

info cancer



n°124

FOCUS

**Préparer
sa fin de vie**

PAGE 04

SOLIDARITÉ

**Relais pour
la Vie 2026 :
Une mobilisa-
tion toujours
aussi forte**

PAGE 10

PATIENT*INNEN


**Stomatherapie:
Leben mit einem
künstlichen
Ausgang**

SEITE 14



**Fondation
Cancer**

Info · Aide · Recherche



„Beim Relais pour la Vie kann een d' Solidaritéit spieren an dat schenkt eis Kraaft an Hoffnung. Dat gëtt och de Message datt kee mat dëser Krankheet dierf eleng gelooss ginn.“

Message de S.A.R. la Grande-Duchesse,
présidente d'honneur de la Fondation Cancer



**Les moments forts
du Relais pour
la Vie 2026**

Lire page **10**

Chers lecteurs,

Dans ce numéro, nous abordons des sujets souvent difficiles à évoquer : les soins palliatifs, les directives anticipées ou encore l'accompagnement en fin de vie. Pourtant, mieux comprendre ces questions permet d'ouvrir le dialogue et de réfléchir plus sereinement à certaines décisions importantes. Anticiper ces sujets ne signifie pas renoncer à l'espoir, mais peut au contraire aider à mieux faire face à l'incertitude et apporter un certain apaisement, pour soi-même comme pour ses proches.

Nous reviendrons également sur les temps forts du *Relais pour la Vie* 2026, notre événement de solidarité pour les personnes touchées par le cancer, qui a une nouvelle fois rassemblé des milliers de participants autour d'un même élan de soutien et d'espoir.

Enfin, ce numéro met aussi l'accent sur la prévention, avec un dossier consacré au lien entre l'alcool et le cancer, ainsi qu'aux mesures de santé publique permettant de réduire le risque de maladies chroniques.

Bonne lecture.

infocancer n°124

Nombre d'exemplaires : 88 500

Impression : Imprimerie Centrale SA, Luxembourg

Photos : Centre Hospitalier Emile Mayrisch, Claude Piscitelli, iStock, Maison du Grand-Duc/Kary Barthelmey, Mäi Wëllen Mäi Wee, Observatoire national de la santé, Omega 90, 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

Die jeweiligen Übersetzungen der Artikel auf Französisch oder Deutsch finden Sie auf cancer.lu

cancer.lu



Margot Heirendt

Directrice/Direktorin

Liebe Leserinnen und Leser,

In dieser Ausgabe widmen wir uns Themen, die oft schwer anzusprechen sind: Palliativversorgung, Patientenverfügungen und die Begleitung am Lebensende. Doch ein besseres Verständnis dieser Fragen kann helfen, den Dialog zu eröffnen und wichtige Entscheidungen mit mehr Gelassenheit zu betrachten. Sich frühzeitig damit auseinanderzusetzen, bedeutet nicht, die Hoffnung aufzugeben. Im Gegenteil: Es kann helfen, besser mit Ungewissheit umzugehen und sowohl für einen selbst als auch für die Angehörigen eine gewisse Entlastung zu schaffen.

Außerdem blicken wir auf die Höhepunkte des *Relais pour la Vie* 2026 zurück, unserer Solidaritätsveranstaltung für Menschen, die von Krebs betroffen sind. Sie hat erneut Tausende Teilnehmende in einem gemeinsamen Zeichen der Unterstützung und Hoffnung zusammengebracht.

Schließlich steht in dieser Ausgabe auch die Prävention im Mittelpunkt – mit einem Dossier über den Zusammenhang zwischen Alkohol und Krebs sowie über Maßnahmen der öffentlichen Gesundheit, die dazu beitragen können, das Risiko chronischer Erkrankungen zu senken.

Viel Spaß bei der Lektüre!



Retrouvez-nous sur



Cours et groupes pour patients

Le programme du 2^e semestre



Le programme s'inscrit dans une offre complète d'accompagnement. Les ateliers de méditation, de yoga, de gymnastique ou d'éveil musculaire favorisent bien-être et récupération, tandis que les groupes de parole et d'entraide offrent un espace d'échange et de soutien.

Ces rendez-vous permettent de partager son vécu, de rompre l'isolement, mais aussi de prendre soin de soi grâce à des activités adaptées. La participation est gratuite, sur inscription.

Découvrez l'offre complète sur cancer.lu
(rubrique Agenda)

Inscrivez-vous dès maintenant :

E patients@cancer.lu

T 45 30 331

Tarif : gratuit

À noter : Accord préalable du médecin pour les groupes de relaxation et de sport demandé

Nouvelle loi antitabac

Une infographie pour mieux comprendre

Afin de faciliter la compréhension de la nouvelle loi antitabac entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2026, la Fondation Cancer met à disposition une infographie qui :

- présente l'ensemble des produits du tabac et des produits nicotiques,
- explique les règles applicables à chacun,
- offre une vue d'ensemble claire et accessible de la réglementation actuelle.

Cet outil s'adresse au grand public et surtout aux professionnels, aux communes et aux établissements scolaires.



Téléchargez l'infographie



Scannez-moi

SAVE THE DATE

Jeudi 17 septembre Luxembourg Times BusinessRun

Réservez votre jeudi 17 septembre pour la 12^e édition du *Luxembourg Times BusinessRun*, qui se déroulera sur le plateau du Kirchberg. Cette course est une belle occasion de pratiquer une activité physique avec ses collègues tout en favorisant la santé.

Comme chaque année, une partie des frais d'inscription sera reversée à la Fondation Cancer. Inscrivez-vous dès maintenant sur business-run.lu.



