



L'essentiel sur le **cancer** :
prévention, avancées médicales
et accompagnement



Sommaire

Le cancer

Décryptage P. 4

Prévenir et dépister le cancer

Prévenir le cancer P. 8

Dépister le cancer P.10

Soigner le cancer

De l'annonce à la prise en charge P.16

La prise en charge du patient P.19

Les traitements P.20

La qualité de vie du patient P.22

Le rôle des proches P.24

Le financement du parcours de soins P.25

L'après cancer et le retour à la vie professionnelle

Le suivi médical P.27

Le retour à l'emploi P.28

Allianz à vos côtés

Les services inclus dans les offres Allianz P.32

Les engagements d'Allianz et de ses partenaires P.36



Vous apporter un éclairage

D'après le ministère des Solidarités et de la Santé, aujourd'hui plus d'une personne sur deux guérit après un diagnostic de cancer. Parmi les raisons qui expliquent ces avancées, il existe une meilleure prévention de ces maladies, une accélération des progrès thérapeutiques et un meilleur accompagnement du patient.

Pour soutenir ces espoirs et votre santé, Allianz s'engage en faveur de la recherche médicale au travers de la Fondation Allianz Institut de France ou d'actions de mécénat en soutenant des associations qui luttent contre le cancer, comme l'Institut Curie ou la Ligue contre le cancer. Allianz se mobilise aux côtés des associations partenaires engagées auprès des malades et leurs proches comme l'ADPS, l'ANCRE et l'UNIM.

Conscient que la santé est un sujet de préoccupation majeur des Français, Allianz a conçu pour vous ce guide sur le cancer, maladie avec laquelle vivent 3,8 millions de personnes en France aujourd'hui.

Quelles sont les habitudes de vie qui favorisent le risque de cancer ? Quels sont les gestes et réflexes à connaître pour le dépister ? Quelles sont les grandes avancées de la recherche pour soigner cette maladie ? À qui et à quoi tient la qualité de vie du patient ? En quoi le rôle des proches est clé ? La vie après le cancer ressemble-t-elle à la vie d'avant ? Quels services Allianz met à disposition de ses clients dans ces situations ?

Ce guide répond à vos questions.



Le cancer, c'est quoi ?

« Ce qui m'a rendue le plus malade, c'est ce mot : cancer. »

Alice Detollenaere⁽¹⁾ dans son livre
Guérie par ton amour, Éditions Leduc.

Avant de faire mal, le cancer fait souvent peur. Alors, qu'est-ce qu'un cancer ? Quelles sont les spécificités de cette maladie ? Quels sont les types de cancer les plus fréquemment observés en France ? Dans un premier temps, voici un décryptage de cette maladie et des derniers chiffres clés qui la caractérisent.

La carte d'identité du cancer

Qu'est-ce qu'un cancer ?

Il s'agit d'une maladie provoquée par la transformation de cellules qui deviennent anormales et prolifèrent de façon excessive. Ces cellules dérégées finissent par former une masse qu'on appelle tumeur maligne. Les cellules cancéreuses ont tendance à envahir les tissus voisins et à se détacher de la tumeur. Elles migrent alors par les vaisseaux sanguins et les vaisseaux lymphatiques pour aller former une autre tumeur (métastase).

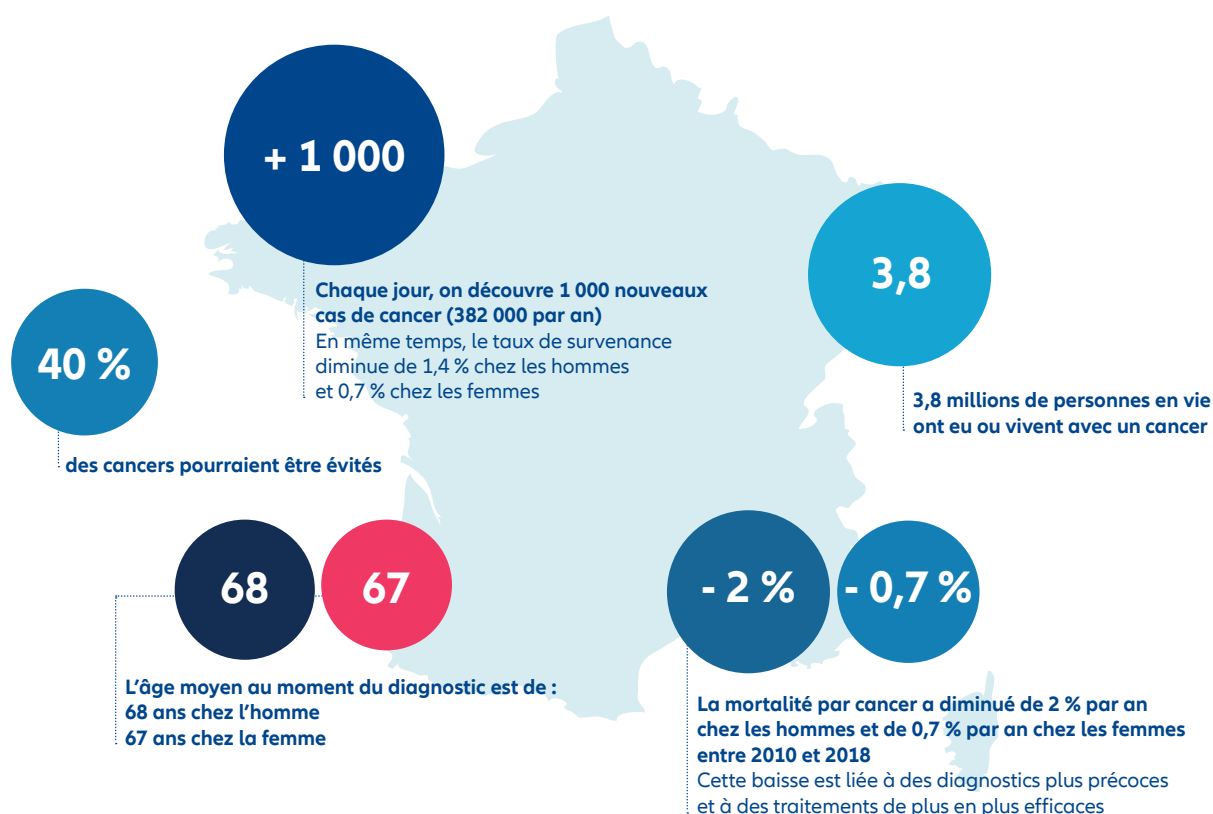
(Source : Institut National du Cancer)

Qu'est-ce qui détermine l'évolution d'un cancer ?

Les facteurs d'évolution, d'agressivité et de vitesse de propagation de la maladie dépendent du type de cancer, de sa localisation, s'il est métastatique ou localisé, des facteurs de comorbidité et de dénutrition du patient.

(1) Alice Detollenaere est mannequin et ex-miss Bourgogne. Elle a été touchée par un cancer du sein et est aujourd'hui en rémission. Elle témoigne de son combat contre la maladie dans la webconférence sur le cancer, conçue par Allianz, dont ce guide est le complément. Alice est aussi la compagne de Camille Lacourt, quintuple champion du monde et d'Europe de natation, qui l'a accompagnée tout au long de cette épreuve. Tous les deux partagent ce combat dans le livre "Guérie par ton amour", paru aux Éditions Leduc.

Le cancer en France en quelques chiffres



Les principaux cancers

Les cancers diagnostiqués en 2018 :

Concernaient **54 %** des hommes

Concernaient **46 %** des femmes

Il existe 4 principaux types de cancer fréquemment observés (nombre de nouveaux cas en 2018) :

Les cancers les plus fréquents chez l'homme

De la prostate	50 000 nouveaux cas
Du poumon	31 000
Colorectal	23 000

Les cancers les plus fréquents chez la femme

Du sein	58 000 nouveaux cas
Colorectal	20 000
Du poumon	15 000

À eux seuls, ces 4 cancers représentent la moitié des cas de cancers.

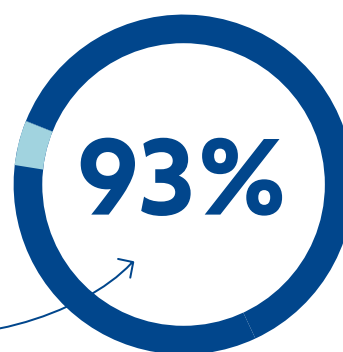
(Source : Institut National du Cancer (INCa) - Panorama des cancers en France édition 2021 - Données 2018 à l'exception du cancer de la prostate pour lequel les données datent de 2015)



Un chiffre plein d'espoir

Grâce à la recherche, la survie des personnes atteintes d'un cancer s'est améliorée malgré l'augmentation du nombre de cas diagnostiqués. À titre d'exemple, le taux de survie du cancer de la prostate a augmenté de 21 % entre 2009 et 2015 et se porte à 93 %.

(Source : INCa)



Si le taux de survie augmente pour la plupart des cancers et notamment les plus fréquemment observés, quels sont les cancers de bon pronostic et quels sont ceux qui demeurent de mauvais pronostic ?

Cette classification est à apprécier en fonction de différents facteurs dont le stade, avancé ou non, auquel le diagnostic est effectué. En effet, au-delà du type de cancer, plus il est découvert tôt, plus le taux de guérison sera élevé. Pour favoriser cette détection précoce, il est important de réaliser des dépistages et un suivi médical réguliers.

Les cancers de bon pronostic

Ce sont les cancers :

- de la prostate (avec un taux de survie de 93 %),
- du mélanome cutané (avec un taux de survie de 91 %),
- du sein (avec un taux de survie de 88 %),
- du col de l'utérus et colorectal (avec un taux de survie de 63 %).

(Source : INCa 2021 - liste non exhaustive)

Malgré l'augmentation de leur taux de survie, certains cancers ont une évolution potentiellement rapide et agressive

Parmi les plus fréquents, il y a le cancer du système nerveux central, du poumon, du foie, de l'œsophage, de l'ovaire, de l'estomac, du pancréas et les leucémies aiguës myéloïdes.

