

Guide à l'intention des nouveaux patients du Service d'oncologie



Cher nouveau patient*,

Bienvenue au Centre du cancer Segal. Nous offrons une approche globale aux soins de santé pour le cancer, combinant la prévention, le diagnostic, les traitements, le soutien et la recherche en oncologie. Notre centre est situé dans des locaux ultramodernes au pavillon E, dont l'aménagement a pu être effectué principalement grâce à un don généreux de Alvin Segal et de sa famille. Nos unités de soins incluent K7, D4, K8, K9. Si vous recevez des traitements de radiothérapie, SVP voir « Vos traitements de radiothérapie à l'Hôpital général juif Un guide de préparation au traitement » au <https://www.hgj.ca/soins-et-services/radio-oncologie/livret-preparation-a-vos-traitements/>

Nous comprenons qu'un diagnostic de cancer peut être bouleversant. L'objectif de ce guide est de fournir à vous et à vos proches des informations clés au moment où vous le souhaitez et à votre rythme.

À un moment donné, vous aurez peut-être besoin d'en relire certaines parties. Veuillez donc le conserver pour pouvoir vous y référer plus tard.

Si vous avez des questions ou des inquiétudes, ou si vous souhaitez obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à contacter un membre de votre équipe soignante.

Sincères salutations,

L'équipe du Centre du cancer Segal à l'HGJ

TABLE DES MATIÈRES

A. Conseils utiles pour les nouveaux patients	p. 3
B. Répertoire des cliniques et description de l'équipe	p. 7
C. Fiches-conseils des symptômes	p. 10
D. Ligne d'aide info-onco	p. 11
E. Liens vers des vidéos éducatives	p. 12
F. Les services de L'espoir, c'est la vie	p. 12
G. L'application « Belong »	p. 13
H. Stationnement et transport	p. 14
I. Plan de l'hôpital	p. 16

A

CONSEILS UTILES POUR LES NOUVEAUX PATIENTS D'ONCOLOGIE

Afin de vous soutenir durant votre parcours contre le cancer, nous offrons aux nouveaux patients la possibilité de recevoir un appel téléphonique amical et informatif de la part d'un représentant de L'espoir c'est la vie.

Si vous souhaitez qu'un représentant de L'espoir, c'est la vie communique avec vous pour vous offrir du soutien et de l'information, veuillez téléphoner au 514 340-8255. (L'espoir, c'est la vie est un organisme sans but lucratif qui aide les personnes atteintes de cancer en leur fournissant un soutien psychosocial et en recommandant des ressources pratiques pour les aider à retrouver un sentiment de contrôle et de bien-être).



QUELQUES CONSEILS POUR VOTRE PREMIÈRE VISITE À UN ONCOLOGUE (LE MÉDECIN SPÉCIALISTE DU CANCER)

Chaque personne a sa propre façon d'assimiler l'information, alors choisissez celle qui vous convient le mieux. Vous pouvez, par exemple, demander à votre médecin ou à votre infirmière de noter les points clés, de vous dessiner un schéma ou d'enregistrer la séance. Si vous souhaitez enregistrer votre visite, demandez d'abord l'autorisation de le faire. Il n'y a pas de questions « ridicules ». N'hésitez pas à poser des questions sur n'importe quel sujet.

1. Faire la recherche d'informations

- a. Il peut être utile pour vous de lire des informations générales sur votre diagnostic et le traitement proposé. La bibliothèque de L'espoir c'est la vie est un bon point de départ, avec une sélection de livres et de brochures. Leurs services sont également disponibles en ligne. Cliquez ici www.lespoircestlavie.ca pour en savoir plus. Ressource centre du patient 514-340-8222 poste 22438 ou 23277, courriel : library.jgh.mail.mcgill.ca

2. Préparer les questions

- a. Préparez une liste de questions pour votre médecin. Quelqu'un peut vous aider à préparer cette liste.
- b. Classez vos questions par ordre de priorité, en commençant par les plus importantes, au cas où le temps de votre visite serait limité. Séparez votre liste en deux catégories : les questions auxquelles vous devez absolument obtenir une réponse lors de cette visite, et les questions qui peuvent attendre la prochaine fois.
- c. Demandez moins ou plus d'informations que ce que l'oncologue est prêt à vous fournir. Tout dépend de la quantité d'informations que vous vous sentez à l'aise de recevoir en une seule fois.