Notre impact en 2025

Découvrez une année de soutien, de prévention et d'engagement concret. Le rapport annuel 2025 de la Fondation Cancer revient sur les temps forts, les actions menées et les avancées au service des patients, de leurs proches et de la recherche.

En 2025, la Fondation Cancer a poursuivi son engagement en faveur des patients, de la prévention et de la recherche. L'année a été marquée par les 20 ans du *Relais pour la Vie*, célébrés lors d'une édition exceptionnelle qui a illustré, une fois encore, la force de la solidarité face au cancer.

Tout au long de l'année, la Fondation Cancer a renforcé ses actions de prévention auprès du grand public, des jeunes et des partenaires. La sensibilisation au tabac et à la nicotine s'est poursuivie à travers le concours *Mission Nichtrauchen* et la stratégie nationale *Génération Sans Tabac 2040*, tandis que *Dry January Luxembourg* a ouvert une nouvelle dynamique autour de la sensibilisation à la consommation d'al-

cool. La prévention solaire est, elle aussi, restée une priorité, avec les stations de crème solaire et la distribution de t-shirts UV dans les écoles primaires.

L'accompagnement des personnes touchées par le cancer est resté au cœur de la mission de la Fondation Cancer, grâce à un soutien psychologique, social et financier concret, ainsi qu'à des actions pour mieux préparer le retour au travail après la maladie.

Enfin, la recherche a continué d'occuper une place essentielle, avec les 10 ans de collaboration avec le *Luxembourg National Research Fund* (FNR) et le soutien apporté à des projets porteurs d'espoir pour les patients.

L'année 2025 en chiffres

20 ans

du *Relais pour la Vie* :

- **1 180 938 €** récoltés
- **537** équipes
- **15 016** participants

232 bénévoles engagés, dont **883** présences dans les hôpitaux

2 557 consultations psycho-oncologiques

692 consultations sociales

479 700 € d'aides financières

100 000 cartes *Tabac-Stop* distribuées

67 managers sensibilisés au retour au travail après un cancer

10 ans de collaboration avec le *Luxembourg National Research Fund* (FNR)



Découvrez le rapport annuel dans son intégralité



Scannez-moi

Préparer sa fin de vie

Dix-sept ans après la légalisation de l'euthanasie et la loi sur la *Palliative Care*, la fin de vie reste encore souvent un sujet tabou. Pourtant, aborder ce sujet tôt peut permettre de lever de nombreuses questions et craintes.



Penser à sa propre mort peut être angoissant. Plus éprouvante encore est l'idée d'une fin de vie marquée par la douleur et la souffrance. Afin de permettre une mort digne, le Luxembourg s'est doté dès 2009 d'un cadre légal pour la *Palliative Care*, ainsi que pour l'euthanasie active. Au total, trois lois encadrent au Grand-Duché la fin de vie des personnes atteintes d'une maladie incurable, comme les patients atteints d'un cancer en phase terminale. Pourtant, de nombreuses personnes ont encore des lacunes ou des idées reçues à ce sujet. Quelle est la différence entre *Palliative Care* et euthanasie ? Quelles conditions doivent être remplies ? Et que faut-il prévoir à l'avance pour pouvoir bénéficier des offres correspondantes ?

La *Palliative Care* et l'euthanasie ne s'excluent nullement, mais poursuivent des objectifs différents. Ce qui les relie, c'est le souhait d'une mort sans souffrance inutile.

Alors que la *Palliative Care* vise à permettre une phase de fin de vie aussi naturelle et indolore que possible, l'euthanasie signifie raccourcir volontairement cette phase afin d'éviter de nouvelles souffrances. Dans l'idéal, la personne concernée est lucide et peut exprimer elle-même ses souhaits. Mais cette sécurité n'est pas toujours garantie. C'est pourquoi il est recommandé de réfléchir tôt à sa propre fin de vie, même en l'absence de maladie aiguë, et de remplir puis de déposer une directive anticipée ainsi que les dispositions de fin de vie.

Soins palliatifs et euthanasie

Deux voies, un objectif commun : éviter la souffrance en fin de vie.

Les soins palliatifs soulagent les douleurs et accompagnent les personnes gravement malades, sans provoquer activement la mort.

L'euthanasie raccourcit activement la vie, mais uniquement dans des conditions légales clairement encadrées.

L'euthanasie est encadrée par la loi au Luxembourg depuis 2009



Anticiper tôt soulage les proches et le personnel soignant

Exprimer ses volontés à temps

La directive anticipée et les dispositions de fin de vie aident à consigner à temps sa propre volonté. S'y intéresser tôt permet, plus tard, de soulager les proches et le personnel médical.

Les deux documents apportent des repères lorsque l'on n'est plus en mesure de décider ou de parler soi-même.



Nicole Weis-Liefgen

Les personnes veulent se prémunir

Nicole Weis-Liefgen, directrice d'Omega 90 a.s.b.l., un point de contact central pour la Palliative Care au Luxembourg, rapporte que de nombreuses personnes contactent l'organisation ou s'y rendent personnellement afin de poser des questions sur la directive anticipée. « Les personnes ne veulent pas de mesures inutiles de prolongation de la vie, mais la certitude que leur souhait d'une mort sans douleur sera respecté », explique-t-elle. Il est certes positif que beaucoup se penchent déjà sur ces documents alors qu'elles sont en bonne santé, mais il est en même temps difficile de s'imaginer tous les scénarios possibles.

