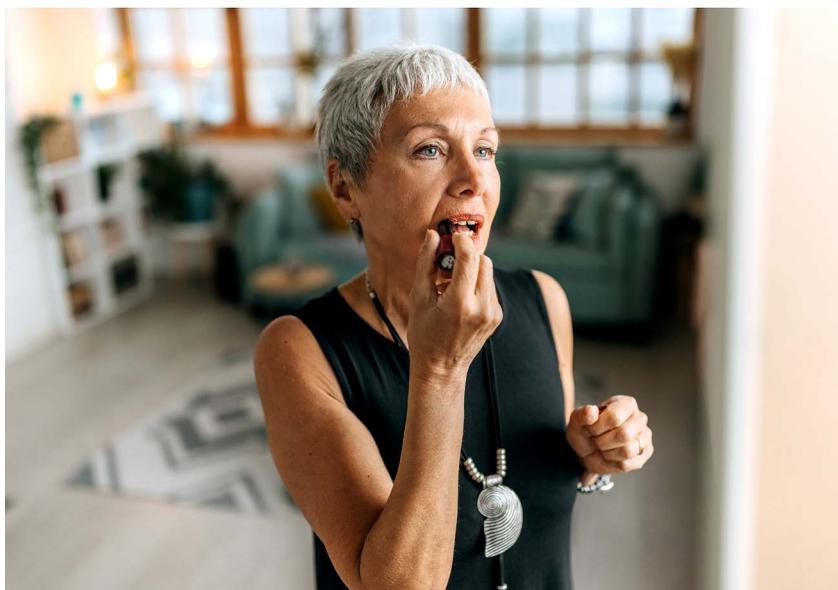
Développer une relation de confiance avec son oncologue et les équipes soignantes permet de se sentir en sécurité pour aborder les questions que l'on souhaiterait aborder et que l'on n'ose pas toujours. Noter les questions au fur et à mesure dans un carnet, par exemple, permet de se préparer pour les rendez-vous et de reprendre un certain sentiment de contrôle dans sa prise en charge.



### A quoi la maladie impose-t-elle de renoncer ?

Le travail d'acceptation est souvent comparé à un travail de deuil et n'est pas un processus linéaire. Il force à un changement de ses choix de vie et exige des adaptations et renoncements : renoncer au futur imaginé, à certains projets de vie. Si une partie de la vie peut continuer « comme avant », une autre partie va devoir se transformer irrémédiablement.

## Il est parfois difficile de se projeter même au cours de la même journée



### Adapter son quotidien

La gestion de la fatigue et/ou de la douleur vont devenir des points fondamentaux dans le quotidien, d'où l'importance d'anticiper des moments de repos (quand les enfants sont à l'école, entre différentes tâches, après les traitements, etc.). Il faudra apprendre à déléguer certaines tâches ménagères ou administratives, à distinguer l'essentiel de l'accessoire, à profiter le plus possible des moments où l'on se sent en forme. Il faudra apprendre aussi à demander ou à accepter de l'aide. Il y a souvent plus de personnes autour de soi prêtes à se rendre utile qu'on ne le pense.

### Vivre avec l'incertitude

Les jours se suivent, mais ne se ressemblent pas. En fonction du stade de la maladie, il est parfois difficile de se projeter, même au cours de la même journée. Si parfois, l'entrain permet des activités sportives, l'état de fatigue impose aussi d'annuler des repas ou activités diverses. La personne touchée par la maladie et son entourage proche et élargi doivent apprendre à accepter cette part d'incertitude et les déceptions qui l'accompagnent. Si de grands rêves ne sont plus toujours réalisables, il est important pour le moral de continuer à se projeter dans différents projets et de s'y prendre pas à pas en fonction de l'énergie du moment.



### Des zones préservées sans maladie

Certaines personnes souhaiteront continuer à travailler, à « faire comme si » tout était normal. Pour d'autres, cela ne sera pas possible. Il est important d'avoir un espace à soi, des activités physiques qui permettent de garder le corps en mouvement, des activités créatives ou culturelles pour se divertir, de partager et pourquoi pas de continuer à apprendre. Pour chacun, le défi sera de continuer à trouver du sens et des moments de bonheur dans des zones hors cancer, de mettre ses priorités sur ce qui fait plaisir et ce qui fait du bien.