3. Se faire accompagner

- a. Il serait utile d'être accompagné par quelqu'un qui serait « une autre paire d'oreilles ».
- b. N'ayez pas peur de demander de l'aide à votre famille, à vos amis, au personnel médical, etc

4. Prendre des notes

- a. Apporter du papier et un stylo ou un téléphone pour prendre des notes
 - b. Tenir un journal ou une liste de
 - i. tous les rendez-vous et traitements
 - ii. les informations reçues lors de votre visite chez l'oncologue
 - iii. les médicaments/doses et les dates
5. Il se peut que vous deviez passer d'autres examens, tels que des examens d'imagerie médicale (scans), des radiographies et des analyses de sang. Tout cela se passe sur le site et fait partie de la préparation normale de chaque personne.
Ces examens font partie du processus normal et peuvent varier d'une personne à l'autre. Si vous êtes vu à la clinique et que vous venez de chez vous pour ces examens, pour économiser votre énergie, demandez s'il est possible de subir ces examens le même jour.
6. Dans le cadre de votre traitement, il se peut que l'on vous demande de participer à une étude. Vous n'êtes pas obligé d'accepter, mais votre participation serait appréciée. Avant d'accepter, assurez-vous de bien comprendre ce que l'on vous demandera de faire.
7. Continuez à consulter votre médecin de famille pour tout problème qui n'est pas lié à votre cancer.
8. Rappelez-vous que la situation de chaque personne est différente et que chaque cas est unique. Deux personnes atteintes du même type de cancer peuvent avoir des plans de traitement différents.

Demandez à votre pharmacien une liste des médicaments que vous prenez (y compris toutes les vitamines, les produits naturels, les herbes, etc). Apportez une liste de tous les autres problèmes médicaux dont vous souffrez, tels que le diabète ou les allergies. Si vous êtes admis à l'hôpital, le pharmacien de l'hôpital examinera vos médicaments sur le site.

Évitez de prendre d'autres rendez-vous le jour de votre traitement. Il peut se produire des retards en clinique et votre visite pourrait prendre plus de temps que prévu.



CONSEILS UTILES AVANT DE COMMENCER LE TRAITEMENT

- Consultez votre dentiste si possible avant de commencer votre traitement. Certains traitements peuvent affaiblir votre capacité de lutter contre les infections, et les soins dentaires peuvent entraîner des risques d'infection.
- Vous pourriez être fatigué par les traitements. Essayez d'avoir de la nourriture dans votre congélateur pour les jours où vous serez moins en forme.
- Vous serez peut-être prescrit des médicaments pris oralement. Votre pharmacien de communauté pourra vous expliquer les effets secondaires possible et votre suivi sera effectué par le médecin.

Traitements à l'hôpital ou à la clinique d'oncologie

- Apportez un bon livre ou des écouteurs avec de la musique relaxante pour vous aider à passer le temps pendant que vous attendez ou que vous recevez votre traitement. Vous aurez accès au WIFI de l'hôpital.
- Vous devrez habituellement effectuer un test sanguin avant le traitement.
 - Si vous êtes sur l'unité de soins, les examens sanguins seront faits la veille du traitement.
 - Si vous venez au clinique ambulatoire, vos examens sanguins seront faits au Département d'oncologie, au 7^e étage du pavillon E. Si vous avez un cathéter central (un cathéter inséré dans une grande veine), votre test sanguin sera effectué au 8^e étage.
- Le jour de votre premier traitement votre infirmier vous expliquera votre plan de traitement et les effets secondaires possibles.
 - Lorsque vous venez à la clinique on vous remettra une liste de numéros de téléphone d'urgence au cas où un problème surviendrait.
Un membre de votre équipe de soins infirmiers sera disponible pour répondre à vos questions ou à vos préoccupations entre les visites.
- En clinique, vous recevrez un oreiller et une couverture pour votre fauteuil; vous pouvez fermer le rideau pour faire une sieste ou pour plus d'intimité. Un repas est servi vers 12h 15 les jours de traitement mais vous pouvez apporter vos collations. N'apportez aucun objet de valeur lorsque vous venez pour votre traitement.



