

Comment l'équipe d'orientation pour les soins oncologiques peut-elle m'aider?

L'équipe d'orientation pour les soins oncologiques est composée d'infirmiers autorisés expérimentés et d'un travailleur social autorisé. Elle est disponible à toutes les étapes du parcours avec le cancer. Ses membres peuvent :

- s'assurer que vous avez toute l'information sur vos tests, traitements, symptômes et médicaments;
- vous aider à vous préparer pour vos rendez-vous;
- être vos interlocuteurs pour répondre à vos questions et assurer la coordination entre tous les membres de votre équipe de soins de santé;
- offrir du soutien affectif, spirituel et psychologique, et vous permettre d'accéder à des ressources communautaires;
- vous aider pour les soins de suivi et vous soutenir dans votre quotidien après le traitement.

Nous joindre

Vous pouvez communiquer avec l'équipe d'orientation pour les soins oncologiques directement ou passer par un professionnel de la santé des TNO.

Téléphone sans frais : 866-313-7989

Infirmiers en soins oncologiques
(option 3)

Travailleur social autorisé spécialisé en patients oncologiques (option 4)

Courriel :

Infirmiers en soins oncologiques :

cancer_navigator@gov.nt.ca

Travailleur social autorisé spécialisé en patients oncologiques :

cancer_socialwork@gov.nt.ca

www.cancertno.ca

An English version of this document is available.

Administration des services de santé et des services sociaux des Territoires du Nord-Ouest

C. P. 1320, Yellowknife NT X1A 2L9



Administration des services de santé et des services sociaux

DES TERRITOIRES DU NORD-OUEST

Conseils pour favoriser le confort pendant la chimiothérapie

Ressource pour les patients

Essayez de vous distraire

Livres, magazines, livres à colorier. Essayez de passer le temps en lisant ou en dessinant calmement.

Musique et écouteurs. Vous pouvez écouter une liste de chansons entraînantes, ou relaxantes, si vous avez envie de faire la sieste.

Portable ou tablette. Les appareils numériques offrent différents types de divertissement comme les jeux et les films pour vous distraire.

Journal intime. Si vous tenez un journal intime ou un journal de prières, profitez de votre traitement pour écrire.

Mots-croisés, sudokus, cartes et autres jeux. Les jeux simples sont une bonne source de distraction et de divertissement pendant votre traitement.

Tricot, crochet et perlage. L'artisanat est un bon passe-temps pendant le traitement.

Vous trouverez ici une courte liste de choses utiles pendant vos traitements de chimiothérapie qui contribueront à votre confort et à votre préparation.

Ces suggestions visent à atténuer votre anxiété face aux traitements. Vous pouvez également choisir vous-même les choses qui vous aideront pendant les traitements.

Restez confortable

Collations. Vous pouvez apporter vos collations préférées.

Couverture et oreiller. Les patients ont souvent froid pendant la chimiothérapie, alors il peut être utile d'apporter une couverture. Le fait d'apporter un objet de la maison peut également vous aider à être plus confortable.

Masque de repos. Si votre traitement de chimiothérapie est long, il est recommandé d'apporter un masque de repos pour vous aider à dormir.

Vêtements confortables, dont des pantoufles et des bas chauds. La chimiothérapie est une bonne excuse pour enfiler des vêtements confortables, et il peut être utile de s'habiller en couches superposées. Il est recommandé de s'habiller avec des vêtements chauds et confortables, mais il faut tenir compte de l'emplacement du cathéter par lequel la chimiothérapie est administrée en choisissant ses vêtements.

Emmenez un ami. Si vous aimez être accompagné, emmenez un ami ou un membre de votre famille pendant les séances de traitement.