**Sortir, c'est aussi affronter le regard des autres et s'exposer à des réactions inattendues. Se préparer peut aider à se positionner et à préserver des liens sociaux indispensables, la maladie ne se traverse que difficilement tout seul.**

## L'entourage et la sphère relationnelle

La maladie exige un remaniement dans le rapport aux autres. Certaines personnes préfèrent ne pas parler de leur maladie, d'autres ont un grand besoin d'exprimer leur vécu. Sous le choc, certaines personnes « se coupent » de leurs émotions, d'autres sont irritables suite à cette injustice vécue. Les relations peuvent devenir extrêmement compliquées. Garder des liens affectifs est pourtant des plus importants pour le bien-être psychique et mental.

Jongler entre les activités familiales et obligations tout en laissant la place à la communication et aux émotions de chacun peut relever de l'ordre du défi. Le cancer vient bouleverser un équilibre familial qui pouvait être déjà fra-

gile avant la maladie. Si la relation de couple peut être le support le plus important, il peut aussi être source de divers conflits. Le cancer a un impact sur la vie intime et sexuelle et il est primordial de préserver des moments à deux, hors maladie, hors enfants, dans des zones de légèreté et de rires.

Vivre seul quand on se bat contre un cancer peut s'avérer extrêmement compliqué. Les personnes de l'entourage peuvent être une source de soutien et de réconfort et peuvent aider dans les aspects plus pratiques (faire les courses dans les moments de fatigue extrême ou après les traitements, amener un repas, accompagner lors des examens médicaux, proposer des sorties). Il faudra parfois apprendre à demander de l'aide et faire appel à son réseau comme un filet de sécurité.

**Préserver une vie la plus normale possible ainsi que des espaces de paroles sur la maladie est nécessaire pour mieux vivre avec ce bouleversement**



### Marie raconte son histoire

*« Le cancer chronique fait peur alors qu'en réalité, il y a énormément de traitements et la science progresse »*

En 2023, Marie a découvert que son cancer avait évolué, devenant chronique. À travers son témoignage, elle souhaite souligner que, malgré les appréhensions engendrées par un diagnostic de cancer, les avancées scientifiques et médicales offrent un véritable espoir aux patients.



Voir la vidéo



Clic!

# Rendez-vous au Relais pour la Vie 2024

Le *Relais pour la Vie* aura lieu les 23 et 24 mars à la *Coque* ou connecté.

Initié aux Etats-Unis, le *Relais pour la Vie* est aujourd'hui un mouvement de solidarité mondial. A travers 29 pays, des milliers de personnes portent cette flamme d'espoir et tissent un réseau de soutien inébranlable.

Au Luxembourg, le *Relais pour la Vie* a lieu chaque année depuis 2006 avec plus de 13 000 participants tout au long de ces 24 heures dédiées à la solidarité.

Chacun peut participer à sa manière - en équipe, en tant que visiteur, patient ou proche ou encore en s'engageant bénévolement. Car ensemble, nous relayons l'espoir.

## Programme en présentiel à la Coque

### Samedi 23 mars

**16h30** : Ouverture des portes

**17h30** : Cérémonie d'ouverture

- Ouverture officielle
- Témoignages de patients
- Survivor & Caregiver Tour
- Défilé des équipes

**19h** : Lancement du relais de 24 heures

### Dimanche 24 mars

**17h** : Cérémonie des bougies

**19h** : Fin du relais et défilé final des équipes

[relaispourelavie.lu](http://relaispourelavie.lu)

## Pourquoi votre équipe participe au Relais pour la Vie ?



« L'équipe Family & Friends participe au Relais pour la Vie depuis un long moment parce que nous avons chacun notre propre histoire vis-à-vis de cette maladie, nos proches ou pour certains l'ayant combattue, devant cette impuissance, l'important est d'être unis et de se sentir entourés. »

**Christine, Family & Friends**



## Le saviez-vous ?

Le cancer ne fait pas de distinction entre le jour et la nuit, il est présent à tout moment. C'est précisément dans cet état d'esprit que le *Relais pour la Vie* a été conçu : une période de 24 heures qui représente une journée dans la vie d'un patient. C'est ainsi que nous manifestons notre soutien aux patients touchés par le cancer pendant 24 heures.



## Messages de l'espoir

Joignez-vous à la cérémonie des bougies, un temps inoubliable au cœur de la journée de dimanche. Des centaines de bougies, décorées de message d'espoir, de souvenir et d'hommage sont disposées au cœur de la piste et allumées le temps d'une minute de silence collective.