QUELQUES CONSEILS GÉNÉRAUX POUR ADAPTER À LA SITUATION

Nous savons que ce n'est pas facile, mais vous n'êtes pas seul.

Les conseils ci-dessous ne sont que des suggestions. Vous finirez par comprendre lesquelles sont utiles et ce qui fonctionne le mieux pour vous. N'oubliez pas d'être gentil avec vous-même et de passer du temps avec ceux que vous aimez. Faites ce qui vous rend heureux.

RECHERCHEZ UN SOUTIEN SOCIAL ET CONNECTEZ-VOUS

- Essayez de passer du temps avec des amis et des membres de votre famille qui vous aiment.
- Rejoignez un groupe où vous pourrez parler avec d'autres personnes qui vivent la même chose et qui comprendront ce que vous ressentez.
- Ne vous renfermez pas sur vous-même - la présence d'autres personnes peut vous remonter le moral.
- Participez aux ateliers de Belle et bien dans ma peau : <https://lqfb.ca/fr/ateliers/trouver-un-atelier-copy/>

CONTINUEZ À FAIRE CE QUE VOUS AIMEZ

- Riez quand vous le pouvez en utilisant l'humour pour détendre l'atmosphère.
- Quand possible, poursuivez vos activités habituelles et votre travail. Le plus que vous pourriez, continuez à participer aux activités qui vous tiennent à cœur.

IMPLIQUEZ-VOUS

- Plus vous en savez, plus vous auriez un sens de contrôle.
- Demandez des informations sur votre diagnostic et votre traitement.

FAITES CE QUI VOUS SEMBLE BON POUR VOUS

Explorer ce qui vous apporte la paix, que ce soit la prière, la méditation ou simplement des moments de calme, peut vous aider à vous sentir plus calme et plus fort.



RÉPERTOIRE DES CLINIQUES D'HÉMATOLOGIE ET D'ONCOLOGIE

Numéros et emplacements importants Pavillon E, 7^e et 8^e étages

Ressource	Lieu	Téléphone
Réception – Clinique d'oncologie	E-776.2	514-340-8248
Réception – Salle de traitement	E-884	514-340-8222, # 27491
Réception – Oncologie pulmonaire	E-1055	514-340-8225, # 23030
Prélèvements sanguins	E-778	N/A
L'espoir, c'est la vie	E-730.1	514-340-8255
Centre de bien-être de L'espoir, c'est la vie 4635 Ch. Côte-Saint-Catherine		514-340-3616
Pharmacie	E-881	514-340-8222, # 25940
Bureau des infirmières	E-884	514-340-8222, # 25529
Réception hématologie	E-776.2	514-340-8207, # 25066

Si une infirmière pivot en Oncologie (IPO) ou une infirmière navigatrice vous est attribuée, elle vous donnera son numéro direct.

VOTRE ÉQUIPE D'ONCOLOGIE

De nombreux professionnels et organismes sont disponibles pour vous aider, y compris des infirmières spécialisées, travailleurs sociaux, pharmaciens, diététistes, L'espoir, c'est la vie et services communautaires. Voici une description de leurs rôles.

LES DIÉTÉTISTES

Pendant le traitement, si vous constatez une perte de poids et des effets secondaires qui affectent votre appétit, veuillez contacter votre infirmière qui vous indiquera si vous avez besoin d'être orienté vers un diététicien.