Des souhaits clairs facilitent les décisions difficiles





Haus Omega

Le souhait de renoncer à des « mesures inutiles de prolongation de la vie » peut sembler imprécis au premier abord. Pourtant, selon Madame Weis-Liefgen, cette formulation est bien compréhensible pour les médecins dans la pratique : ils peuvent en général évaluer à quel moment il n'existe plus d'espoir d'amélioration. Une telle directive anticipée épargne donc souvent au personnel médical des décisions difficiles. La désignation d'une personne de confiance constitue en outre une sécurité supplémentaire.

La personne de confiance doit être choisie consciemment

« Beaucoup pensent que le partenaire assume automatiquement ce rôle », explique Nicole Weis-Liefgen, « mais ce n'est pas le cas ». Le choix doit être fait consciemment. Une certaine distance émotionnelle peut parfois être utile, car cette responsabilité peut être très lourde à porter pour les proches. Il est également important de savoir que la directive peut être modifiée à tout moment, tout comme la personne de confiance désignée. De plus, elle s'applique exclusivement aux situations de fin de vie, et non, par exemple, en cas d'accident, ce que beaucoup de gens ignorent.

Soulager les symptômes, accompagner la personne

Pour Madame Weis-Liefgen, la mission de la *Palliative Care* est clairement définie : « Clore la vie ensemble, faire le point sereinement et ne pas être seulement un patient, mais redevenir la personne que l'on a été toute sa vie : cela n'est possible qu'en l'absence de fortes douleurs ou de détresse respiratoire. » Le soulagement des symptômes est donc au centre de l'accompagnement. Au-delà de cela, la *Palliative Care* accompagne aussi bien les personnes concernées que leur entourage, pendant la fin de vie et au-delà. « Les personnes ont moins peur de la mort que de la souffrance », dit-elle.

Haus Omega accompagne les personnes dans leur dernière phase de vie

Ce que règle la directive anticipée

Elle consigne les mesures médicales que l'on souhaite ou refuse en fin de vie, par exemple :

- la ventilation artificielle
- la dialyse
- les mesures de maintien en vie

Important : elle s'applique uniquement aux situations de fin de vie, et pas automatiquement après un accident. Des modifications sont possibles à tout moment.



« Clore la vie ensemble, faire le point sereinement et ne pas être seulement un patient. »

Avec *Haus Omega*, à Luxembourg-Hamm, l'organisation a créé un lieu où les personnes dans leur dernière phase de vie trouvent sécurité affective et prise en charge globale. « La plupart des personnes meurent à l'hôpital. Pourtant, le personnel y présente encore souvent un besoin de rattrapage dans le domaine de la *Palliative Care* », explique Nicole Weis-Liefgen. Comme de nombreuses personnes en fin de vie ne peuvent plus rester à domicile, mais ne souhaitent pas non plus mourir à l'hôpital, *Haus Omega* comble cette lacune avec ses 15 chambres individuelles. Les proches peuvent y faire leurs adieux et sont eux aussi accompagnés et soutenus dans leur processus de deuil.

À *Haus Omega*, l'accompagnement palliatif jusqu'à la fin de vie est clairement au centre de la prise en charge. « Notre objectif est de soulager la souffrance et de préserver la qualité de vie. En même temps, nous respectons l'autodétermination des personnes, sans promouvoir activement l'euthanasie », souligne Madame Weis-Liefgen.

De nombreuses personnes craignent davantage la souffrance que la mort



Les documents peuvent être modifiés à tout moment

Qui peut demander une euthanasie ?

L'association *Mai Wëllen, Mai Wee*, qui s'engage pour une fin de vie digne et conseille notamment dans le domaine de l'euthanasie et du suicide assisté, se positionne de manière similaire. Sa directrice, Amélie Josselin, observe elle aussi des réticences et des lacunes dans les connaissances de la population. Au Luxembourg, les personnes majeures ont droit à l'euthanasie sous certaines conditions : elles doivent être atteintes d'une maladie grave et incurable, associée à des souffrances insupportables. La demande d'euthanasie doit être exprimée de manière volontaire, consciente et par écrit.

Plus peur de souffrir que de mourir

Les soins palliatifs sont bien plus qu'un traitement de la douleur. Ils accompagnent les personnes dans leur dernière phase de vie et soutiennent aussi les proches, pendant la fin de vie et dans le deuil. De nombreuses personnes craignent moins la mort elle-même que des douleurs, de la perte de contrôle et d'une souffrance inutile.



Amélie Josselin

Dans le cas où une personne n'aurait plus la capacité de décider, des dispositions de fin de vie peuvent être établies à l'avance. Celles-ci précisent dans quelles conditions l'euthanasie est souhaitée. Toutefois, si la personne concernée est lucide, sa décision actuelle prévaut toujours sur les dispositions prises antérieurement. Les documents correspondants ne sont valables que s'ils ont été déposés auprès de la *Commission nationale de contrôle et d'évaluation* (CNCE). Tous les cinq ans, une demande concernant d'éventuelles modifications est envoyée automatiquement, des adaptations restant possibles à tout moment.

L'euthanasie suppose une volonté libre et consciente

Madame Josselin constate que de nombreuses personnes rencontrent des difficultés à aborder le sujet avec leur médecin. « Il existe une gêne, parce qu'on ne sait pas quelle est la position du professionnel de santé sur la question. » Les médecins peuvent refuser l'euthanasie pour des raisons personnelles, qu'il s'agisse de réserves éthiques, religieuses ou professionnelles. « Cela arrive », explique Amélie Josselin, « aussi parce que beaucoup ne sont pas formés en conséquence et ne se sentent pas sûrs d'eux pour administrer un médicament létal. »

Tous les médecins ne pratiquent pas l'euthanasie

Globalement, tant la disposition que les connaissances augmentent toutefois. L'association propose donc également des formations continues et des possibilités d'échange pour le personnel médical.