## Rendez-vous dimanche 17h

Pour personnaliser votre bougie pour un être cher, trois possibilités : rencontrer nos bénévoles à la *Belle Etoile* les 7 et 8 mars, venir à notre stand à la *Coque* les 23 et 24 mars, ou créer votre bougie personnalisée directement en ligne.

## Personnalisez votre bougie ici



Clic!

## Parcours prévention

NEW

Au cours de ces 12 ateliers, vous allez découvrir le dimanche de 10 à 18h des recommandations pratiques pour intégrer des habitudes saines dans votre quotidien. De l'alimentation équilibrée à l'activité physique régulière, le parcours de prévention se base sur les recommandations du *Code Européen Contre le Cancer* (voir page 12).

*Ensemble, relayons l'espoir*

# Le Code Européen Contre le Cancer

## 12 façons de réduire votre risque de cancer



**1** Ne fumez pas. Ne consommez pas de tabac, sous quelque forme que ce soit.

**2** Faites de votre domicile un environnement sans tabac. Soutenez des mesures d'interdiction de fumer sur votre lieu de travail.

**3** Faites en sorte de garder un poids de forme.

**4** Soyez physiquement actif/ve dans votre vie quotidienne. Evitez de rester assis/e trop longtemps.

**5** Adoptez une alimentation saine :

- Consommez beaucoup de céréales complètes, de légumes secs, de légumes et de fruits.
- Limitez la consommation d'aliments très caloriques (riches en sucre ou en matières grasses) et évitez les boissons sucrées.
- Evitez de manger de la viande transformée (préparations carnées) ; limitez la viande rouge et les aliments riches en sel.

**6** Limitez votre consommation – de tout type – d'alcool. Pour réduire votre risque de cancer, il est préférable de ne pas boire du tout d'alcool.

**7** Evitez une exposition excessive au soleil, surtout chez les enfants. Utilisez une protection solaire. N'utilisez pas d'appareils de bronzage.

**8** Suivez les consignes de santé et de sécurité sur votre lieu de travail, pour vous protéger des substances cancérigènes.

**9** Renseignez-vous pour savoir si vous êtes exposé/e à des émissions élevées de gaz radon à votre domicile. Si tel est le cas, prenez des mesures pour réduire ces émissions.

**10** Pour les femmes :

- Allaiter réduit votre risque de cancer. Si possible, allaitez votre (vos) enfant(s).
- Les traitements hormonaux substitutifs de la ménopause (THS) augmentent le risque de développer certains cancers.
- Limitez ces traitements.

**11** Faites participer vos enfants aux programmes de vaccination contre :

- L'hépatite B (chez les nouveau-nés) ;
- Le virus du papillome humain (VPH).

**12** Participez aux programmes de dépistage organisés du :

- Cancer colorectal (hommes et femmes) ;
- Cancer du sein (femmes) ;
- Cancer du col de l'utérus (femmes).

Plus d'infos

[cancer.lu](http://cancer.lu)



Clic!

**Fondation  
Cancer**

Info · Aide · Recherche

# Journée mondiale contre le cancer



4 février

À l'occasion de la *Journée mondiale contre le cancer*, nos bénévoles étaient présents dans les hôpitaux du Luxembourg pour distribuer notre nouvelle brochure « *J'ai un cancer, et maintenant ?* » ainsi que des rubans à toute personne voulant exprimer sa sympathie aux personnes touchées par le cancer.

L'engagement de nos bénévoles est une source d'inspiration et de fierté pour la Fondation Cancer. Un immense merci à eux pour leur dévouement. Merci également aux hôpitaux CHdN, CHEM, CHL et HRS de les avoir accueillis.



Centre Hospitalier du Nord (CHdN)



Centre Hospitalier Emile Mayrisch (CHEM)



Centre Hospitalier de Luxembourg (CHL)



Hôpitaux Robert Schuman (Kirchberg & Zitha)



# Entretien avec Martine Deprez, Ministre de la Santé et de la Sécurité sociale

Quelle est la stratégie du nouveau gouvernement luxembourgeois face au cancer ? Quelles en sont ses priorités ? La Ministre de la Santé et de la Sécurité sociale Martine Deprez (CSV) donne un premier aperçu de son mandat, soulignant ses objectifs en matière de prévention du cancer et d'amélioration de la prise en charge des patients.