Les patients bien nourris tolèrent mieux les traitements anticancéreux et se remettent plus rapidement des effets secondaires. Pour obtenir des conseils, consultez la brochure «Bien s'alimenter lorsqu'on a le cancer» de la Société canadienne du cancer à l'adresse suivante : <https://cancer.ca/fr/cancer-information/resources/publications/eating-well-when-you-have-cancer>

L'ESPOIR, C'EST LA VIE

Bureau à l'Hôpital général juif : ouvert du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h

Centre de bien-être : ouvert du lundi au jeudi, de 9 h à 17 h (et certains soirs)

Veuillez nous contacter au 514 340-8255 ou visitez notre site web à

www.lespoircestlavie.ca pour en savoir plus et obtenir de l'aide.

L'ESPOIR, C'EST LA VIE offre aux patients atteints de cancer et à leurs proches un vaste éventail de services de soutien et de programmes de renseignements fondés sur l'expérience de bénévoles. En voici quelques exemples : Soutien individualisé offert par un pair (par téléphone), Réduction du stress (Penser autrement pour bien vivre), différents groupes de soutien, programme Après cancer, visites à l'Hôpital et Orientation vers des ressources communautaires. Au 7^e étage, vous trouverez notre

bibliothèque et notre boutique où nous fournissons gratuitement perruques, turbans, écharpes et prothèses. L'espoir, c'est la vie propose aussi des programmes pour jeunes adultes et pour des familles avec de jeunes enfants. Notre Centre de bien-être, situé près de l'Hôpital, offre des programmes gratuits tels que des cours de yoga, d'art, de relaxation, de Taï chi, de Qi gong, un gymnase et plusieurs autres cours qui pourraient vous aider, ainsi que vos proches pendant ce cheminement. L'espoir, c'est la vie est à votre disposition. Visitez notre site web : www.lespoircestlavie.ca qui comporte un calendrier mensuel et l'annonce des conférences et événements à venir.

► N'hésitez pas à appeler pour tout ce qui vous intéresse, 514-340-3616.

CENTRE MCGILL POUR LA RECHERCHE TRANSLATIONNELLE

Ce centre offre la possibilité de participer à la recherche clinique précoce. Les patients sont recommandés par leur oncologue lorsque cela est cliniquement indiqué. Pour plus d'information, visitez le site web : <https://www.mcgill.ca/translational-research-cancer/>

INFIRMIÈRE

Le Centre du cancer Segal dispose d'une équipe complète de soins infirmiers, dont les membres sont spécialisés dans les soins contre le cancer.

L'équipe de soins infirmiers peut vous fournir de l'information, des conseils et du soutien. Voici quelques exemples du rôle de l'infirmière :

- évaluer l'incidence de la maladie sur vous et sur vos proches;
- fournir des explications et des renseignements sur votre traitement (chimiothérapie/immunothérapie), effets secondaires possibles, comment contrôler les symptômes liés à la maladie ou aux médicaments (nausées, vomissements, fièvre, douleur, constipation, diarrhée);
- administrer le traitement (chimiothérapie / immunothérapie) ou les médicaments;
- assurer un suivi de votre état physique et émotionnel;
- répondre à vos différents besoins en consultant d'autres professionnels de la santé ou en vous recommandant à ces derniers (p. ex : diététiste, L'espoir, c'est la vie, travailleur social, psychologue, psychiatre, équipe de soins de soutien, CLSC).

Infirmières pivots en oncologie (IPO)

Ce sont des infirmières cliniciennes en oncologie qui travaillent en étroite collaboration avec les autres professionnels de santé de votre équipe de soins (à l'hôpital et dans la communauté). Vous pourriez vous voir attribuer une Infirmière pivot en oncologie (IPO) selon vos besoins, votre type de cancer et votre diagnostic. L'IPO vous guidera tout au long de votre parcours en veillant à évaluer vos besoins et vos symptômes, à vous fournir de l'information, de l'enseignement et du soutien et en coordonnant vos soins au sein du système de santé. Vous pouvez les voir en personne ou leur parler à différents moments de votre parcours de soins en cancérologie.

Équipe infirmière des unités des soins

Ces infirmières ont reçu une formation complémentaire et une certification pour administrer des traitements anticancéreux.