Les jeunes en bonne santé devraient eux aussi y réfléchir tôt

Pour les patients, il est important de clarifier tôt si leur médecin traitant est, en principe, disposé à pratiquer une euthanasie. « En règle générale, les médecins sont reconnaissants lorsque les patients abordent eux-mêmes le sujet, au lieu d'y être confrontés seulement dans une situation d'urgence », explique Madame Josselin.

Les conditions d'accès à l'euthanasie

Au Luxembourg, l'euthanasie est possible pour les personnes majeures lorsque plusieurs conditions sont remplies :

- une maladie incurable ou une situation médicale sans issue ;
- une souffrance grave et durable ;
- une demande formulée de manière libre, consciente et par écrit.

Ce n'est qu'alors qu'une demande peut être introduite.



L'équipe de l'association 'M'ai Wëllen, M'ai Wee'



Sa propre volonté doit être consignée tôt, car l'autodétermination commence avant que la situation ne devienne urgente

Les jeunes, en particulier, se sentent souvent peu concernés. Pourtant, il est utile d'y réfléchir tôt, par exemple aux décisions relatives à la fin de vie, comme le choix de la personne de confiance. Celle-ci peut, en cas de perte de conscience, représenter le souhait d'euthanasie.

Contrairement à une opinion répandue, l'euthanasie n'est pas liée à un stade final de la maladie. « Certaines personnes pourraient théoriquement encore vivre plusieurs années, mais décident de ne pas le faire parce que leur souffrance est insupportable et qu'il n'existe aucune perspective d'amélioration », explique Amélie Josselin. Les personnes atteintes d'un début de démence peuvent elles aussi demander une euthanasie, mais uniquement tant qu'elles ont encore la capacité de décider. « Il est toutefois particulièrement difficile de faire ses adieux lorsque l'on sait qu'il reste encore du temps. »

Madame Josselin salue le fait que le Luxembourg ait adopté tôt une réglementation légale en comparaison européenne, mais estime que des améliorations restent nécessaires. « Il manque des lieux adaptés pour la réalisation de l'euthanasie. Parfois, ni l'hôpital ni le domicile ne sont idéaux : il faut ici de nouvelles solutions. » Se pose également la question de savoir si, comme en Belgique par exemple, les mineurs devraient eux aussi avoir accès à l'euthanasie sous certaines conditions.

« Depuis 2009, beaucoup de choses ont évolué, mais la mort reste un sujet tabou », explique Amélie Josselin. « Pourtant, réfléchir à sa propre fin de vie n'est ni fataliste ni pessimiste : c'est une expression de responsabilité et d'autodétermination. »

La personne de confiance

Lorsqu'une personne n'a plus la capacité de décider elle-même, elle peut se faire représenter. À retenir :

- Le choix n'est pas automatique.
- Le partenaire ou la famille ne sont pas automatiquement compétents.
- La personne doit être choisie consciemment.

Cette indication peut, elle aussi, être modifiée à tout moment.

L'euthanasie ne concerne pas uniquement la dernière phase de vie

Documents importants pour préparer sa fin de vie



Scannez-moi

Relais pour la Vie 2026

Une mobilisation toujours aussi forte



« Le Relais pour la Vie est un symbole puissant. Un symbole d'espoir, de solidarité et de continuité. Car face au cancer, le parcours ne s'arrête pas au diagnostic, ni à la fin d'un traitement. Il s'inscrit dans la durée, avec des besoins multiples, humains, concrets, essentiels. »

Ces mots, prononcés par Dr Carole Bauer, présidente de la Fondation Cancer, lors de la cérémonie d'ouverture, reflètent pleinement l'esprit de l'édition 2026 du *Relais pour la Vie*, qui a une nouvelle fois rassemblé une mobilisation exceptionnelle.

Les 21 et 22 mars, plus de 15 000 participants se sont réunis pour témoigner leur solidarité envers les patients atteints de cancer et leurs proches, dans une atmosphère à la fois émouvante et pleine d'espoir.

Pendant 24 heures, les équipes se sont relayées, en présentiel et à distance,

formant une chaîne humaine continue. Aux côtés de la cérémonie d'ouverture, un autre moment particulièrement marquant a été la cérémonie des bougies, au cours de laquelle des milliers de bougies ont formé le mot *TOGETHER*, rendant hommage aux personnes touchées par le cancer.

Merci à nos partenaires



Partenaires Média



Partenaires institutionnels



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé
et de la Sécurité sociale





548 équipes
 15 868 participants
 384 *Survivors & Caregivers*
 309 bénévoles
1 254 463 € récoltés

Les Trophées de l'Espoir 2026

Chaque année, la Fondation Cancer récompense les équipes ayant récolté le montant le plus élevé dans leur catégorie, à travers les *Trophées de l'Espoir*.



Associations et clubs
Maison Relais – Mondercange



Écoles
Atert-Lycée Réiden



Petites entreprises
Team Candy Constructions Center



Moyennes entreprises
A&O Shearman – Always Together



Grandes entreprises
BNP Paribas



Institutions
European Investment Fund



Professions de santé
Hôpitaux Robert Schuman



Sympathisants
Team Sandy

Ensembles, toutes les équipes ont récolté le montant de 757 977 €.

