

En cas de questions sur le contenu, contactez votre équipe soignante ou la Ligne InfoCancer.

Remis par :

Cette brochure a été rédigée en collaboration avec des patient-e-s et des expert-e-s. Vous trouverez de plus amples informations sur le site web.



© 2019 VFSM / Symptom Navi Programm

Symptom Navi

Que faire en cas de troubles et d'effets secondaires causés par mon traitement du cancer ?



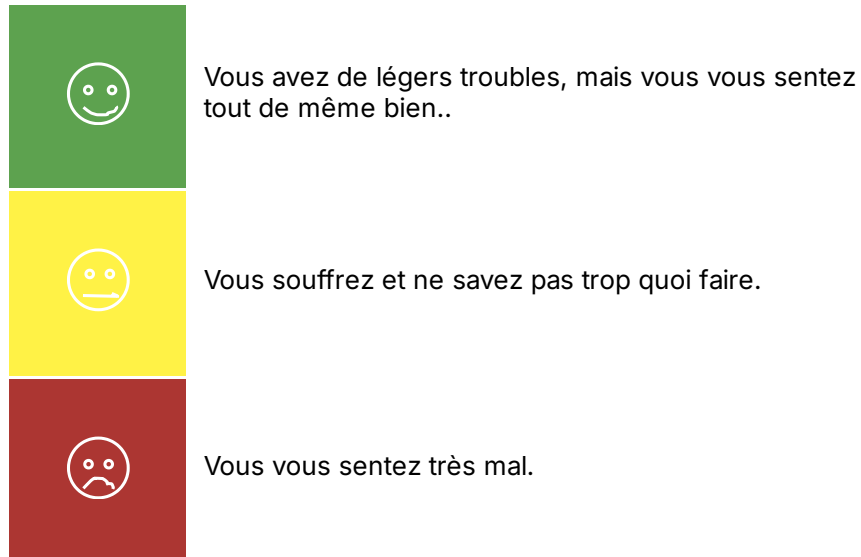
Chère lectrice, cher lecteur,

Vivre avec une maladie oblige souvent à adapter sa vie quotidienne. Nous voulons vous y aider. Notre but :

- Vous fournir des informations claires pour que vous sachiez quoi faire.
- Vous aider à gérer la vie quotidienne malgré votre maladie.
- Vous suggérer ce que vous pouvez faire vous-même contre quels troubles.
- Vous aider à soupeser dans quels cas il est préférable de demander de l'aide.

Nous voulons aussi vous encourager à vous écouter et à évaluer ce que vous ressentez. C'est vous qui savez si vous vous sentez bien ou mal.

Pour vous aider dans votre évaluation, les informations de notre Symptom Navi utilisent les symboles suivants :



Les couleurs vous aident à vous repérer

Vous constatez	Ce que vous pouvez faire vous-même
Troubles légers, marqués en vert	Appliquez les conseils de prévention.
Troubles moyens, marqués en jaune	Restez vigilant·e et appliquez aussi les conseils de la partie marquée en vert. Il peut être utile de contacter l'équipe soignante.
Troubles importants, marqués en rouge	Contactez l'équipe soignante.

Si vous avez plusieurs symptômes dans la zone jaune, l'accumulation peut être pénible. Il peut être judicieux de contacter l'équipe soignante sans attendre.

Les conseils que nous donnons reposent sur les connaissances scientifiques actuelles. Les résultats de l'évaluation et la bibliographie relative aux conseils de Symptom Navi sont disponibles à l'adresse : [www.symptomnavi.ch/Für-Betroffene_Häufige Fragen](http://www.symptomnavi.ch/Für-Betroffene_Häufige_Fragen) (Sind die Selbstmanagement Empfehlungen wirksam? en allemand).

En cas d'incertitudes et de questions, n'hésitez pas à contacter votre équipe soignante. Les fiches d'information ne remplacent pas un entretien avec un·e professionnel·le.

L'équipe soignante est là pour vous.