(Source : Fondation ARC pour la recherche sur le cancer - Août 2021 - liste non exhaustive)



Les messages clés à retenir

- Les 4 cancers les plus fréquents en France sont le cancer du sein, le cancer de la prostate, le cancer du poumon et le cancer colorectal.
- Le taux de mortalité est en baisse grâce aux diagnostics plus précoces et aux avancées thérapeutiques.



Prévenir et dépister le cancer

Si le dépistage est essentiel pour permettre un diagnostic plus précoce, les mesures de prévention le sont tout autant. Alors certains facteurs de risque sont-ils aujourd'hui prouvés ? Quelles sont les habitudes de vie à adopter pour les éviter ?

Prévenir le cancer

Quels sont les facteurs de risque ?

- Les cancers sont des maladies multifactorielles.
- Il peut y avoir des facteurs biologiques, des facteurs individuels et des facteurs environnementaux.
- Ces facteurs sont à distinguer selon qu'ils soient prouvés, possibles mais non prouvés, ou non prouvés.

Les facteurs de risque "prouvés"

Le tabac

C'est le premier facteur de risque du cancer et même le premier facteur de mortalité dans le monde avec plus de 8 millions de morts par an.

La consommation excessive d'alcool

En 2020, plus de 740 000 nouveaux cas de cancer ont été associés à la consommation d'alcool.

Les mauvaises habitudes alimentaires

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), il y a jusqu'à 30 % des cas de cancer qui sont liés à de mauvaises habitudes alimentaires.

Le surpoids

3 % des cancers masculins et 6 % des cancers féminins sont liés à une surcharge pondérale.

Une exposition répétée au soleil sans protection

Responsable de 3 % des cancers.

Les antécédents familiaux

5 à 10 % des cancers diagnostiqués résultent d'une prédisposition héréditaire.

Certains produits industriels

Exposition professionnelle à des toxiques, des pesticides, de l'amiante...

L'âge

Le vieillissement entraîne une perte de la capacité de réparation des cellules et un risque accru d'anomalies.

40%

des cancers pourraient être évités grâce à l'adoption de certaines habitudes de vie.

Les habitudes de vie à adopter en prévention

Cesser de fumer

Sous quelque forme que ce soit, quel que soit son âge, et même en ayant fumé pendant longtemps, il n'est jamais trop tard.

Limiter la consommation d'alcool

Recommandation : pas plus de 10 verres par semaine, pas plus de 2 verres par jour et minimum 2 jours sans alcool par semaine.

Privilégier une alimentation saine

Limiter la consommation de viande rouge ou transformée, de graisses, de sucre et de sel. Consommer à chaque repas des fruits et légumes, favoriser de préférence des produits frais et de saison. Consommer des fibres et des céréales complètes.

Maintenir un poids de forme

Et pratiquer une activité physique régulière (30 minutes d'activité physique au moins 5 jours par semaine).

Toujours utiliser une protection solaire

Il est important de se protéger des rayons ultraviolets émis par le soleil avec de la crème solaire ayant un indice de protection élevé et penser à en mettre régulièrement.

Réaliser une surveillance régulière avec son médecin

Et effectuer sans tarder les dépistages prévus selon votre situation.

Vaccin contre le papillomavirus

Recommandé à partir de 11 ans pour les filles et les garçons, il permet de prévenir les infections par les papillomavirus les plus fréquents, responsables de 70 à 90 % des cancers du col de l'utérus.



Existe-t-il des aliments anti-cancer ?

Il n'y a pas d'aliments spécifiques qui éviteraient cette maladie. Néanmoins, de nombreuses études ont mis en évidence l'influence des facteurs nutritionnels dans le risque de développer un cancer, même s'il reste des incertitudes sur le rôle de chacun d'entre eux. Ainsi, une alimentation équilibrée et variée privilégiant les aliments d'origine végétale riche en fibres (fruits, légumes, légumes secs et céréales complètes) peut réduire le risque de développer un cancer. A contrario, une alimentation déséquilibrée serait à l'origine de 19 000 nouveaux cas de cancers par an en France.

(Source : INCa 2021)

Comme le précise l'INCa, même un mode de vie conforme aux recommandations ne constitue pas « une assurance tous risques » contre le cancer car il n'est pas possible de maîtriser tous les facteurs qui peuvent jouer un rôle dans l'apparition de cette maladie. Il est difficile d'agir sur les causes de certains cancers comme l'hérédité ou l'âge. C'est pour cette raison notamment que le dépistage précoce, par exemple dans le cas du cancer du sein, demeure le moyen d'agir le plus efficace.

Dépister le cancer

L'importance vitale du dépistage

Pour beaucoup de cancers, plus le diagnostic est fait tôt, moins les traitements sont lourds et meilleures sont les chances de guérison.

L'intérêt du diagnostic est de mieux soigner mais aussi de limiter les séquelles liées à certains traitements. Le dépistage est un moyen d'agir pour permettre un diagnostic précoce grâce à la réalisation d'un examen de détection ou de surveillance alors qu'on se sent en bonne santé.

(Source : INCa 2021)

Qu'est-ce qu'un dépistage ?

Un dépistage consiste en un examen permettant de détecter de manière précoce, ou non, la présence dans le corps de cellules cancéreuses alors même que la maladie ne produit pas encore de symptômes.

Deux modes de dépistage existent :

- le dépistage organisé
- le dépistage individuel

Le dépistage organisé

Il s'agit d'une mesure de santé publique organisée par les autorités de santé réalisée sur des populations bien définies et régulièrement évaluée. Il est gratuit.

Aujourd'hui en France, il existe 3 programmes de dépistage organisé :

Cancer du sein

Qui ? Les femmes âgées entre 50 et 75 ans.

Quand ? Tous les 2 ans.

Comment ? Examen par mammographie, pouvant être complété - si nécessaire - par une échographie ou une tomosynthèse digitale (aussi appelée mammographie 3D).

Cancer du col de l'utérus

Qui ? Les femmes âgées entre 25 et 65 ans.

Quand ? Tous les 3 ans.

Comment ? Examen par frottis, réalisé par un gynécologue, puis analyse des cellules du col de l'utérus et recherche de papillomavirus humain (HPV) effectués par un laboratoire d'analyses médicales.

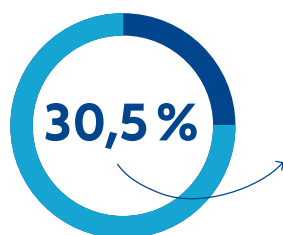
NB : le dépistage du cancer du col de l'utérus reste indispensable même après vaccination contre l'HPV.

Cancer du colon/rectum

Qui ? Les hommes et les femmes âgés(es) entre 50 et 75 ans.

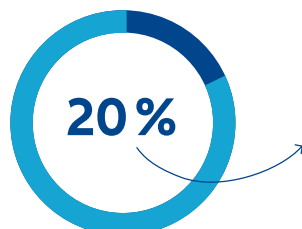
Quand ? Tous les 2 ans.

Comment ? Examen par test de dépistage à faire chez soi.



Deux chiffres clés sur le dépistage

Aujourd'hui, la participation aux programmes de dépistage est encore trop faible. D'après l'INCa, sur 20 millions de personnes éligibles au programme de dépistage du cancer colorectal, la participation est de 30,5 %.



La mortalité par cancer du sein a diminué de 1,6 % par an entre 2010 et 2018. Environ 20 % de cette réduction de mortalité est due au programme de dépistage organisé.



Le dépistage individuel

Il est effectué à l'initiative du médecin et/ou de l'individu concerné. Il est adapté à chaque individu et orienté en fonction des antécédents et des facteurs de risque spécifiques qui le concernent.

À tout âge, il est important de rester vigilant face aux signes inhabituels qui pourraient apparaître et nécessiter au cas par cas un dépistage personnalisé.

Parmi les symptômes qui peuvent alerter et inciter à consulter un professionnel de santé :

- douleurs inexpliquées ou ne passant pas,
- problèmes respiratoires ou de la bouche : essoufflement, ulcération de la bouche qui ne guérit pas, toux persistante,
- problèmes digestifs ou urinaires : selles plus fréquentes, ballonnements persistants, problèmes digestifs ou brûlures d'estomac persistants, problème urinaire,
- saignements : saignements vaginaux inexpliqués, sang dans les selles, sang dans les urines, tousser ou cracher du sang,
- changements ou manifestations physiques : perte de poids inexpliquée, nouveau grain de beauté ou modification d'un grain de beauté, apparition d'une grosseur ou d'un gonflement, voix rauque ou enrouée, difficultés à avaler, importantes sueurs nocturnes, changement inhabituel d'un sein.

(Source : INCa 2021)

Cancer des poumons

Qui ? Les hommes et les femmes âgés(es) entre 50 et 75 ans.

Quand ? Tous les 2 ans.

Comment ? Il n'existe pas de dépistage organisé, mais un examen par scanner à faible dose peut être pratiqué si antécédents personnels (fumeurs...) ou familiaux il y a.

Cancer de la bouche

Qui ? Les hommes et les femmes âgés(es) entre 18 et 75 ans.

Quand ? Tous les 2 ans.

Pourquoi ? Une vigilance est conseillée pour les fumeurs et les consommateurs réguliers d'alcool. En effet, la consommation d'alcool, de tabac, de cannabis et autres substances favorise l'apparition des cancers de la bouche.

Comment ? Il convient d'inspecter régulièrement l'intérieur de sa bouche afin de détecter la présence d'un signe inhabituel : saignements, ganglions dans le cou, lésions, enduit blanchâtre ou rougeâtre dans la bouche. La plupart des cancers de la langue, de la bouche, de la mâchoire et de la gorge sont détectables par les chirurgiens-dentistes lors d'une simple consultation.

Cancer de la prostate

Qui ? Les hommes âgés entre 50 et 75 ans.

Pourquoi ? Moins systématique qu'il y a quelques années, il est important de s'informer sur l'ensemble des avantages et effets des examens de dépistage pour prendre une décision éclairée sur le choix d'un dépistage à partir de 50 ans.