## Madame la Ministre, quels sont vos projets et ambitions dans la lutte contre le cancer ?

Avant d'occuper mes fonctions, le domaine du cancer était pour moi d'un point de vue professionnel une boîte noire. Sur le plan personnel, par contre, j'ai vécu, aux côtés de mes parents, l'impact qu'un diagnostic de cancer peut avoir sur les personnes touchées et leurs proches. Il se trouve que le programme gouvernemental prévoit une révision complète de tous nos programmes nationaux de prévention afin d'assurer leur efficacité. Pour cette première phase, notre objectif est d'analyser ce qui fonctionne bien et ce qui doit être modifié. Il est essentiel de reconnaître l'impact significatif du mode de vie sur la prévention du cancer. Je suis convaincue qu'une sensibilisation accrue aux risques est nécessaire dans ce domaine. Parallèlement, une stigmatisation persiste autour de la maladie, souvent liée à une fausse croyance selon laquelle les personnes touchées seraient nécessairement responsables de leur propre maladie. Il est crucial de rappeler que le cancer peut toucher tout le monde, et il ne devrait y avoir aucune honte à solliciter l'aide dont on a besoin.

## Comment envisagez-vous d'améliorer le soutien aux patients atteints de cancer ? Par exemple, de nombreuses personnes concernées ne bénéficient pas d'un remboursement complet pour l'ensemble des médicaments nécessaires à leur traitement.

Bien que je ne puisse rien garantir, il me semble raisonnable personnellement que notre système de santé assure une prise en charge intégrale des besoins des personnes touchées afin de favoriser leur rétablissement. Ainsi, si un patient atteint de cancer nécessite un somnifère pendant le traitement, je suis la dernière personne à prétendre que cela n'est pas nécessaire.

**Sur le plan personnel, j'ai vécu, aux côtés de mes parents, l'impact qu'un diagnostic de cancer peut avoir sur les personnes touchées et leurs proches.**



## Martine Deprez

**Date de naissance :**

26/04/1969

**Nationalité :**

luxembourgeoise

**Activités professionnelles :**

1992-2001 Chargée d'études à l'IGSS

2002-2023 professeur de sciences, spécialisée en mathématiques

2012-2023 conseillère d'État

**Fonction actuelle :**

Ministre de la Santé et de la Sécurité sociale

**Etudes :**

Université de Liège, licence en Sciences Mathématiques (1992)

**[...] il me semble raisonnable personnellement que notre système de santé assure une prise en charge intégrale des besoins des personnes touchées afin de favoriser leur rétablissement.**

Si c'est médicalement justifié, il nous faut voir comment le financer. C'est pourquoi j'ai également plaidé en faveur de la synergie entre la sécurité sociale et le secteur de la santé au sein de notre ministère. Forte de mon expérience professionnelle, je suis consciente des nombreux problèmes de coordination. Si nous parvenons à une meilleure harmonisation dès maintenant, des problèmes tels que le remboursement des médicaments pour les patients atteints de cancer pourraient être évités à long terme.

**Une mesure préventive contre le cancer consisterait à augmenter le prix du tabac. Au Luxembourg, les prix du tabac demeurent relativement bas comparés à ceux des autres pays de l'UE. Cependant, cette question n'est pas abordée dans le programme gouvernemental. Pourquoi ?**

Des études indiquent qu'un impact significatif ne se fait sentir qu'en cas d'augmentation substantielle. Une augmentation de 20 ou 30 centimes ne serait guère efficace. C'est une problématique que nous analyserons certainement au cours de ce mandat gouvernemental, mais même à ce stade, je ne peux garantir la mise en place de mesures. En ce qui concerne la législation antitabac, nous nous conformons aux normes européennes et les mettons en œuvre comme prévu. Toutefois, si la situation s'aggrave dans les pays limitrophes, nous devons réagir en conséquence, cela va sans dire.



**Nos enquêtes révèlent fréquemment d'importantes lacunes dans la connaissance des jeunes sur certains sujets de prévention du cancer, tels que les dangers du narguilé ou les bénéfices du vaccin contre le VPH. Comment pourrions-nous améliorer cette situation ?**

L'éducation en matière de santé commence à la maison, mais elle doit également se poursuivre à l'extérieur. D'après mon expérience, particulièrement dans

le cadre scolaire, il est impératif d'améliorer l'éducation à la santé. Cela représente un vaste chantier. Notamment, je constate un fort scepticisme parmi les jeunes à l'égard des vaccinations, soulignant la nécessité de les informer dès leur plus jeune âge sur les avantages, de manière globale et continue.