Les 2^e et 3^e places par catégorie

Associations et clubs

- 2 Cool Runnings Luxembourg : 6 248 €
- 3 Carpe Diem : 5 050 €

Écoles

- 2 Lycée Guillaume Kroll : 24 562 €
- 3 Syrdallschoulen : 7 060 €

Petites entreprises

- 2 Restaurant An der Flesch : 4 825 €
- 3 CGPM – Votre mutuelle pour la vie : 2 985 €

Moyennes entreprises

- 2 Swissquote : 10 000 €
- 3 BNY – Heart : 4 500 €

Grandes entreprises

- 2 La Provençale : 35 530 €
- 3 Deloitte Foundation : 34 005 €

Institutions

- 2 Team Italia : 11 705 €
- 3 Cour de Justice : 11 600 €

Professions de santé

- 2 #TeamPäiperléck : 5 079 €
- 3 Servior : 4 595 €

Sympathisants

- 2 Team Empatia : 13 623 €
- 3 Best team <3 : 4 525 €

Cancer et travail : l'importance du dialogue



Claude, directeur de la *Post* et père de deux enfants, se souvient du choc ressenti à l'annonce de son cancer. Comme pour beaucoup, ce moment a été marqué par la peur et l'incertitude, mais aussi par cette question : comment en parler, et à qui ? Dans sa situation, il ne pouvait pas disparaître du jour au lendemain. Il a donc choisi la transparence.

Après avoir informé sa famille, il s'est adressé à ses collaborateurs via un message vidéo pour expliquer son absence. Un moment difficile, mais qu'il ne regrette pas. Cette démarche lui a per-

mis de garder le contrôle et d'éviter les malentendus. Aujourd'hui, il encourage chacun à ne pas rester seul face à la maladie et à en parler avec des personnes de confiance.

Claude insiste aussi sur l'importance d'inclure le monde professionnel dans cette communication. Informer son employeur favorise la compréhension et facilite le retour au travail. Il souligne qu'il est important que l'employeur laisse le temps et la flexibilité nécessaires à son employé pour reprendre, dans un climat de respect et de confiance.



„De Retour op d'Arbecht ass fir jiddereen anescht, mee fir keen einfach. Ëmsou méi wichteg ass, datt och den Employeur engem d'Méiglechkeet gëtt richteg domat ëmzegoen, an engem déi néideg Zäit a Flexibilitéit léisst, fir erëm unzufänke mat schaffen.“

Claude Strasser, Directeur général de la *Post*

**Découvrez
le témoignage
de Claude**



Scannez-moi

Stomatherapie: Leben mit einem künstlichen Ausgang



Infolge einer schweren Erkrankung wie Darmkrebs oder Tumoren in den Harnwegen kann es notwendig werden, einen künstlichen Ausgang – ein sogenanntes Stoma – anzulegen. Dies ist erforderlich, wenn die natürlichen Wege für Stuhl und Urin nicht mehr funktionieren oder nach einer Operation geschont werden müssen. Es gibt drei Arten von Stomata: eines für die Harnableitung, eines für den Dünndarm und eines für den Dickdarm.

Für Betroffene ist die Aussicht auf ein Leben mit Stoma oft mit Angst und Schamgefühlen verbunden. Speziell ausgebildete Stomatherapeut*innen helfen ihnen dabei, sich an das neue Leben zu gewöhnen, und unterstützen sie in diesem Prozess. Claudine Kroeber

arbeitet als Stomatherapeutin für die *Robert-Schuman-Kliniken*. Die Stomatherapie sei sehr individuell auf die Anliegen, Sorgen und Bedürfnisse der Patient*innen ausgerichtet, lasse sich aber generell in drei Phasen einteilen, so die Stomatherapeutin.

„Im Idealfall gibt es bereits im Vorfeld der Operation Gespräche, in denen ich versuche, den Betroffenen ein Stück weit die Angst zu nehmen und sie mental auf die nächsten Schritte vorzubereiten. Außerdem entscheide ich gemeinsam mit den Patient*innen, wo genau das Stoma angebracht werden soll, damit es zum Beispiel nicht in einer Hautfalte liegt oder an einer Stelle, an der die Kleidung enger anliegt.“



Individuelle Hilfe für Betroffene

Ein Stoma wird meist nach schweren Erkrankungen wie Darmkrebs oder Tumoren der Harnwege angelegt, wenn Stuhl oder Urin nicht mehr natürlich ausgeschieden werden können.

Stomatherapeut*innen begleiten Betroffene vor und nach der Operation und helfen ihnen, Ängste abzubauen und den Alltag mit dem künstlichen Ausgang zu meistern.

**Mit guter
Begleitung wird
der Alltag mit
Stoma leichter**



Claudine Kroeber

Großes gesellschaftliches Tabuthema

Nach der Operation geht es vor allem darum, den Patient*innen beizubringen, wie die Beutel gewechselt und das Stoma gereinigt werden, damit sie sich zu Hause selbstständig um ihre Hygiene kümmern können, erklärt Claudine Kroeber.

„Das Reinigen an sich ist sehr unkompliziert und wenig zeitaufwendig. Für viele besteht jedoch eine andere Hemmschwelle: das Stoma zu akzeptieren“, sagt die Therapeutin. „Bei einigen geht das sehr schnell, andere hadern lange und können sich nur langsam an die neue Realität gewöhnen.“

Claudine Kroeber weiß jedoch auch: Unfälle sind nicht immer vermeidbar

– und auch das muss offen angesprochen werden. „Ausscheidungen sind leider immer noch ein großes gesellschaftliches Tabuthema, weshalb das Thema stark schambesetzt ist.“

Es ist wichtig, dass Patient*innen ihre Ängste klar äußern, damit gemeinsam mit dem oder der Stomatherapeut*in Lösungen gefunden werden können. „Ich berate meine Patient*innen in allen Lebensbereichen – sei es Ernährung, Partnerschaft, Arbeit oder Sport. Das Körperbild leidet oft stark, aber es gibt zum Beispiel spezielle Kleidung, die das Stoma verdeckt“, erklärt Frau Kroeber und beschreibt damit die dritte Phase der Stomatherapie: die langfristige Begleitung und Anpassung im Alltag.