Comment ? Examen par toucher rectal et/ou par dosage de PSA (antigène prostatique spécifique) via une prise de sang pour détecter ou non la protéine produite par la prostate et présente en petite quantité dans le sang. Selon les résultats de ces examens, une biopsie peut être préconisée.

Cancer colorectal (côlon & rectum)

Qui ? Les hommes et les femmes entre 25 et 49 ans selon les antécédents familiaux.

Quand ? Le rythme de l'examen est déterminé par votre médecin et/ou votre gastro-entérologue en fonction de vos antécédents et des résultats de la coloscopie.

Comment ? S'il s'agit d'un dépistage dû à des antécédents familiaux ou individuels : un dépistage par coloscopie ou autres est pratiqué.

Cancer de la peau

Qui ? Les hommes et les femmes âgés(es) entre 18 et 75 ans.

Quand ? Tous les ans et tous les 3 mois.

Pourquoi ? Les cancers de la peau ne peuvent pas être « dépistés » au sens strict, puisqu'on ne peut pas les identifier avant l'apparition de symptômes, mais ils peuvent être détectés au plus tôt.

Comment ? Examen de la peau par un dermatologue une fois par an et autosurveillance de votre peau tous les trois mois (votre dermatologue peut vous apprendre à faire).

Cancer du sein

Qui ? Les femmes et les hommes à partir de 25 ans.

Option 1

Quand ? Tous les ans.

Comment ? Faire pratiquer une palpation avec un médecin généraliste, un gynécologue ou une sage-femme.

Option 2

Quand ? Tous les mois.

Comment ? L'autopalpation est un examen simple qui consiste à examiner soi-même ses seins après la période des menstruations, afin de s'assurer de l'absence d'anomalies (gynécologue, sage-femme ou médecin généraliste peut vous l'apprendre). En cas de doute ou de ressenti anormal, consulter son gynécologue ou médecin. L'autodiagnostic est complémentaire, et il ne se substitue pas à une visite médicale.

Prévention du cancer du col de l'utérus et des autres cancers liés au papillomavirus

Qui ? Les filles et les garçons âgés de 11 à 14 ans.

Quand ? 2 doses de vaccin jusqu'à 14 ans ou 3 doses entre 15 ans et 19 ans.

Comment ? À titre de prévention, la vaccination à 2 doses est recommandée pour les jeunes filles et les jeunes garçons âgés de 11 à 14 ans pour prévenir des infections au papillomavirus humain (HPV). Un rattrapage vaccinal à 3 doses est aussi recommandé pour les jeunes femmes et les jeunes hommes âgés entre 15 et 19 ans révolus qui n'ont pas reçu préalablement le vaccin.



Bon à savoir

En plus du programme de dépistage organisé du cancer du sein auquel chaque femme est éligible dès 50 ans, l'INCa précise qu'un examen clinique des seins (palpation) par un gynécologue, un médecin généraliste ou une sage-femme est recommandé tous les ans dès l'âge de 25 ans quel que soit le niveau de risque de la personne.

(Source : INCa 2021)



« J’ai passé le bras gauche derrière ma tête et, du bout des doigts de la main droite, je joue distraitemment avec le galbe de mon sein. Soudain, je crois déceler une petite boule et suspends mon geste. »

Alice Detollenaere⁽¹⁾ dans son livre Guérie par ton amour, Éditions Leduc.

L'autopalpation des seins

Comme pour Alice Detollenaere, l'autopalpation des seins peut aussi aider à un dépistage précoce. Voici quelques indications pour réaliser une autopalpation régulièrement dès l'âge de 20 ans (extraits du livre d'Alice Detollenaere dans son livre « Guérie par ton amour », Éditions Leduc).

NB : l'autopalpation ne remplace pas les mesures de dépistages indispensables comme la palpation par un professionnel de santé. En cas d'anomalie à la palpation, il est très important d'aller consulter un médecin traitant ou un gynécologue.



Quand ?

Il est préférable de réaliser l'examen quelques jours après les règles car les seins sont moins sensibles et plus souples. En l'absence de règles, cela peut avoir lieu tous les mois à date fixe.



Comment ?

Face à un miroir, examinez soigneusement l'aspect de vos seins dans chacune des positions suivantes :

- les bras levés,
- allongée sur le côté,
- les bras le long du corps,
- les mains sur les hanches,
- penchée en avant.

Essayez de noter :

- tout changement de taille,
- de forme,
- les rougeurs,
- les altérations du mamelon ou de la peau,
- les renflements
- les écoulements du mamelon, avec ou sans pincement.



Quoi ?

Les signes qui peuvent alerter et inciter à consulter son médecin traitant ou gynécologue :

- augmentation du volume des ganglions lymphatiques⁽²⁾,
- changement récent dans la taille ou la forme du sein,
- creux (rétractation de la peau) ou voussure (bombement),
- écoulement du mamelon unilatéral spontané,
- eczéma persistant ou ulcération du mamelon,
- épaissement ou durcissement de la peau,
- masse palpable au sein,
- rétractation récente du mamelon (retourné à l'intérieur),
- rougeur récente de la peau ou nouvelles veines plus visibles.



Les gestes

Il faut être sûre d'examiner la totalité des deux seins, ainsi que le creux de l'aisselle, de chaque côté. Utiliser la pulpe des doigts et des niveaux de pression différents pour effectuer l'autopalpation de manière verticale, radiale et circulaire.

En complément de ce qui précède, il existe des ateliers pour l'apprentissage de l'autopalpation proposés par des professionnels de santé en présentiel et en ligne.

(2) Définition donnée par l'INCa : petit renflement le long des vaisseaux lymphatiques. Souvent disposés en chaîne ou en amas, les ganglions sont soit superficiels (dans le cou, l'aisselle, l'aîne), soit profonds (dans l'abdomen, le thorax). Ils assurent un rôle essentiel dans la protection du corps contre les infections ou les cellules cancéreuses. Les ganglions peuvent être atteints par des cellules cancéreuses. Lorsqu'ils augmentent de volume, on parle d'adénopathie. Mais cela n'est pas systématiquement synonyme de cancer.

Focus recherche médicale

Les dernières années ont été marquées par des avancées de la recherche en matière de dépistage du cancer telles que :

- Depuis 2020, l'usage progressif de la tomosynthèse, qui est une mammographie en 3 dimensions, pour augmenter la performance du dépistage du **cancer du sein** : une innovation technologique en matière d'imagerie de lecture de la mammographie. Elle améliore la détection de certaines lésions qui, jusqu'à aujourd'hui, étaient difficiles à déceler.
- Une meilleure connaissance des gènes, des mutations génétiques comme le gène BRCA qui prédispose de manière héréditaire au **cancer du sein et de l'ovaire**. Cela permet une prise en charge prophylactique⁽³⁾ en fonction des prédispositions au cancer de l'individu.
- Depuis 2021, la possibilité de commander en ligne un kit de dépistage du **cancer colorectal**. Cela permet une plus forte participation au dépistage du cancer colorectal.
- Depuis 2018, l'évolution du programme de dépistage du **cancer du col de l'utérus** avec :
 - une meilleure efficacité grâce à un test HPV (infection à papillomavirus humain) pratiqué tous les 5 ans pour les femmes âgées de 30 à 65 ans car plus efficace pour ces tranches d'âge que l'examen cytologique (frottis cervico-utérin),
 - une meilleure participation grâce à l'auto-prélèvement vaginal (APV) qui facilitera le dépistage des femmes qui ne participent pas, ou de manière irrégulière, au programme.

(Source : INCa 2021)



Bon à savoir

Pour toute information sur la prévention, le dépistage, les traitements ou tout autre sujet lié au cancer et à sa prise en charge, dans ou hors des grandes agglomérations françaises, n'hésitez pas à vous rapprocher :

- des soignants de proximité,
- de la Ligue contre le cancer qui dispose de plus de 300 espaces, soins de support et comités départementaux en France :

[la-ligue-pres-de-chez-vous](https://la-ligue-pres-de-chez-vous.fr)

Tél : 0800 940 939

- de l'Institut national du cancer (l'INCa) qui propose une carte interactive de l'offre de soins en cancérologie partout en France :

e-cancer.fr/Professionnels-de-sante

Tél : 01 41 10 50 00



Les messages clés à retenir

- Le cancer est une maladie multifactorielle et il est possible d'agir en évitant certains facteurs de risque individuels à titre préventif.
- Le dépistage a une importance vitale car plus un cancer est détecté de façon précoce, moins les traitements et séquelles seront lourds et meilleures seront les chances de guérison.
- 3 programmes de dépistage organisé existent en France.
- En complément des consultations recommandées par les autorités de santé selon l'âge, l'autopalpation des seins, pratiquée régulièrement et conformément aux recommandations médicales, est un moyen de favoriser le dépistage précoce du cancer du sein.
- En cas de signe ou symptômes inhabituels, il ne faut pas hésiter à consulter son médecin traitant.

(3) Qui prévient la maladie.

Soigner le cancer

Comme pour la prévention et le dépistage, les fruits de la recherche médicale sont essentiels pour mieux soigner le cancer. Dans cette troisième partie du guide, nous allons examiner les éléments clés d'un parcours de soin, les principales avancées de la recherche en matière de traitements et tout ce qui favorise la qualité de vie du patient.

De l'annonce à la prise en charge

De plus en plus, la prise en charge d'un malade atteint du cancer tend à être globale. Cela signifie qu'elle combine l'innovation thérapeutique et la prise en compte des besoins physiques et psychologiques du patient pendant et après les traitements mais aussi dès l'annonce du diagnostic.

« Il m'a fallu des semaines pour avouer à ma famille ce qui était en train de m'arriver. Pour une raison toute simple : je devais commencer par me l'avouer à moi-même. Il est si difficile de poser des mots sur la réalité. »

Alice Detollenaere⁽¹⁾ dans son livre Guérie par ton amour, Éditions Leduc.



L'annonce du diagnostic

Peut-on se préparer à cette annonce de diagnostic ? Comment l'accepter ? Comment l'annoncer à ses proches ? Pour répondre à ces questions, nous avons rencontré Veena Louani, psychothérapeute et psychologue clinicienne spécialisée dans la prise en charge du psychotraumatisme.