**D'après mon expérience, particulièrement dans le cadre scolaire, il est impératif d'améliorer l'éducation à la santé. Cela représente un vaste chantier.**

# Fais-tu partie des joueurs ou des gamers ?

**Environ 85 % des jeunes jouent régulièrement à des jeux vidéo**



Les jeux vidéo ont des effets divers sur différentes compétences. Jouer régulièrement développe des facultés cognitives comme l'aptitude au raisonnement logique et les capacités à résoudre des problèmes, deux compétences également utiles en dehors du jeu.

Les jeux en ligne multijoueurs développent les compétences sociales, dans la mesure où ils amènent inévitablement à interagir avec d'autres joueurs. Les jeux vidéo améliorent aussi les capacités sensori-motrices, indépendamment du contrôleur de jeu utilisé, ce qui stimule la coordination œil-main et la capacité de réaction. Plus particulièrement, les gamers qui jouent sur un ordinateur renforcent leurs compétences techniques car ils doivent s'intéresser de près à la technique, ne serait-ce que pour installer des jeux ou télécharger des mises à jour.

De plus, les jeux vidéo permettent de développer certaines compétences personnelles, en particulier lorsque le jeu devient exigeant. Il faut de la ténacité, surtout dans les niveaux supérieurs. Qui veut avoir la satisfaction de vaincre le boss final doit avoir du mordant et de la persévérance. Les compétences acquises ne sont pas précieuses uniquement dans le contexte du jeu, elles le sont aussi dans la vie réelle. Il en est de même de la tolérance à la frustration, qui est renforcée par des situations dans lesquelles le joueur affronte des joueurs plus forts ou bien le chemin à suivre n'est pas clair. Les jeux vidéo apprennent au joueur à canaliser sa colère, ce qui le rend plus créatif et contribue à ce qu'il réussisse un niveau. Les jeux vidéo ne servent pas uniquement au divertissement, ils renforcent des compétences diverses utiles dans la vie quotidienne.

## Un level up pour nos aptitudes

De nos jours, on porte un regard plus nuancé sur les jeux vidéo et leurs effets sur les joueurs. Des études scientifiques montrent que les jeux, dès lors qu'on y joue dans la mesure du raisonnable, ont des effets bénéfiques. Les adolescents qui y jouent moins d'une heure par jour sont plus satisfaits et plus sociables. Il faut aussi tenir compte du fait que jouer est une pulsion naturelle qui, chez les jeunes enfants en particulier, favorise la découverte du monde environnant.

## Le potentiel caché des jeux vidéo dans d'autres domaines

### Effets didactiques

Les jeux vidéo, en ce qu'ils reposent sur l'apprentissage virtuel aident à adopter de bons comportements, ce qui contribue à prévenir certaines maladies dans la vraie vie.

### Effets thérapeutiques

Les jeux vidéo permettent de faire chez soi des exercices thérapeutiques ludiques, le facteur divertissement rendant ces exercices souvent plus efficaces que des thérapies classiques.

### Diversions

Les jeux vidéo détournent l'attention des fortes douleurs car la participation active fait mieux oublier la sensation de douleur que regarder la télévision, écouter un podcast ou lire, qui sont des activités passives.



## Environ 44 % des 12 à 19 ans jouent à des jeux vidéo de 30 minutes à deux heures par jour

Les jeux vidéo ont aussi des effets négatifs à court terme

### Problèmes d'yeux

Un mauvais réglage de la luminosité fatigue les yeux. Allumez toujours l'éclairage de la pièce et ne fixez jamais un écran dans l'obscurité.

**Les jeux vidéo augmentent le volume du cortex entorhinal dans le cerveau, qui est le siège du raisonnement spatial**

### Troubles du sommeil

La lumière des écrans, la lumière bleue en particulier, inhibe la sécrétion de mélatonine, ce qui empêche de dormir. Si vous allez au lit directement après une session de jeu, vous pouvez avoir des difficultés à trouver le sommeil.

### Mal de dos

En position assise pour jouer, on risque de prendre une mauvaise posture et d'avoir mal au dos. Si cela aide d'avoir le bon équipement de gaming, faire du sport pour renforcer le dos est déterminant.