Elles vous soutiennent, vous et votre famille, en vous informant et en vous aidant à gérer les effets secondaires.

L'équipe infirmière des unités ambulatoires

L'équipe est disponible du lundi au vendredi de 8h00 à 16h00, en personne en clinique ou par téléphone. Vous rencontrerez une infirmière chaque fois que vous viendrez à la clinique pour un traitement. Des infirmières cliniciennes sont également à votre disposition sur la « ligne -onco » téléphonique de gestion des symptômes, au 514 340-8222, poste 25529 (de 8 h à 16 h, du lundi au vendredi) si vous avez des effets secondaires.

INFIRMIÈRE PRATICIENNE

Les infirmières praticiennes en hématologie-oncologie travaillent en collaboration avec vos hématologues pour évaluer, diagnostiquer et gérer votre traitement. Elles effectuent des examens physiques, demandent et interprètent des examens, prescrivent des médicaments et surveillent les effets secondaires et la réponse au traitement. Les infirmières praticiennes informent également les patients et les familles sur les diagnostics et les plans de soins, apportent un soutien émotionnel, et aident à coordonner les services au sein de l'équipe de soins de santé. En outre, ils aident au suivi, en veillant à ce que les patients bénéficient d'un soutien complet et continu tout au long de leur parcours contre le cancer.

ERGOTHÉRAPEUTE

L'ergothérapeute peut vous aider à vous réadapter aux activités de la vie quotidienne.

COMMISSAIRE AUX PLAINTES ET À LA QUALITÉ DES SERVICES

Le commissaire aux plaintes et à la qualité des services est disponible du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h, au 514 340-8222, poste 24222.

Il est essentiel que les patients de l'HGJ puissent exprimer leurs insatisfactions, le cas échéant, et leurs commentaires à propos des soins qu'ils reçoivent de manière confidentielle. À cette fin, nous vous suggérons ce qui suit :

- Adressez-vous d'abord à l'un des membres de votre équipe de soins, qui s'efforcera de rectifier la situation ou de résoudre le problème. Selon le cas, il pourrait vous orienter vers la personne compétente.
- Si le problème persiste, communiquez avec le bureau du commissaire par téléphone, au numéro ci-dessus, ou par courriel, à : ombudsman.ccomtl@ssss.gouv.qc.ca
Pour plus d'information au sujet du processus de plainte, consultez le site web :

<https://www.ciussscentreouest.ca/a-propos-du-ciusss/plaintes-insatisfactions-commentaires-et-remerciements/>

ONCOLOGUE

Les hématologues et les oncologues sont des médecins spécialistes du cancer qui déterminent le meilleur traitement que vous devez recevoir. Ils vous examineront et vous expliqueront votre traitement. Ils vous suivront tout au long de votre traitement, et par la suite. Ils reçoivent les patients sur rendez-vous, en clinique, du lundi au vendredi. Si vous êtes admis à l'hôpital, ils s'occuperont de vous pendant votre séjour à l'hôpital et vous suivront ensuite en tant que patient externe.

PHARMACIEN

Disponible du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h

Le pharmacien travaille avec l'équipe d'oncologie pour s'assurer que vous recevez les médicaments dont vous avez besoin pour votre traitement, pour vous aider à gérer les effets secondaires et pour vous renseigner au sujet de votre traitement. Le pharmacien peut aussi vous conseiller en ce qui a trait à toute question relative aux médicaments, comme la chimiothérapie, les effets secondaires, les interactions médicamenteuses, la gestion de la douleur et le contrôle des symptômes. De plus, il livre les médicaments prescrits par le médecin pour votre traitement.

PHYSIOTHÉRAPEUTE

Le physiothérapeute peut vous aider à effectuer des exercices pour renforcer les muscles affectés par la chirurgie, le traitement ou la maladie elle-même.

PSYCHOLOGUE / PSYCHIATRE

Si vous éprouvez des difficultés importantes à composer avec votre diagnostic ou votre traitement, les services d'un psychologue et d'un psychiatre sont à votre disposition. Votre infirmière, votre médecin ou votre travailleur social peut faire une demande de consultation.