Rencontre avec Veena Louani,

psychothérapeute et psychologue clinicienne spécialisée dans la prise en charge du psychotraumatisme.

L'annonce de la confirmation du diagnostic :
est-il préférable de se rendre seul(e) ou accompagné(e) à cette consultation ?

L'annonce d'un diagnostic grave est déstabilisante, l'information reçue a rapidement un impact sur les différentes sphères de la vie de l'individu : familiale, professionnelle, sociale, psychologique et aussi le rapport au corps dont on découvre qu'il porte une maladie parfois depuis longtemps sans qu'on s'en soit rendu compte. La personne malade peut être sous le choc, voire dans un état proche de celui de la sidération, et ne pas être en état d'accueillir les autres informations transmises par le corps médical. L'accompagnant, en plus d'apporter une présence soutenante essentielle à son proche, pourra lui rappeler des éléments de réalité concernant les informations exprimées par le médecin relatives au diagnostic, au pronostic, aux traitements qui auront un effet rassurant le moment venu.

Comment se déroule la consultation d'annonce du diagnostic ?

En France, il existe un protocole d'annonce structuré mis en place dans tous les établissements de santé impliqués dans la prise en charge des cancers. Ce protocole contient plusieurs recommandations et outils mis à disposition des soignants. Une consultation dédiée aux pistes thérapeutiques succédera à celle de l'annonce de la confirmation du diagnostic car, à cette étape sensible, le patient n'est parfois pas disponible psychologiquement pour accueillir autre chose que le diagnostic qui vient bouleverser ses repères. La situation peut aussi entrer en résonance avec l'expérience du cancer vécue par l'entourage et influencer sa façon de traiter l'information. Dans ce temps de l'annonce, une consultation avec le psychologue du service est immédiatement proposée. Elle va offrir au patient un espace pour verbaliser ce bouleversement physique et psychologique et la tempête émotionnelle qui l'accompagne.

Quel est le chemin de l'acceptation de la maladie par le patient ?

Les étapes vers l'acceptation de la maladie sont parfois comparées à celles d'une perte, notamment affective. Il y a d'abord le choc face à l'annonce qui induit un état second dans lequel l'individu ne fonctionne pas complètement normalement, il peut se sentir un peu en dehors de cette réalité à laquelle il est brutalement confronté. Le déni peut ensuite être observé à un moment où il est encore difficile de se représenter la réalité de la maladie. Lui succède une phase plus émotionnelle avec de la tristesse, de la peur, de la colère qui met progressivement en perspective un avant et un après. L'annonce du diagnostic rappelle à l'individu qu'il n'est pas immortel, elle le confronte brutalement à cette réalité de la mort alors que l'individu fonctionne quotidiennement sans y penser. L'étape de l'acceptation est relative à une réorganisation psychique, un changement qui va permettre de dépasser ce moment de l'annonce, d'éteindre cette alerte et la prise en charge psychologique favorise ce processus. Une des clés favorables à l'acceptation de la situation est de redonner du contrôle au malade sur ce qui lui arrive, en lui donnant une posture plus active face à la situation et l'impliquer dans le parcours de soins.

Annoncer son cancer à ses proches : est-ce important ? Et comment faire ?

La façon de l'annoncer à ses proches dépend beaucoup de facteurs individuels, comme la capacité à livrer ses inquiétudes, à exprimer ses émotions, son parcours de vie, sa personnalité et aussi ses représentations de la maladie. Partager cette annonce avec ses proches est précieux car cela permet au patient de disposer d'un soutien, d'un accompagnement pour traverser au mieux le parcours de soins. Par ailleurs, c'est important pour l'entourage de se sentir utile et de soutenir un être cher dans un moment difficile. Nous savons aujourd'hui que plus le malade est entouré et plus il dispose d'un support soutenant, mieux il va pouvoir faire face. Ce soutien a une incidence positive sur sa capacité à lutter contre la maladie, l'état psychologique et l'état physique s'influencent en continu.





La prise en charge du patient

Une fois le diagnostic de cancer annoncé, comment s'organise la prise en charge du patient ?

Il y a d'abord le programme personnalisé de soins (PPS), un document écrit remis au patient au début de sa prise en charge. Il détaille de façon personnalisée le(s) traitement(s) prévu(s).

La prise en charge du dispositif d'annonce s'articule autour de quatre temps :



Médical

l'annonce du diagnostic susvisée et la proposition de la stratégie thérapeutique.

Soignant

l'écoute du malade, reformulation de ce qui a été dit pendant la consultation médicale, information sur le déroulement des soins et orientation vers d'autres professionnels.

Accès aux soins de support

(que nous verrons plus loin dans le guide de façon plus détaillée) prise en charge symptomatique et repérage des besoins spécifiques du patient notamment en terme psycho-social.

Articulation avec la médecine de ville

le médecin traitant doit être informé en temps réel, en particulier dès le premier temps de la prise en charge hospitalière, il reste un interlocuteur privilégié du patient et doit être associé au parcours de soins.

Conformément au programme personnalisé de soins et à la volonté du patient, la stratégie thérapeutique peut ensuite commencer.

(Source : livre officiel du Collège National des Enseignants en Cancérologie - Cancérologie 3^e édition actualisée MED-LINE Éditions)

Les traitements

Parmi les traitements utilisés à ce jour pour traiter le cancer, il existe :

La chirurgie

Opération d'un patient sous anesthésie locale ou générale. En cancérologie, la chirurgie a différents objectifs. Une intervention chirurgicale peut viser à établir un diagnostic en prélevant un fragment d'une anomalie sur un tissu ou un organe afin de l'analyser. La chirurgie est un des traitements envisagés pour traiter un cancer : l'objectif est alors d'enlever la totalité des cellules cancéreuses visibles ou, si ce n'est pas possible, seulement une partie pour réduire la taille de la tumeur ; c'est alors un traitement local qui peut être précédé ou suivi d'un autre traitement : chimiothérapie, radiothérapie, hormonothérapie, immunothérapie... Enfin, la chirurgie peut avoir pour but de réparer un organe (sein, mâchoire...) lésé par un traitement du cancer.

La chimiothérapie

Traitement d'un cancer par des substances chimiques qui tuent ou affaiblissent les cellules cancéreuses. Une chimiothérapie est un traitement général qui vise à détruire les cellules cancéreuses ou à les empêcher de se multiplier dans l'ensemble du corps. Il existe de nombreux médicaments de chimiothérapie, souvent associés entre eux pour augmenter l'efficacité du traitement. Ils peuvent être administrés par perfusion, piqûre ou sous forme de comprimés.

La radiothérapie

Traitement du cancer par des rayons qui détruisent les cellules cancéreuses ou stoppent leur développement. Contrairement à la chimiothérapie qui agit sur les cellules cancéreuses dans l'ensemble du corps, la radiothérapie est un traitement local, comme la chirurgie.

L'immunothérapie

L'immunothérapie est un traitement qui vise, pour les molécules utilisées dans le mélanome, à stimuler les défenses immunitaires de l'organisme contre les cellules cancéreuses.

L'hormonothérapie

Certaines tumeurs du sein ont pour caractéristique d'être hormonosensibles, ce qui signifie que les hormones féminines (œstrogènes, progestérone), naturellement produites par l'organisme, stimulent leur croissance. L'hormonothérapie est un traitement qui consiste à empêcher l'action stimulante des hormones féminines sur les cellules cancéreuses.

Les thérapies ciblées

Il s'agit d'un ensemble de traitements qui s'intègrent dans une stratégie thérapeutique de précision. Ces traitements bloquent spécifiquement un processus tumoral ou au contraire, activent un mécanisme participant au contrôle de la tumeur (Dr Bachelot, ARC).

(Définitions : source INCa)



Focus recherche médicale

Ces dernières années, la recherche médicale a permis de nombreux progrès pour obtenir des traitements moins invasifs avec des solutions plus ciblées, plus efficaces, moins lourdes et moins douloureuses, avec moins d'effets secondaires à court et moyen terme.

Un Professeur de médecine et oncologue, souligne notamment les avancées suivantes :

- L'innovation se situe d'abord sur l'imagerie très perfectionnée utilisée par les professionnels de santé : à titre d'exemple, le PETscan, l'examen d'imagerie médicale de référence en cancérologie. Cette méthode permet de mesurer l'activité des cellules d'un organe ou d'une tumeur.
- Aujourd'hui, il existe une meilleure connaissance possible des gènes impliqués dans la caractérisation, la progression et l'agressivité du cancer pour un individu et permet des traitements personnalisés.
- Une autre innovation réside dans la désescalade thérapeutique : à chaque fois que cela est possible, la chimiothérapie est évitée, les doses de radiothérapie sont réduites et les chirurgies moins invasives. Grâce à la personnalisation des traitements, certaines armes thérapeutiques peuvent être évitées et donc aussi les possibles séquelles pour l'après-cancer. Les espoirs d'aller encore plus loin à l'avenir sur la personnalisation des traitements sont importants, de nombreux essais cliniques sont en cours.

(Source : Institut Curie)

- Les innovations thérapeutiques portent sur toutes les armes pour traiter le cancer : chirurgie, radiothérapie, chimiothérapie, immunothérapie, hormonothérapie, thérapie ciblée. Il existe une stratégie globale de soin pour combiner, de façon personnalisée, toutes ces armes de façon à optimiser les chances de guérison du patient.

(Source : INCa 2021)

Ce Professeur souligne aussi **les avancées médicales attendues dans les prochaines années** et parmi elles :

- Il y a beaucoup d'attente sur l'immunothérapie notamment dans le domaine des hémopathies (lymphomes, leucémie) - les CAR T CELLS sont en développement et c'est un type d'immunothérapie. Il s'agit de cellules immunitaires prélevées chez le patient qui vont être ensuite génétiquement modifiées de façon à être en mesure d'identifier et d'attaquer la tumeur une fois réinjectées dans son corps.
- L'amélioration de la vectorisation des traitements de chimiothérapie pour améliorer encore le ciblage de la tumeur. Les chimiothérapies vectorisées permettent de concentrer de manière intelligente les principes actifs du traitement dans la tumeur sans affecter les tissus sains environnants.
- L'innovation pour traiter les tumeurs cérébrales : beaucoup d'essais thérapeutiques sont en cours.
- Les biopsies liquides : elles permettent de rechercher l'ADN tumoral qui circule dans le sang. L'Institut Gustave Roussy indique que la biopsie liquide permet d'analyser plus facilement les cellules tumorales et d'y détecter d'éventuelles mutations génétiques pour mieux adapter le traitement du patient.