Nicht immer endgültig

Ein Stoma kann für die Psyche sehr belastend sein – gerade weil es oft nur ein Teil einer größeren Erkrankung ist. Allerdings ist nicht jedes Stoma dauerhaft notwendig: Häufig kann ein Darmstoma nach einer gewissen Zeit wieder zurückverlegt werden.

„Das macht es natürlich leichter, das Stoma zu akzeptieren“, sagt Claudine Kroeber. „Die heutigen Systeme sind oft dezent und neutralisieren Gerüche – das hilft vielen Betroffenen enorm, ihren neuen Alltag anzunehmen.“

Offene Gespräche helfen gegen Scham und Ängste

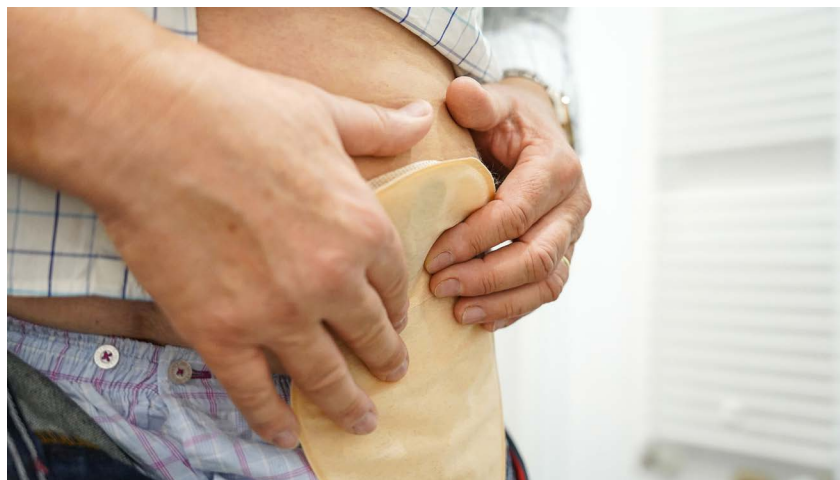
Interessiert an einer Selbsthilfegruppe zum Thema Stoma?

Die Fondation Cancer möchte eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit Stoma ins Leben rufen. Ein solches Angebot gibt Betroffenen die Möglichkeit, sich in einem geschützten Rahmen auszutauschen, Erfahrungen zu teilen und gegenseitige Unterstützung zu finden.

Wenn Sie Interesse an einer solchen Gruppe haben oder mehr Informationen erhalten möchten, kontaktieren Sie uns gerne unter:

E fondation@cancer.lu

T 45 30 331



Manche Stomata sind nur vorübergehend nötig



„Ich bereue die Entscheidung nicht“

Yves Condé erhielt 2024 die Diagnose Rektumkarzinom. Seit seiner Operation lebt er mit einem künstlichen Darmausgang und teilt heute seine Erfahrungen.

Seit rund anderthalb Jahren lebt Yves Condé mit einem künstlichen Darmausgang, nachdem bei ihm 2024 ein Rektumkarzinom diagnostiziert wurde. Anfangs sträubte er sich gegen die Operation – zu groß war die Angst vor dem Leben mit Stoma. „Ich konnte mir das gar nicht vorstellen. Für mich war klar, dass danach alles anders sein würde.“

Schließlich entschied er sich doch für den Eingriff. Es folgte eine schwierige Zeit mit Komplikationen: „Meine Erfahrung ist nicht typisch. Ich hatte viel Pech, mehrere Hernien und andere Probleme.“ Dazu kamen mehrere persönliche Schicksalsschläge. Trotz allem bereut er seine Entscheidung nicht: „Ich würde sie heute wieder genauso treffen.“

„Der Alltag ist ein anderer“

Der erste selbstständige Wechsel des Beutels war für ihn ein Schock. „Rein mechanisch ist es einfach – psychisch ist es die größere Herausforderung.“ Mit therapeutischer Unterstützung hat er gelernt, besser damit umzugehen. „Der Alltag ist heute ein anderer. Es bleibt ein Fremdkörper, aber ich komme deutlich besser zurecht.“

Dennoch gibt es Einschränkungen: Eine neue Partnerschaft kann er sich derzeit noch nicht vorstellen, auch seinen früheren Beruf als Eventplaner übt er nicht mehr aus.

Herausforderungen bleiben einige. „Es ist mir mehrmals passiert, dass der Beutel in der Öffentlichkeit undicht wurde – das ist sehr unangenehm. Aber man muss lernen, damit umzugehen.“ Gleichzeitig betont Yves Condé die Unterstützung, die er erfährt: „Ich habe viel Hilfe von Therapeut*innen und Ärzt*innen bekommen, und meine Kinder geben mir Kraft. Das hilft, diese neue Realität zu akzeptieren.“



„Rein mechanisch ist es einfach – psychisch ist es die größere Herausforderung. (...) Der Alltag ist heute ein anderer. Es bleibt ein Fremdkörper, aber ich komme deutlich besser zurecht.“

Die Menschlichkeit, die den Unterschied ausmacht



Das Team des Centre Hospitalier Emile Mayrisch (CHEM) und die Ehrenamtlichen der Fondation Cancer



„Mit den Patientinnen und Patienten erleben wir gemeinsam bewegende, herzliche Momente“



Im Centre Hospitalier Emile Mayrisch (CHEM) ist die ehrenamtliche Patientenbetreuung der Fondation Cancer fester Bestandteil des Alltags von Krebsbetroffenen, sowohl in der ambulanten Chemotherapie als auch während eines Krankenhausaufenthalts. Durch ihre diskrete und aufmerksame Präsenz bieten die Ehrenamtlichen eine wertvolle menschliche Begleitung, ergänzend zur Arbeit der Behandlungsteams.