RÉCEPTIONNISTE

Le rôle de la réceptionniste comprend notamment la prise de rendez-vous pour les examens (tels que les radiographies et l'imagerie médicale) et les visites de suivi. Vous devez vous inscrire auprès de la réceptionniste lors de votre arrivée pour un rendez-vous en clinique. Elle ne peut fournir aucun résultat d'examen médical. Pour tout problème d'ordre médical, adressez-vous plutôt à votre infirmière.

CLINIQUE D'ONCOLOGIE DES AÎNÉS

Il s'agit d'un programme spécialement conçu pour répondre aux besoins des personnes âgées atteintes de cancer. Votre médecin peut vous référer à cette équipe si nécessaire.

TRAVAILLEUR SOCIAL

Disponible du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30, au 514 340-8240

Le rôle du travailleur social est de tirer parti des forces du patient ou des membres de sa famille pour les aider à composer avec le stress causé par le cancer. Le travailleur social soutient le patient, sa famille et le proche aidant au moyen de conseils et de liens avec les ressources de l'Hôpital et communautaires.

COORDONNATEUR DE RECHERCHE

Certains patients peuvent participer à un essai clinique ou à un projet de recherche coordonné par un gestionnaire de données. C'est lui qui vous informe des rendez-vous de suivi et de l'horaire des examens.

ÉQUIPE DE SOINS PALLIATIFS ET DE SOINS DE SOUTIEN (ÉSS)

L'objectif de l'équipe de soins palliatifs est de répondre aux besoins physiques, psychologiques, sociaux et spirituels des patients. Cette équipe aide à gérer vos symptômes tout au long du parcours et pas seulement en fin de vie. L'ÉSS est spécialisée dans le contrôle de la douleur et des symptômes (p. ex. nausées, vomissements, constipation) et elle fournit un soutien émotionnel au patient et à sa famille ou au proche aidant. Les membres de cette équipe restent en contact avec les patients par téléphone (quand ils sont à la maison), en clinique d'hématologie ou d'oncologie et lorsqu'ils sont admis à l'hôpital. Votre infirmière peut vous recommander à cette équipe.

PROGRAMME DE NUTRITION RÉADAPTATION EN ONCOLOGIE DE MCGILL

L'équipe de réadaptation en cancérologie de l'Hôpital général juif a pour objectif d'améliorer votre alimentation, votre fonction physique et votre qualité de vie en général. En travaillant avec vous, votre famille ou vos aidants naturels et votre équipe de cancérologie, nous aidons les patients atteints de cancer en ce qui concerne la perte de poids, la diminution de l'appétit, la fonction physique réduite, la fatigue ou faiblesse. L'équipe clinique principale du CNR comprend un médecin, une infirmière, un physiothérapeute et un diététicien. Si vous présentez ces symptômes, veuillez demander à votre équipe traitante de vous orienter vers notre programme.

C

Fiches-conseils des symptômes

Douleur

Réseau de cancérologie Rosy
Rosy Cancer Network

Fiche d'information sur la gestion des symptômes

Parlons de douleur...

- La douleur peut être ressentie comme suit : endolorissement, coup de poignard, pulsation, pression, brûlure, crampes, tiraillement, douleur aiguë ou fourmillements.
- Si l'une de ces sensations est accompagnée d'une fièvre (température supérieure à 38 °C), communiquez immédiatement avec votre équipe soignante.
- Si vos maux de dos s'intensifient ou si vous ressentez une nouvelle douleur au dos, rendez-vous à votre service d'urgence.
- Si l'un d'une douleur que vous ressentez pour la première fois, consultez votre équipe soignante.