## Effets négatifs à long terme du gaming

**Dépendance** : La peur que les adolescents deviennent accro aux jeux vidéo est bel et bien là. Le jeu compulsif, c'est-à-dire jouer trop longtemps et trop souvent, amène à négliger le monde réel.

**Agressivité** : Le gaming en soi ne rend pas automatiquement agressif. Des études montrent que les jeux violents n'induisent pas nécessairement un comportement agressif. Toutefois, des influences extérieures – comme les interactions sociales, les états dépressifs ou un penchant pour la violence – peuvent contribuer à ce que certains gamers deviennent agressifs.

## Fais-tu partie des joueurs ou des gamers ?

Lire l'édition complète du *den insider* 96

  
Clic!

# ImMi-Tx : Entre immunothérapie et flore intestinale



L'arrivée des inhibiteurs de points de contrôle immunitaires (ICI) a marqué une révolution majeure en oncologie. Malheureusement, malgré son potentiel immense, seule une minorité de patients bénéficie actuellement d'une réponse durable.

À ce jour, on sait que les ICI sont probablement influencés par plusieurs facteurs tels que la charge mutationnelle du cancer, les infiltrats immunitaires au sein de la tumeur, et le statut PD-L1. Cependant, une attention particulière est accordée à un facteur spécifique : le microbiote intestinal.

En effet, deux observations récemment publiées démontrent que le microbiote intestinal semble jouer un rôle crucial : l'effet délétère des antibiotiques sur la réponse aux ICI et comment la transplantation de microbiote fécal parvient à surmonter la résistance aux ICI.

Depuis lors, de nombreuses études ont tenté d'identifier la composition caractéristique du microbiote intestinal chez les patients répondant à l'immunothérapie, ainsi que chez ceux qui n'y répondent pas. Malheureusement, il semble que notre microbiote intestinal soit bien plus complexe qu'initialement pensé, et bien trop variable d'un individu à l'autre. Cependant, de nouvelles découvertes redonnent espoir pour enfin comprendre les mécanismes qui régissent l'immunothérapie.

C'est dans ce contexte que s'inscrit notre étude clinique.

**Ce projet générera de nouvelles connaissances sur les relations causales entre le microbiote intestinal et le système immunitaire dans le contexte de l'immunothérapie**



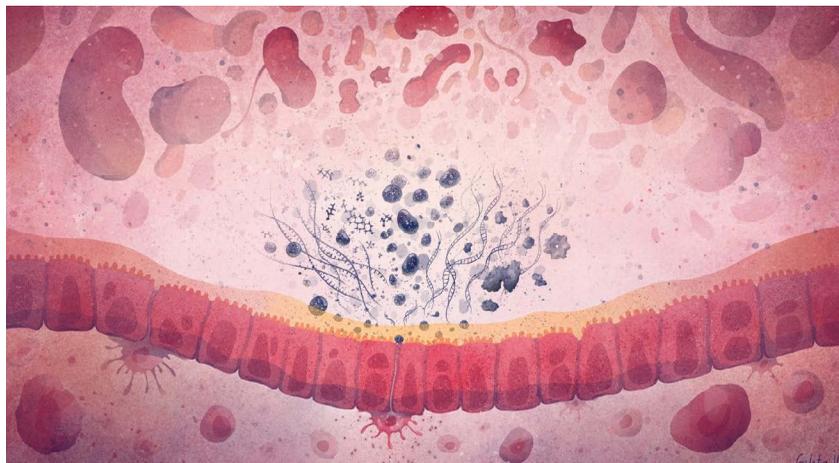
## Dr Patrick Dang

**Date de naissance :**  
14/02/1991

**Nationalité :**  
luxembourgeoise

**Fonction :**  
Médecin en voie de formation en oncologie  
Doctorant en immunoncologie

**Lieu de travail :**  
*Centre Hospitalier du Luxembourg (CHL)*  
*Luxembourg Center for Systems Biomedecine – University of Luxembourg*



*Microbiome-derived, immunogenic molecules and their role in the prognosis of immunotherapy for cancer (ImMi-Tx)* est une étude clinique unique en son genre, car elle analyse le microbiote intestinal sous un tout nouvel angle. Auparavant, on le caractérisait par les familles de bactéries présentes. Nous allons l'analyser sous un angle bien plus fonctionnel : en décrivant l'ensemble des molécules que le microbiote intestinal produit pour communiquer avec notre système immunitaire (ARN, protéines, peptides et métabolites).

