

Les professionnels de santé doivent continuer à développer et à mettre en œuvre des approches innovantes en matière de soins de santé mentale, adaptées aux besoins essentiels des personnes atteintes de cancer, et à améliorer les connaissances sur les rôles clés des soins de santé mentale pour les personnes atteintes de cancer...

Des modèles de soins collaboratifs impliquant des équipes d'oncologie, des professionnels de la santé mentale et des services de soutien peuvent améliorer la coordination et garantir que les patients reçoivent une prise en charge complète...

Des études ont montré que négliger les préoccupations en matière de santé mentale peut avoir des conséquences importantes, affectant l'observance du traitement, la qualité de vie et l'état de santé général...

Parmi les problèmes de santé mentale courants, on trouve des niveaux accrus d'anxiété, de dépression, de trouble de stress post-traumatique (TSPT) et de troubles de l'adaptation.

L'anxiété découle souvent de l'incertitude entourant la maladie, les résultats du traitement et la peur d'une récidive. La dépression peut être un déclencheur.

Les personnes atteintes de cancer sont affectées par les bouleversements émotionnels et physiques causés par le cancer, notamment par des symptômes tels que la fatigue, la douleur et des modifications de l'image corporelle...

Le soutien social

Le soutien social est un facteur crucial pour le bien-être mental des patients atteints de cancer. Le soutien de la famille, des amis et des professionnels de santé peut aider les patients à gérer l'impact émotionnel et psychologique du cancer...

Le soutien émotionnel est la forme la plus courante de soutien social et consiste à apporter réconfort, empathie et encouragement aux patients. Il aide les patients à se sentir moins isolés, à gérer leurs émotions et à réduire leur niveau de stress...

Le soutien informationnel est une autre forme importante de soutien social. Les patients atteints de cancer se posent souvent de nombreuses questions sur leur diagnostic, les options de traitement et le pronostic. Les professionnels de santé peuvent fournir aux patients des informations précises et fiables pour les aider à prendre des décisions éclairées concernant leurs soins.

Les patients atteints d'un cancer peuvent avoir besoin d'aide pour les tâches quotidiennes telles que la cuisine, le ménage et les transports. Leur famille et leurs amis peuvent apporter un soutien pratique en les aidant dans ces tâches ou en organisant une aide professionnelle si nécessaire. Ainsi, les patients peuvent se concentrer sur leur traitement et leur rétablissement sans se soucier des aspects pratiques de la vie quotidienne.

Les enfants et les adolescents confrontés à un diagnostic de cancer sont confrontés à des défis uniques, notamment des difficultés scolaires, l'isolement social et des incertitudes quant à leur développement futur. Ils peuvent avoir des difficultés à exprimer leurs émotions, ce qui les rend plus vulnérables aux troubles de santé mentale tels que l'anxiété, la dépression et le syndrome de stress post-traumatique...

Les conseils et la psychothérapie

L'un des principaux avantages de la psychothérapie et du conseil est la capacité des patients à développer des stratégies d'adaptation, notamment des techniques de relaxation, des pratiques de pleine conscience et des techniques de thérapie cognitivo-comportementale.

De plus, l'amélioration des capacités de communication des patients et le renforcement de leurs relations avec leurs familles constituent un autre avantage important de la psychothérapie et du soutien psychologique....

Groupes de soutien par les pairs et communautés en ligne

Ces groupes permettent aux patients de partager leurs expériences, d'apprendre des autres et d'acquérir de nouvelles perspectives sur leurs problèmes de santé mentale. ...Ils peuvent réduire leur sentiment d'isolement et créer un sentiment d'appartenance... Les membres de ces groupes peuvent partager des informations sur les stratégies d'adaptation, les techniques d'auto soins et d'autres ressources qui peuvent aider les patients à améliorer leur santé mentale et leur bien-être...