Eine menschliche Rolle

Die Ehrenamtlichen sind speziell in aktivem Zuhören, Kommunikation und den Abläufen im Krankenhaus geschult und handeln stets mit der gebotenen professionellen Distanz. Ihre Aufgabe ist

weder medizinisch noch therapeutisch, sondern zutiefst menschlich: da zu sein, ohne zu urteilen, im Rhythmus jeder einzelnen Patientin und jedes einzelnen Patienten.

„Ob es darum geht, einen Moment des Trostes zu schenken, aufmerksam zuzuhören oder Menschen während ihres Krankenhausaufenthalts einfach Gesellschaft zu leisten: die Präsenz der Ehrenamtlichen macht einen echten Unterschied. Indem sie dem Krankenhausalltag eine menschliche Dimension hinzufügen, unterstützen sie die Patientinnen und Patienten und ergänzen die Arbeit der Behandlungsteams“.

Rita Rosa Duarte und Sumala Tshiamalenge Longo, Verantwortliche der Dienste für Chemotherapie und Onkologie am CHEM.

„Mit den Patientinnen und Patienten erleben wir gemeinsam bewegende, herzliche Momente, manchmal mit ein paar Tränen, aber oft auch mit Lachen. Und dann sagen sie uns Danke. Dabei schenken wir ihnen nur ein wenig von unserer Zeit, während sie uns eine echte Lektion fürs Leben erteilen, indem sie uns ihren Mut und die Kraft spüren lassen, die sie im Kampf gegen diese schreckliche Krankheit aufbringen. Ich bewundere sie sehr und finde, dass wir es sind, die ihnen DANKE sagen sollten“.

Carla Schneider, seit 2018 ehrenamtliche Patientenbetreuerin am CHEM.

Cancer et alcool : un lien sous-estimé

La consommation d'alcool est profondément ancrée dans notre culture. Pourtant, l'alcool est un facteur de risque majeur pour plusieurs types de cancers, mais ce lien reste encore largement sous-estimé. En Europe, où les niveaux de consommation sont les plus élevés, de nombreux cancers pourraient être évités. C'est pourquoi la Fondation Cancer renforce ses actions d'information et de sensibilisation.

Classé cancérigène pour l'homme par l'Agence internationale de recherche sur le cancer (IARC) depuis 1988, l'alcool est aujourd'hui reconnu comme un facteur de risque de plusieurs cancers. C'est en réalité l'alcool pur, appelé éthanol, présent dans toutes les boissons alcoolisées – vin, bière ou spiritueux – qui est responsable de cet effet. Peu importe le type de boisson, c'est la quantité d'éthanol consommée qui influence le risque. Une fois dans l'organisme, l'éthanol est transformé en acétaldéhyde, une substance toxique qui peut endommager l'ADN des cellules et favoriser le développement de cancers.

Même une consommation très faible d'alcool nuit à la santé

Selon les données scientifiques, la consommation d'alcool est associée à au moins sept types de cancers : la bouche, le pharynx, le larynx, l'œsophage, le foie, le côlon et le rectum, ainsi que le sein.

À l'échelle mondiale, l'alcool est responsable de plus de 700 000 cas de cancer chaque année, soit près de 4 % de l'ensemble des cancers.

Face à ces données, les recommandations ont évolué ces dernières années : l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) souligne qu'il n'existe pas de niveau de consommation sans risque pour la santé, et que le risque de cancer commence dès le premier verre.

Relais pour la Vie sans alcool

La Fondation Cancer a pris la décision d'organiser la 21^e édition du *Relais pour la Vie* pour la première fois entièrement sans alcool. Les visiteurs ont pu découvrir de nombreuses alternatives sans alcool, notamment à travers des ateliers leur permettant de créer leur propre cocktail sans alcool (mocktail) ou un thé glacé maison.

En parallèle, une série d'ateliers interactifs ont permis de mieux comprendre le lien entre alcool et cancer et de faire des choix éclairés parmi des alternatives.



Lire page 10

Le verre standard

1 verre = 1 unité = 10 grammes d'alcool



1 demi bière
à 5° (25cl)



1 coupe de
champagne
à 12° (10cl)



1 verre de vin
à 12° (10cl)



1 verre
de cocktail
à 20° (7cl)



1 verre
de whisky
à 40° (3cl)



1 shooter
de vodka
à 40° (3cl)



Act & Prevent : Des bornes interactives

À l'occasion du *Relais pour la Vie*, la Fondation Cancer a également présenté un tout nouveau projet : des bornes tactiles interactives pour sensibiliser de manière ludique et accessible au lien entre alcool et cancer. À travers des quiz, des mises en situation et des informations claires, les utilisateurs ont pu tester leurs connaissances, mieux comprendre les impacts de l'alcool et réfléchir à leurs habitudes.

Les entreprises, institutions et associations peuvent désormais louer ces bornes pour sensibiliser leurs collaborateurs de manière innovante. Elles proposent une expérience ludique, interactive et basée sur des faits scientifiques pour mieux comprendre comment l'alcool influence le risque de cancer. Faciles à installer, elles permettent de sensibiliser efficacement les équipes. Le contenu des ateliers est disponible en français, en allemand et en anglais.

Sensibiliser autrement au lien entre alcool et cancer, de manière ludique et interactive



Installez nos bornes tactiles et sensibilisez vos collaborateurs

Adapté aux entreprises, institutions et associations

Location gratuite

Durée minimale :
1 semaine

Transport et installation pris en charge

Disponible en 3 langues :
FR, EN, DE

Intéressé par les bornes interactives ?