Bon à savoir

Le traitement du cancer ne s'arrête pas aux soins thérapeutiques de la maladie seule. Le soutien de la qualité de vie du patient fait partie intégrante de son parcours de soins.

La qualité de vie du patient

En complément des soins thérapeutiques dont les effets peuvent être intenses et affecter le patient à la fois physiquement et psychologiquement, le recours aux soins de support et l'accompagnement de ses proches sont primordiaux et ce, dès l'annonce du diagnostic.

Les soins de support

Ils désignent l'ensemble des soins et soutiens qui peuvent être proposés à une personne atteinte d'un cancer, en association avec les traitements antitumoraux comme la chimiothérapie, la radiothérapie ou la chirurgie. Ils font partie intégrante du parcours de soins du patient et ne sont ni secondaires, ni optionnels.

L'objectif essentiel des soins de support

Dès le diagnostic et tout au long de la prise en charge et la période de rétablissement après cancer, l'objectif est d'assurer la meilleure qualité de vie possible au patient sur les plans physique, psychologique et social. Les soins de support prennent en compte la diversité des besoins exprimés par le malade, et ceux de son entourage, en particulier dans les domaines suivants : la nutrition, les symptômes dont la douleur, la gestion du stress, les aides sociales, le soutien psychologique, la promotion de l'activité physique adaptée et de l'hygiène alimentaire. Les soins de support peuvent aussi inclure des soins esthétiques comme le maquillage ou même de l'art thérapie.

Plus globalement, ils concernent tous les soins qui permettent :

- de gérer les conséquences de la maladie et des traitements tels que la gestion des effets indésirables comme la fatigue,
- de rompre l'isolement,
- de prendre soin de soi,
- de reprendre confiance en soi.

(Sources : Institut Curie et INCa)

Les soins de support sont disponibles notamment dans les structures hospitalières publiques.





Focus sur l'activité physique adaptée

Depuis un décret du 30 décembre 2016, il est possible de prescrire au patient la pratique d'une activité physique adaptée à sa pathologie. La prescription personnalisée doit préciser le degré d'intensité de l'activité physique, sa nature, la durée des séances et leur fréquence au niveau hebdomadaire. D'après le docteur Carole Bouleuc, médecin oncologue et chef de département de soins de support à l'Institut Curie, les bénéfices de cette pratique sportive pour la qualité de vie du patient sont très nombreux :

- d'abord sur la fatigue puisqu'il s'agit du seul traitement démontré permettant de diminuer la sensation de fatigue du malade,
- elle permet de mieux supporter les traitements en diminuant la sarcopénie dont la survenue favorise les effets secondaires,
- elle participe à l'amélioration de l'humeur, de la qualité du sommeil et de la diminution du syndrome dépressif,
- elle participe aussi à l'amélioration de l'image corporelle. Se sentir bien dans son corps permet d'être plus en confiance, tellement importante pour supporter un parcours oncologique,
- d'après des études épidémiologiques, l'activité physique adaptée réduit aussi le risque de rechute et donc augmente l'espérance de vie du patient.

Interview du docteur Carole Bouleuc à retrouver sur [Allianz.fr](https://www.allianz.fr)

Le bénéfice de soins de support renforcés figure parmi les objectifs de la stratégie décennale de lutte contre les cancers pour 2021-2030 du gouvernement. Dans cet engagement, il y a aussi celui d'offrir aux aidants, qui accompagnent leur proche malade, un soutien psychologique. Leur soutien joue un rôle clé dans ce combat contre la maladie.



Le rôle clé des proches

Quels sont les bons mots face à l'annonce du cancer d'un proche ? De quoi a-t-il besoin ? Pour y répondre, nous avons rencontré Veena Louani, psychothérapeute et psychologue clinicienne spécialisée dans la prise en charge du psychotraumatisme :

« Dans ce contexte, trouver les bons mots est toujours un exercice délicat. Une chose est sûre, à l'annonce du diagnostic, le malade a besoin de se sentir entouré inconditionnellement. Il n'est pas nécessaire de banaliser ce qui lui arrive ni d'être dans un excès de confiance. Le malade a besoin d'être écouté, de s'entendre confirmer ce qu'il ou elle ressent que ce soit de la colère ou de la peur par exemple et de savoir que son proche sera à ses côtés pour traverser cette épreuve difficile. Être présent au quotidien est ce qu'il y a de plus important ».

Aux différentes étapes de la maladie, l'entourage familial représente une ressource sur laquelle la personne malade peut compter. **L'écoute du proche est essentielle.** Le patient doit pouvoir parler et s'exprimer sur ses émotions. La parole peut aider ou faire accepter certaines situations difficiles (source : INCa).

Vivre auprès d'une personne malade, la soutenir et l'accompagner sur une longue période peut être très éprouvant tant au niveau physique que psychologique, comme l'exprime Camille Lacourt :

« Il n'est pas facile d'être l'accompagnant, il n'est pas possible de se plaindre... C'est normal, nous avons la santé, mais nous souffrons aussi, en silence et de façon invisible. »

Camille Lacourt dans la préface du livre Guérie par ton amour d'Alice Detollenaere, Éditions Leduc.

Les proches ont parfois besoin de répit comme le ressentait Alice Detollenaere :

« Camille est mon plus grand soutien, mon énergie solaire. Si j'use toutes ses batteries, on sera tous les deux dans le noir. »

Alice Detollenaere⁽¹⁾ dans son livre Guérie par ton amour, Éditions Leduc.

Les proches peuvent également bénéficier d'un soutien moral ou psychologique à tous les stades de la maladie. Un médecin peut prescrire des médicaments en cas de besoin (antidépresseurs ou autres). Un psychologue peut être à leur écoute.

(Source : INCa)

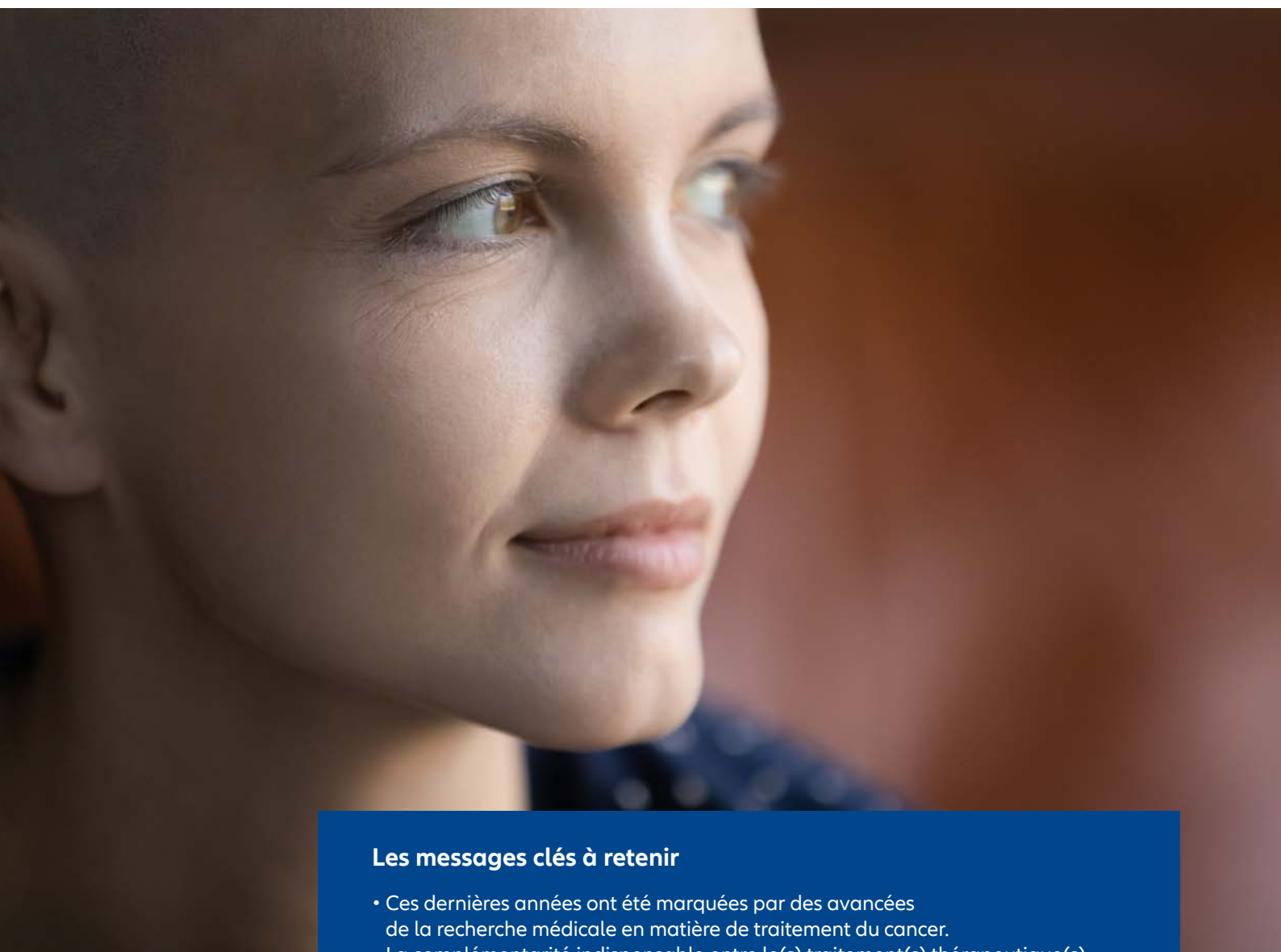
Différentes aides peuvent être proposées aux proches dans cette épreuve au sein des établissements de santé et en dehors des lieux de soins. Pour plus d'informations, ne pas hésiter à consulter notre annuaire [ici](#)

Le financement du parcours de soins

Le cancer est une maladie qui nécessite un suivi et des soins coûteux prolongés. À ce titre, il est considéré comme une affection de longue durée (ALD). Ainsi, les soins sont pris en charge à 100 % par l'Assurance maladie, sur la base du tarif de remboursement fixé par la Sécurité sociale.