L'hypothèse est que ces molécules dérivées du microbiote intestinal stimulent des voies de l'immunité innée et adaptative, contribuant au pronostic de l'immunothérapie. Décoder le complexe moléculaire dérivé du microbiote intestinal et identifier les molécules immunogènes devrait combler les lacunes de notre compréhension mécanistique encore très limitée de la communication entre le microbiote et le système immunitaire.

Sous la direction de Paul Wilmes et de Guy Berchem, et avec l'aide des hôpitaux luxembourgeois CHL, HRS et CHEM, nous allons, pour la première fois, utiliser une combinaison de méthodologies avancées à haute résolution pour identifier de manière exhaustive les constituants du complexe moléculaire dérivé du microbiote intestinal et leur impact sur le système immunitaire humain en relation avec les inhibiteurs de points de contrôle immunitaires (ICI).

À cette fin, nous appliquerons un protocole multi-omique novateur, axé sur la fonctionnalité, dans une étude clinique incluant des patients atteints de cancer pulmonaire et traités par immunothérapie.

**La Fondation Cancer a accordé un soutien financier de 685 818,48 € au projet de recherche clinique ImMi-Tx**

**ImMi-Tx identifiera de nouveaux gènes, protéines, métabolites et contribuera au développement de futures applications pronostiques et thérapeutiques contre le cancer**



### Comprendre les mécanismes

Mieux comprendre les mécanismes qui régissent la réponse aux ICIs donnerait non seulement accès à des nouveaux biomarqueurs pronostiques, mais également la possibilité d'altérer le microbiote intestinal avant l'immunothérapie, pour maximiser les chances des patients.

# 7 précautions à prendre pendant une chimiothérapie

Si vous suivez actuellement une chimiothérapie, voici quelques recommandations visant à optimiser votre bien-être lors de votre traitement.

## 1 Ne mangez pas de viande ou de fruits de mer crus

Si vous suivez une chimiothérapie qui fait fortement diminuer votre système immunitaire, il est préférable de ne pas consommer de viande ou de poissons crus, tels que sushis, huîtres ou les steaks saignants. L'équipe soignante vous informera si tel est le cas de votre chimio.

En effet, la consommation de viande non cuite peut augmenter le risque de contracter des salmonelles, des E. coli entre autres. La cuisson des aliments tue de nombreuses pathogènes, donc privilégiez les plats cuits, mais un plat chaud préparé ne doit pas non plus être laissé à température ambiante pendant un certain temps.



La consommation de légumes et de fruits non cuits est autorisée, à condition qu'ils soient lavés. Mais si vous suivez une chimiothérapie intensive, comme pour une leucémie ou un lymphome ou si vous êtes en attente d'une greffe, on peut vous recommander d'éviter les produits crus.

## 2 Évitez les aliments aggravant les effets secondaires de votre traitement

Les aliments épicés et acides peuvent aggraver les lésions buccales, parfois concomitantes à une chimiothérapie. Il est donc préférable d'éviter ces types d'aliments. Le pamplemousse, en particulier, en raison de son interaction potentielle avec certains médicaments.

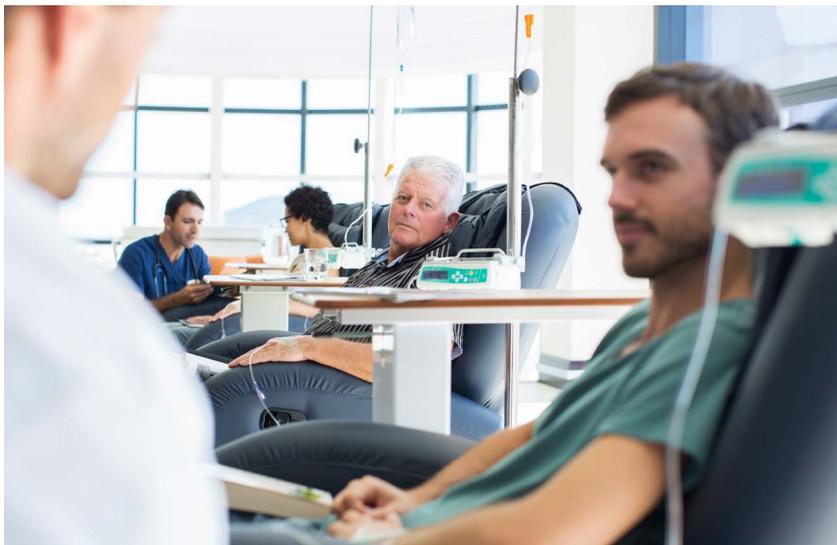


Les boissons froides et glacées comme les smoothies et les sorbets peuvent être inconfortables en cas de sensibilité au froid liée à votre traitement. À éviter donc.