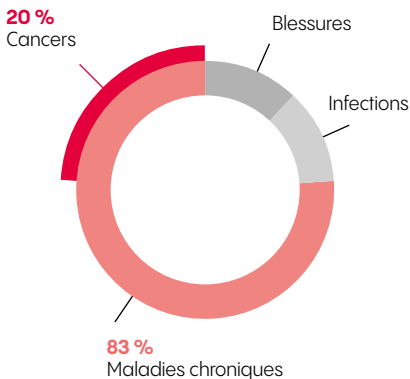
Scannez-moi

Le cadre de vie, un levier majeur pour la prévention des cancers

Le récent rapport de l'*Observatoire national de la santé* se concentre sur les maladies chroniques et leur prévention primaire à l'échelle de la population.

Au Luxembourg, les maladies chroniques, telles que le cancer, les maladies cardiovasculaires et le diabète, représentent 83 % du fardeau des maladies. Ce terme désigne l'impact global des maladies sur la population. Concrètement, il correspond aux années de vie en bonne santé perdues en raison d'une altération de la santé et aux décès prématurés liés à des maladies non-transmissibles de longue durée.

Estimation de la part (%) du fardeau des maladies chroniques, dont le cancer, au Luxembourg



L'importance de la prévention à large échelle au Luxembourg

Dans les années à venir, la croissance et le vieillissement de la population pourraient augmenter la prévalence des maladies chroniques et leurs conséquences au Luxembourg. Cette perspective renforce l'importance des actions de prévention à large échelle.

Les comportements sains ne dépendent pas seulement de choix individuels : ils sont influencés par nos environnements sociaux, économiques, culturels et politiques. La prévention primaire à l'échelle de la population agit sur ces facteurs pour faciliter des modes de vie sains en s'appuyant sur des instruments budgétaires, réglementaires et de communication.

Le rapport de l'*ObSanté* met en lumière les quatre principaux comportements de santé responsables du fardeau des maladies chroniques au Luxembourg : le tabagisme, la mauvaise alimentation, la consommation élevée d'alcool et, enfin, le manque d'activité physique et la sédentarité.

Prévention primaire

La prévention primaire des maladies chroniques vise à éviter leur apparition en réduisant les facteurs de risque.

L'*Organisation Mondiale de la Santé* (OMS) a identifié un ensemble de politiques publiques de prévention primaire, efficaces et rentables : les *Best buys*. Ces politiques instaurent des cadres de vie favorables à la santé, p. ex. en limitant l'accès aux produits nocifs ou en facilitant des modes de vie sains.

Le cancer représente à lui seul 20 % du fardeau des maladies chroniques au Luxembourg



Conférence de présentation du rapport *Gesond Gesellschaft duerch Präventioun*, 28 janvier 2026

Alimentation et activité physique : Au Luxembourg, des mesures réglementaires efficaces, comme celles sur l'amélioration de la composition des produits alimentaires ou celles encadrant le marketing des produits malsains, sont faibles. La gratuité des transports publics et la mobilité active pourraient être davantage encouragées par une communication axée sur leurs bénéfices pour la santé.

La mise en œuvre de politiques publiques qui créent des cadres de vie sains implique un échange étroit entre tous les secteurs concernés, nécessite des investissements coordonnés mobilisant divers ministères, ainsi qu'un leadership fort.

Les Best Buys de l'OMS : un potentiel pour réduire davantage les maladies chroniques au Luxembourg

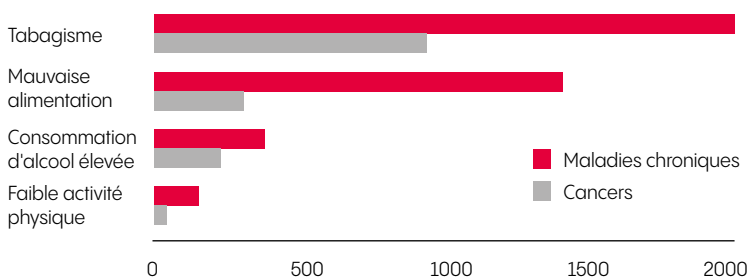
Tabagisme : Augmenter les prix du tabac est l'une des interventions les plus efficaces. Au Luxembourg, le tabac est très abordable. Selon des estimations nationales, une hausse substantielle pourrait réduire, en cinq ans, la préva-

lence des maladies cardiovasculaires jusqu'à 16 % et celle des maladies respiratoires chroniques jusqu'à 19 %. La prévalence du cancer pourrait également diminuer de 5 % chez les personnes de 50 ans et plus au terme de 15 ans.

Consommation d'alcool : Les mesures les plus efficaces sont la taxation, l'interdiction de la publicité et les restrictions de disponibilité. Au Luxembourg, les boissons alcoolisées sont plus abordables qu'en 2000, la population est largement exposée à leur publicité, et les produits sont très accessibles.



Au Luxembourg, le tabagisme est le principal responsable du fardeau des cancers



Fardeau des maladies chroniques (mesuré en années de vie perdues en bonne santé pour 100 000 habitants)

Découvrir le rapport **Gesond Gesellschaft duerch Präventioun**



Scannez-moi

OÙ TROUVER DES STATIONS DE CRÈME SOLAIRE GRATUITE

cet été?



cancer.lu



**Fondation
Cancer**

Info · Aide · Recherche

**Mette
à jour vos
coordonnées**



Scannez-moi

Pour modifier votre adresse
ou vos informations de contact,
complétez notre formulaire
en ligne.

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