Pour être reconnu en ALD, le médecin traitant doit remplir un formulaire appelé protocole de soins. Ce formulaire indique le diagnostic, les soins et les traitements envisagés. Il adresse ensuite ce document au médecin-conseil de la caisse d'assurance maladie pour accord.

(Source : INCa)



Les messages clés à retenir

- Ces dernières années ont été marquées par des avancées de la recherche médicale en matière de traitement du cancer.
- La complémentarité indispensable entre le(s) traitement(s) thérapeutique(s) et les soins de support pour soigner et soutenir le mieux possible la qualité de vie du patient.
- L'activité physique adaptée, prescrite par un professionnel de santé, démontre de nombreux bénéfices pour la qualité de vie du patient.
- Les soins de support et notamment le soutien psychologique peuvent aussi être proposés à l'entourage du patient.
- Le soutien de l'entourage est clé pour soutenir le mental du malade et la force qu'il déploie pour lutter contre la maladie.



L'après cancer et le retour à la vie professionnelle

L'épreuve du cancer et les traitements peuvent bouleverser toutes les sphères de la vie de l'individu : familiale, professionnelle, sociale, psychologique ou encore physique. L'après cancer implique donc souvent de prendre le temps de la reconstruction étape par étape.

« On n'est pas guérie du jour où l'on est soignée : il faut du temps pour admettre le mot cancer comme pour l'effacer. Du temps pour vivre le processus de transformation profonde auquel nous pousse la maladie. Du temps encore pour accepter cette reconfiguration de soi-même qu'on n'a pas choisi. »

Alice Detollenaere⁽¹⁾ dans son livre Guérie par ton amour, Éditions Leduc.

L'annonce d'une rémission

Cela ne signe pas l'arrêt de certains soins ni de la surveillance médicale. Le patient doit encore souvent « travailler » à sa santé pour que sa vie après le cancer et notamment sa reprise du travail, le cas échéant, se fasse et se pérennise dans les meilleures conditions.

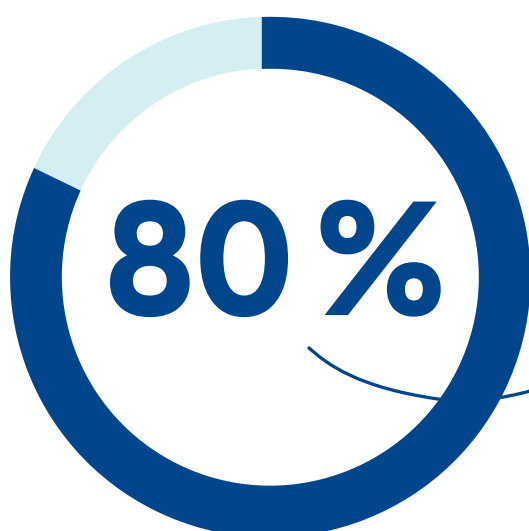
Le suivi médical

L'étape d'après cancer est formalisée par un document : le programme personnalisé de l'après cancer (PPAC). Il résume les éléments de la consultation de suivi en cancérologie. Ce document comprend a minima :

- une partie liée à la surveillance médicale,
- une partie liée à la qualité de vie et l'accès aux soins de support,
- une partie liée à l'accompagnement social.

Le PPAC évalue aussi d'autres problématiques comme les conséquences du cancer sur le maintien dans l'emploi.

(Source : livre officiel du Collège National des Enseignants en Cancérologie - Cancérologie 3^e édition actualisée - MED-LINE Éditions)



Le chiffre à retenir
des personnes en activité reprennent une activité professionnelle dans les deux ans après le diagnostic.

(Source : INCa Vican 2)

Le retour à l'emploi

Comment préparer son retour à l'emploi ? Travailler est-il compatible avec une convalescence post cancer ? Qu'est-ce qu'une reprise du travail satisfaisante pour le salarié et l'entreprise ?

Pour répondre à ces questions, nous avons rencontré **Nathalie Vallet-Renart, fondatrice de l'association Entreprise et cancer** dont la vocation est de favoriser le maintien et le retour au travail des personnes touchées par un cancer.



« Je voudrais dire ici que chaque situation est différente - tout parcours de santé est singulier. Il y a le cancer mais chacun(e) a son cancer et en fonction des traitements, de leurs durées, de leurs effets, le retour au travail ne sera pas le même pour tout le monde. »

Nathalie Vallet-Renart

Préparer son retour au travail : qu'est-ce que cela veut dire ?

Cela veut dire plusieurs choses :

- Maintenir le lien avec son entreprise pendant l'arrêt de travail et ne pas hésiter à échanger sur la date de retour au travail, la place que l'on retrouvera, le besoin de se former ou encore les changements et évolutions qu'a pu connaître l'entreprise pendant l'arrêt maladie.
- Environ un mois avant le retour, le salarié a la possibilité de demander une visite de pré-reprise avec le médecin du travail qui va pouvoir évaluer avec la personne ses capacités et difficultés potentielles au moment de la reprise. En fonction de cela, le médecin pourra recommander des adaptations nécessaires aux ressources humaines en vue du retour au travail du salarié (à titre d'exemples : temps partiel thérapeutique, ajustement du poste de travail) afin qu'il soit satisfaisant et pérenne.
- Avant son retour au travail, le salarié a aussi le droit de demander un bilan de compétences financé par les caisses régionales d'assurance maladie. Cela peut être un atout s'il se sent perdu ou en manque de confiance.
- Préparer la façon dont le salarié souhaite parler de son cancer avec son manager et ses collègues. Ils ne savent souvent pas comment se positionner, quoi dire ou faire. C'est donc à la personne qui revient de donner le ton et même de préparer des réponses aux questions parfois sensibles qui peuvent lui être posées.

Comment gérer l'appréhension à l'approche du retour au travail ?

Le maintien du lien avec l'entreprise et même un ou deux collègues aide beaucoup à diminuer l'appréhension puisque cela permet, comme nous le disions, d'anticiper le bouleversement de certains repères professionnels. Ce lien est fondamental pour la sérénité du retour.

Le jour J de la reprise n'est pas un jour comme les autres, il sera chargé émotionnellement et je crois qu'il est important de l'accepter.

Quels sont les facteurs d'un retour au travail satisfaisant pour le salarié et l'entreprise ?

Un retour au travail est satisfaisant et pérenne dans le temps quand les facteurs suivants sont réunis :

- La reprise a été anticipée.
- L'humain est au cœur du travail. Au-delà des cadres posés par les dispositifs disponibles, le lien interpersonnel est essentiel. Être à l'écoute, être bienveillant vis-à-vis du salarié qui revient est très important pour qu'il se sente accueilli. L'INCa met à disposition de tous un livret au sujet des mots et attitudes face à la maladie, un outil qui peut être très utile - à retrouver juste [ici](#). Le suivi du salarié par un manager de proximité est important.
- Le salarié a retrouvé une place qui lui convient et lui donne une utilité sociale même si ce n'est pas nécessairement sa place d'avant.
- Le salarié a continué à faire son travail de santé c'est-à-dire à prendre soin de lui dans la durée en se réservant des temps de repos, de sport ou temps dédié aux soins de support tout en étant suivi par un médecin du travail. Ce travail de santé est indispensable pour tenir au travail dans la durée. C'est une erreur de penser que le retour au travail signe la fin de la maladie, on est encore convalescent et les effets secondaires peuvent persister. Si tel est le cas, il ne faut pas hésiter à en parler à son médecin et éventuellement consulter un psychologue.
- L'entreprise a accepté les incertitudes liées à l'état de santé du salarié et à la durée de ces difficultés. D'après mon expérience, cette acceptation va dans le bon sens.

Les messages clés à retenir

- L'après cancer ne signe pas l'arrêt de la convalescence et de la surveillance médicale.
- Le retour à la vie professionnelle doit être anticipé et se faire progressivement pour être vécu dans les meilleures conditions possibles.
- Des dispositifs légaux existent pour accompagner le retour au travail comme la visite de pré-reprise avec la médecine du travail.
- Pour s'inscrire dans la durée de façon satisfaisante, la reprise du travail ne doit pas occulter la nécessité, le cas échéant, pour le salarié de « travailler à sa santé ».