## 3 Consultez votre médecin avant de prendre de nouveaux médicaments ou suppléments

Bien que les compléments alimentaires puissent être recommandés par votre médecin, évitez d'initier vous-même tout traitement supplémentaire sans avis médical au préalable.

Certains produits, tels que l'huile de CBD, les suppléments à base de plantes et même la mélatonine peuvent potentiellement interagir avec d'autres médicaments. Cela pourrait les rendre moins efficaces ou même dangereux. Il est donc très important de discuter avec votre oncologue de tout ce que vous envisagez de prendre.



## 6 Pratiquez une contraception efficace

La chimiothérapie peut endommager les spermatozoïdes et les ovules. Utilisez des méthodes contraceptives fiables pendant le traitement pour éviter toute conception. La plupart des agents de chimiothérapie disparaissent de l'organisme dans les 48 heures, mais ils peuvent encore être présents en petites quantités dans diverses sécrétions corporelles pendant ce laps de temps.

## 7 Évitez les foules

Étant donné que la chimiothérapie peut affaiblir le système immunitaire, minimisez les risques d'infections en évitant les foules. Pratiquez aussi une hygiène des mains rigoureuse pour réduire les risques d'infection.

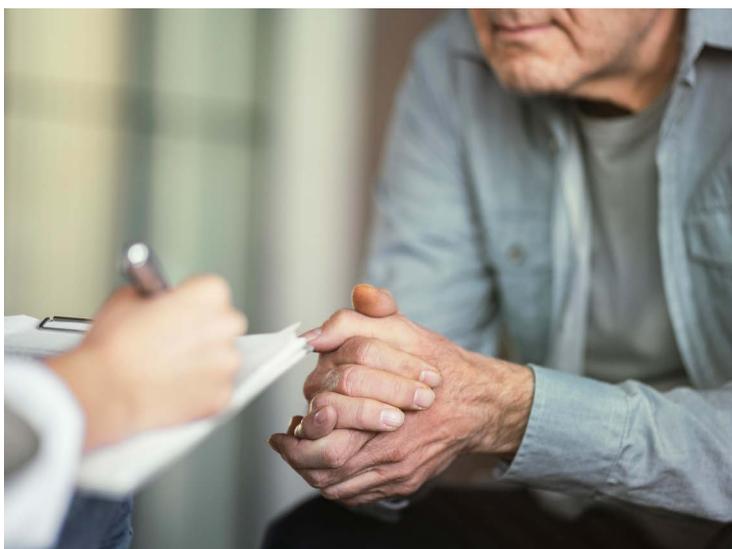
Votre bien-être est notre priorité, et en suivant ces conseils, nous espérons que votre chimiothérapie sera la plus confortable possible.

## 4 Ne buvez pas d'alcool

Évitez la consommation d'alcool avant, pendant et après la chimio. Mieux vaut ne pas trop solliciter le foie, car l'alcool est métabolisé par le foie, comme de nombreux médicaments de chimio. L'alcool provoque également une déshydratation et peut aggraver les nausées.

## 5 Limitez l'exposition aux UV

Certains agents de chimiothérapie augmentent la sensibilité aux rayons UV, ce qui peut causer des coups de soleil. Utilisez une protection solaire élevée (vêtements et crème solaire), limitez le temps passé à l'extérieur pendant la journée, et évitez absolument les solariums.



**N'hésitez pas à discuter de vos besoins spécifiques avec votre équipe soignante**

#Relais2024Lux

relaispourelavie.lu



Inscrivez votre équipe en connecté !



# Relais pour la Vie

Les 23 & 24 mars 2024



Fondation Cancer  
209, route d'Arlon  
L-1150 Luxembourg

### Erreurs à rectifier

Veuillez changer l'adresse :

.....  
.....  
.....

Veuillez changer le nom de la personne de contact :

.....

Veuillez ne plus m'envoyer le périodique info cancer

Motif .....

Merci de bien vouloir découper et nous renvoyer le coupon-adresse.