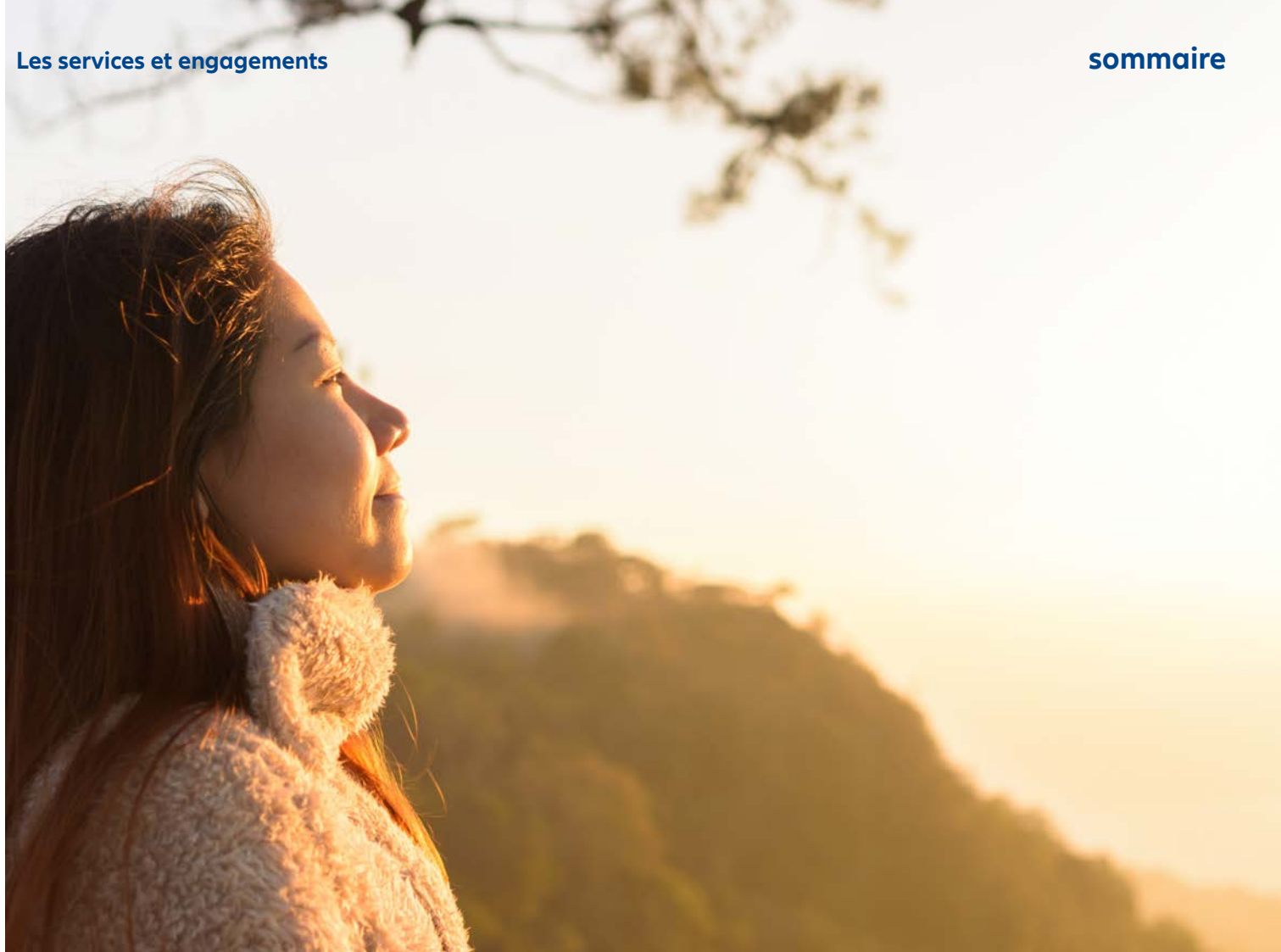
Vous accompagner est notre engagement

Depuis plus de 30 ans, la santé est au cœur des engagements d'Allianz. Cela se traduit notamment par le soutien de la recherche médicale pour favoriser le progrès de la science et d'associations qui luttent contre le cancer. Pour en savoir plus, consultez en annexe les principaux engagements d'Allianz.

Ce guide participe de la volonté d'Allianz d'être au plus près des besoins de toutes celles et tous ceux qui sont touchés de près ou de loin par cette maladie.

Parce que votre santé est notre priorité, nous espérons que vous avez trouvé dans ces pages, l'information et l'accompagnement qui correspondent à votre situation et à vos préoccupations.

En complément, vous pourrez retrouver en annexe tous les services rattachés à vos contrats d'assurance tout au long des étapes clés de votre parcours de soins.

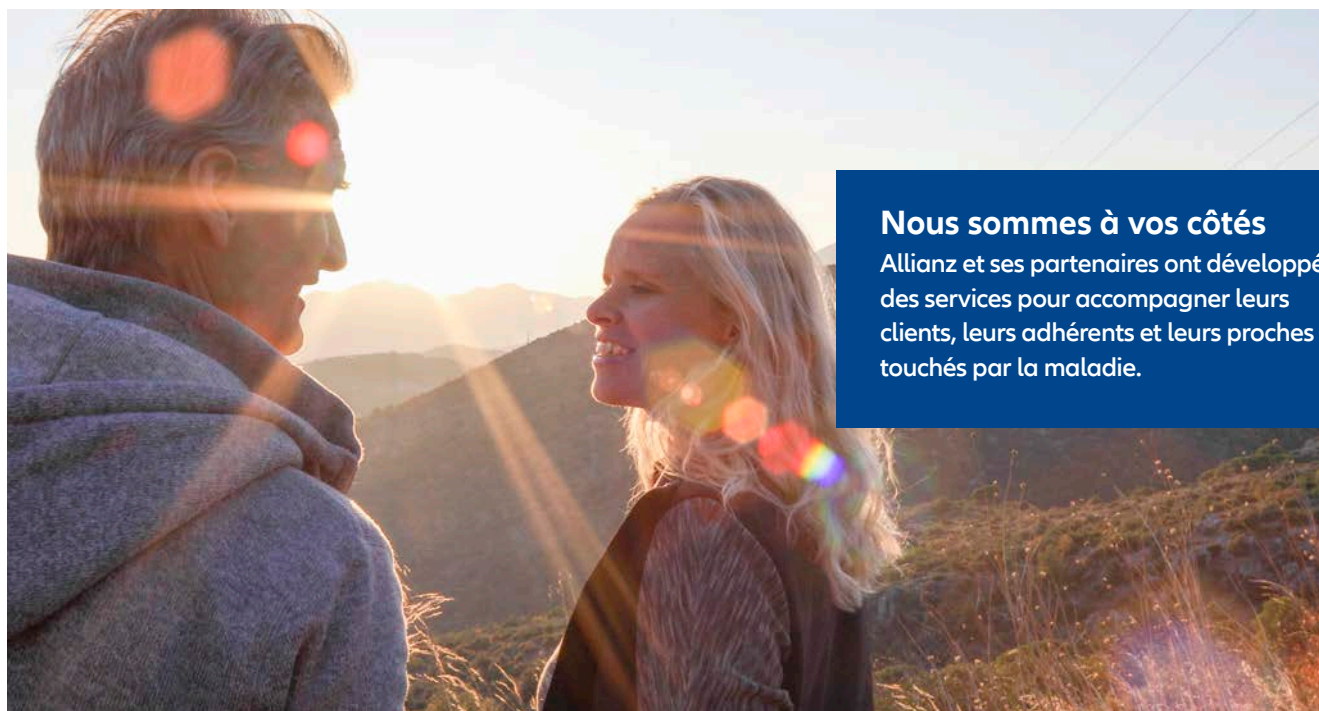


Allianz à vos côtés

Les entreprises et notamment celles du secteur de l'assurance ont un rôle sociétal à jouer, avec une responsabilité particulière en matière de santé. Allianz est un acteur engagé depuis plus de 30 ans dans la recherche médicale, dans des actions de prévention, l'accompagnement des malades et auprès des associations qui luttent contre le cancer.

Allianz, avec les associations d'adhérents, ADPS, ANCRE et UNIM, et ses partenaires, Santéclair et bien d'autres, accompagnent ses clients et ses salariés confrontés à la maladie. Allianz propose des offres et des services qui s'adaptent à leurs besoins et préoccupations, et évoluent pour tenir compte des nouveaux risques et les protéger tout au long de leur vie.

Nos services



Nous sommes à vos côtés

Allianz et ses partenaires ont développé des services pour accompagner leurs clients, leurs adhérents et leurs proches touchés par la maladie.

Pour être rassuré(e) tout au long du parcours de soins

Deuxième avis⁽⁴⁾

Pour conforter le diagnostic et la proposition de traitement de votre médecin, ce service vous permet d'avoir en moins de 7 jours, une nouvelle analyse de votre diagnostic par un médecin certifié, à partir de votre dossier médical.

Offres associées

- Gamme Santé individuelle (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)
- Gamme⁽⁵⁾ Epargne, retraite et Allianz Prévoyance



Avant le parcours de soins

Classement des établissements hospitaliers⁽⁴⁾

Accédez au palmarès des meilleurs établissements hospitaliers (publics ou privés) et cliniques par spécialité et par localisation établi chaque année.

Offres associées

- Gamme Santé individuelle (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)

Services et conseils

⁽⁴⁾ Services proposés par Santéclair.

⁽⁵⁾ En tant qu'adhérent à l'association ANCRE.

Pour en savoir plus, vous pouvez consulter votre Espace client ou les dispositions contractuelles de la Notice d'Information ou vous rapprocher de votre interlocuteur commercial.

En prévention

Coaching sommeil⁽⁴⁾

Bénéficiez d'un programme personnalisé avec des experts psychologues pour retrouver le sommeil plus naturellement.

**Coaching nutrition⁽⁴⁾**

Bénéficiez d'un programme personnalisé en préventif pour perdre du poids durablement sans faire un régime et réapprendre les fondamentaux de l'alimentation.

**Prévention et bien-être****À tout moment et tout au long du parcours de soins****Conseils diététiques⁽⁴⁾**

Profitez de conseils personnalisés en consultant les diététicien(ne)s partenaires avec un tarif préférentiel pour un bilan nutritionnel.

**En prévention et tout au long du parcours de soins****Coaching sportif⁽⁴⁾**

Pour entretenir votre forme physique, retrouver la forme après une hospitalisation, mieux vivre votre traitement médical,... ce service vous met en relation avec des coachs sportifs y compris APA (Activité Physique Adaptée) près de chez vous.

**Offres associées**

- Gamme Santé individuelle (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)

(4) Services proposés par Santéclair.

À tout moment pour être rassuré(e)

Téléconsultation⁽⁴⁾⁽⁵⁾

Bénéficiez d'une consultation avec un médecin en ligne sans reste à charge⁽⁶⁾ et sans avance de frais.

Offres associées

- Gamme Santé individuelle (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)
- Allianz Prévoyance
- Gamme Habitation



Avant le parcours de soins

Analyse de devis hospitalier⁽⁴⁾

Ce service vous permet, en cas d'hospitalisation programmée, de vérifier que les dépassements d'honoraires correspondent à ceux pratiqués en moyenne dans votre région et d'obtenir une estimation de votre remboursement.

Offres associées

- Gamme Santé individuelle (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)

Hospitalisation et soins

Tout au long du parcours de soins

Infirmières à domicile⁽⁴⁾

Bénéficiez pour vos soins à domicile de la mise en relation avec des infirmières diplômées d'État qui sont à proximité de chez vous. Vous êtes contacté dans l'heure par l'infirmière.

Offres associées

- Gamme Santé individuelle (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)



Tout au long du parcours de soins

Médecines douces complémentaires

Garantie permettant leur prise en charge sous forme de forfait (tels que diététicien, acupuncteur, ostéopathe, chiropracteur, pédicure-podologue, psychologue, homéopathe, ergothérapeute, kinésithérapie, ...)

Offres associées

- Allianz Santé⁽⁷⁾
- Allianz Composio⁽⁷⁾

**Avantage Santéclair**

Accès à un réseau de spécialistes partenaires avec des tarifs préférentiels (ostéopathes, chiropracteurs, diététicien(ne)s)⁽⁴⁾

Offres associées

- Gamme Santé individuelle (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)

Services d'assistance en cas d'hospitalisation⁽⁵⁾

Pour faciliter votre vie et celle de votre famille, vous bénéficiez de services pour vous informer, être accompagné en cas d'hospitalisation : aide-ménagère, garde de vos enfants, déplacement d'un proche à votre domicile, portage de repas, livraison de médicaments...

Offres associées

- Gamme Santé individuelle⁽⁷⁾ (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Allianz Prévoyance
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)

(4) Services proposés par Santéclair.

(5) Services proposés par Allianz Assistance.

(6) En dehors de la participation forfaitaire le cas échéant d'un euro, déduite sur vos prochains remboursements effectués par l'Assurance maladie.

(7) Selon la garantie souscrite.

Avant et tout au long du parcours de soins

Bien dans ma tête⁽⁴⁾

En cas de troubles psychologiques, ne restez pas seul et bénéficiez d'un ensemble de solutions : un outil d'analyse de symptômes et d'orientation, des consultations en ligne avec un psychologue, un accès à un programme personnalisé en ligne pour gérer votre bien-être (stress, sommeil, nutrition avec un accompagnement en ligne par des coachs psychologues), un service d'orientation pour trouver les meilleurs hôpitaux ou services d'urgences psychiatriques.

Offres associées

- Gamme Santé individuelle (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)

Une aide au bien-être mental du proche

- un accompagnement par des psychologues experts⁽⁵⁾
- une aide au répit via l'intervention d'un auxiliaire de vie au domicile du proche malade.

Offres associées

- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)

Un accompagnement psychologique⁽⁵⁾

par téléphone qui peut être complété par une consultation en cabinet.

Offre associée

- Allianz Prévoyance

Offres associées

- Gamme Santé individuelle (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)

**Dès l'annonce du diagnostic****Garantie des maladies redoutées**

- Le versement d'un capital spécifique, libre d'utilisation, pour faire face en cas de diagnostic d'une maladie grave.

Offre associée

Allianz Prévoyance⁽⁷⁾

- Le remboursement du capital restant dû, à votre banque, si la maladie vous affecte pendant le remboursement de votre prêt immobilier.

Offre associée

Allianz Assurance Emprunteur⁽⁷⁾

Tout au long du parcours de soins**Prothèse capillaire**

Garantie permettant la prise en charge d'une prothèse capillaire.

Offres associées

- Gamme Santé individuelle (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)

Tout au long du parcours de soins**Sport sur ordonnance**

En cas d'affection de longue durée, et sur prescription médicale, ce service vous permet de bénéficier d'un accompagnement et d'une prise en charge pour la pratique d'une activité physique adaptée.

Offres associées

- Gamme Santé individuelle (Allianz Santé, Allianz Composio...)
- Gamme Santé collectives (Allianz Composio Entreprise...)

**Après la maladie****Des prestations d'emploi adaptées à votre situation⁽⁵⁾⁽⁸⁾**

Après un arrêt de travail de longue durée, un programme pour vous aider à reprendre la vie active, avec un plan d'accompagnement pour une réinsertion professionnelle réussie.

Offres associées

- Allianz Prévoyance, hors TNS
- Offre Prévoyance Collectives sur mesure

(4) Services proposés par Santéclair.

(5) Services proposés par Allianz Assistance.

(7) Selon la garantie souscrite.

(8) Service proposé par WPO (work place option).

Nos engagements

Engagements d'Allianz dans la recherche Médicale et la lutte contre les maladies

En soutenant la recherche médicale depuis plus de 30 ans, Allianz France veut contribuer à réduire les risques en matière de santé, en s'impliquant à toutes les étapes : au quotidien dans la prévention et l'accompagnement de ses clients, en lien avec les associations d'assurés partenaires, et sur le long terme par le financement de programmes de recherche.

Depuis 1984, la Fondation Allianz-Institut de France soutient la recherche médicale fondamentale par la dotation d'un prix récompensant chaque année le responsable d'une équipe médicale ou biomédicale dont l'œuvre scientifique peut conduire à des applications cliniques, préventives ou curatives. Le sens de cet engagement est d'accorder un temps long nécessaire à la progression des connaissances et de couvrir une grande diversité de disciplines médicales. En nous adossant à l'Institut de France, nous bénéficions de l'expertise de l'Académie des sciences qui désigne in fine le lauréat.

Allianz France est aussi engagé dans des actions de mécénat auprès d'associations qui luttent contre le cancer telles que la Ligue contre le cancer ou l'Institut Curie. Partenaire majeur de la [Course de la jonquille contre le cancer](#), la participation financière d'Allianz, grâce à l'engagement de ses employés, permet de soutenir la recherche et l'innovation médicale dédiées cette année aux cancers des adolescents et jeunes adultes.

Engagements des partenaires d'Allianz dans la recherche Médicale, l'accompagnement des clients d'Allianz fragilisés par la maladie

L'Association de Prévoyance Santé (ADPS),

souscriptrice des contrats Santé individuelle et collective et contrats de Prévoyance collective Allianz, est au service des assurés et engagée dans le mécénat en santé à plusieurs titres :

- Soutien de la Ligue contre le cancer à travers l'organisation de campagnes de sensibilisation proches de chez vous, comme Mars Bleu pour le dépistage du cancer colorectal. La collecte de fonds est reversée au profit de la Ligue contre le cancer.
- Information et prévention santé.
- Accompagnement des personnes fragiles au travers d'une aide sociale, d'un soutien coordonné vers d'autres acteurs du secteur associatif impliqués sur les questions de santé.
- Soutien à la recherche médicale avec un Prix de Recherche sur la prévention du Vieillissement, en partenariat avec l'Institut Européen d'Expertise en Physiologie (IEEP).
- Soutien financier à l'association Centre Ressource : lieu d'accueil pour les personnes touchées par le cancer et leurs proches.
federation-ressource.org/





L'Association ANCRE (Association Nationale pour la Couverture des Risques, la Retraite et l'Epargne),

souscriptrice des contrats Allianz de Prévoyance individuelle, Epargne et Retraite individuelle et collective soutient la recherche et l'innovation en santé en tant que :

- Partenaire de la Fondation Cœur et Artères pour la recherche et la prévention des maladies cardiovasculaires et cardiométaboliques.
- Mécène de l'Institut de Rythmologie et modélisation Cardiaque (Liryc), un Institut Hospitalo-Universitaire consacré à la recherche, au soin, à l'innovation médicale et à la formation.

L'Association UNIM (Union Nationale pour les Intérêts de la Médecine),

créée par et pour les professionnels de santé, a pour mission de protéger ceux qui nous protègent chaque jour en prenant soin de notre santé. Acteur engagé dans le monde de la santé, l'UNIM apporte son soutien à des projets de recherche de pointe :

- Partenaire de l'Institut du Cerveau pour d'une part aider à restaurer une communication avec les malades non-conscients et d'autre part soutenir les travaux de recherche qui cherchent à mieux comprendre et prévenir l'apparition de la maladie d'Alzheimer.
- Partenaire de l'Institut de la Vision pour la recherche visant à restaurer la perception visuelle chez les aveugles.

Engagements d'Allianz envers ses salariés touchés par la maladie

Enfin, en ligne avec nos engagements et nos priorités en matière de santé, Allianz est aussi très engagé auprès de ses salariés pour sensibiliser, prévenir certaines maladies et favoriser le maintien ou le retour à l'emploi des salariés touchés par la maladie :

- Un plan cancer pour mieux vivre et mieux travailler ensemble avec ou après un cancer.
- Le Programme **MammoRisk**® incluant un test innovant de prédiction et de prévention du cancer du sein : il a été proposé en 2021 aux salariées de 40 à 49 ans.
- Une campagne de sensibilisation et d'évaluation des risques cardiovasculaires.
- Le programme « **Mon mental et moi** », élaboré en partenariat avec Kelindi pour détecter et prévenir les burn out.

Pour toute question, votre interlocuteur Allianz est à votre écoute. Contactez-le quand vous voulez.



Allianz Vie

Société anonyme au capital de 643.054.425 €
340 234 962 RCS Nanterre

Allianz IARD

Société anonyme au capital de 991.967.200 €
542 110 291 R.C.S. Nanterre

Entreprises régies par le Code des assurances

1, cours Michelet - CS 30051
92076 Paris La Défense Cedex

www.allianz.fr



ANCRE

ASSOCIATION NATIONALE pour la COUVERTURE
des risques, la RETRAITE, et l'ÉPARGNE
Association régie par la loi du 1^{er} juillet 1901
27, boulevard des Italiens - 75002 Paris

www.ancre-vie.com



Les prestations d'assistance sont mises en œuvre par :

AWP France SAS

Société par actions simplifiée au capital de 7.584.076,86 €
490 381 753 RCS Bobigny

Société de courtage d'assurances

Inscription ORIAS 07 026 669 - www.orias.fr

Siège social : 7, rue Dora Maar - 93400 Saint-Ouen

Désignée sous le nom commercial « Allianz Assistance »

et sont assurées par :

Fragonard Assurances

Société Anonyme au capital de 32.207.660 €
479 065 351 RCS Paris

Entreprise régie par le Code des assurances

Siège social : 2, rue Fragonard - 75017 Paris

www.allianz-partners.fr



Santéclair

Société anonyme au capital de 3.834.023 €.
7, mail Pablo Picasso - 44046 Nantes cedex 1
428 704 977 RCS Nantes