Ce que vous pouvez faire **Recherche de conseils**



Nous avons créé 19 fiches-conseils pour vous aider avec les symptômes que vous pourriez avoir. Ceux-ci peuvent être utiles lorsque vous commencez votre traitement. Toutes les fiches conseils se trouvent ici :

<https://www.hgj.ca/soins-et-services/centre-du-cancer-segal/gestion-des-symptomes/>

SYMPTÔMES			
Douleur	Fatigue/ Tiredness	Nausea/ Vomiting	Appetite loss
Essoufflement	Dépression	Anxiété	Constipation
Changements de sommeil	Diarrhée	Aphtes buccaux	Sécheresse buccale
Eruption cutanée	Saignement	Neuropathie périphérique	Image corporelle
Toux	Prévention des chutes	Relaxation exercices	

Comprend des informations supplémentaires sur : Symptômes physiques, symptômes émotionnels, pratiques, informationnels, spirituels, sociaux et familiaux.

D

LIGNE D'AIDE INFO-ONCO

La ligne d'aide pour la gestion des symptômes (« Ligne Info-Onco ») de l'Hôpital général juif permet aux patients en ambulatoire souffrant d'effets secondaires de communiquer avec nos infirmières en oncologie entre 8 h et 16 h, du lundi au vendredi.

L'infirmière qui répondra à la ligne d'aide pour la gestion des symptômes vous évaluera par téléphone et élaborera un plan de soins pour les symptômes particuliers que vous éprouvez.

LA CHIMIO VOUS INCOMMODE?

Vous avez un doute? On vous écoute.

Téléphonez à la **ligne Info-Onco** dès que vous commencez à éprouver des symptômes.



La moitié des visites au Service de l'urgence en raison du cancer pourraient être évitées par un appel téléphonique.

LIGNE INFO-ONCO 514 340-8222, poste 25529
Du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h

Veillez téléphoner immédiatement si votre fièvre, prise par voie orale, est supérieure à 38 °C (100,4 °F). En cas de fièvre en dehors des heures de travail, veuillez vous rendre à la salle d'urgence.

Le traitement du cancer par chimiothérapie peut provoquer un certain nombre d'effets secondaires, tels que nausées, vomissements, fièvre, faiblesse, fatigue, réaction cutanée et problèmes du système digestif. Ces effets secondaires peuvent être assez graves et exigent souvent des visites au Département de l'urgence. Si vous avez des effets secondaires liés à votre traitement, veuillez téléphoner à la ligne d'aide dès que possible pour éviter une visite à l'Hôpital. Dans de nombreux cas, un appel téléphonique suffit.

Si, pour une raison quelconque, vous devez vous rendre au Département de l'urgence, n'oubliez pas ce qui suit :

- dites à l'infirmière de triage que vous êtes un patient atteint de cancer;
- fournissez le nom de votre oncologue.
- apportez **votre passeport d'oncologie** et une liste de vos médicaments et des traitements anticancéreux que vous recevez.

E

LIENS VERS DES VIDÉOS ÉDUCATIVES

1. Introduction au **Centre Segal du Cancer** à l'HGJ : <https://precare.ca/chemo-igh/>
2. **Visite virtuelle** du Centre Segal du Cancer :
<https://youtube.com/playlist?list=PLYQwWc2n-YC1PWL14q9oY6M3ACEeqM4Kq>
3. Guide de **La chimiothérapie** : <https://precare.ca/chemo/>
4. Guide de **L'immunothérapie** : <https://precare.ca/immunotherapy/>
5. Guide de **La nutrition pour le cancer** : (*activer les sous-titres pour la traduction en français*) <https://www.youtube.com/watch?v=wdWVa9dZlp0>
6. Guide de **la chirurgie** : <https://precare.ca>
7. Guide de **La Radiothérapie** (*cette vidéo peut ne pas vous concerner, veuillez en parler avec votre professionnel des soins de santé*) : www.hgj.ca/PreparationenRadiotherapie

NOTE : toutes les vidéos « Precare » sont disponibles dans plus de 18 langues. Cliquez sur le bouton « CC » en bas à droite de l'écran et choisissez la langue:



Autres ressources:

- **Informations sur les rendez-vous virtuels utilisant TEAMS :**
https://telesantequebec.ca/wp-content/uploads/2020/10/FR_Teams_guide_patient.pdf
- **Des informations détaillées et des ressources sur le retour au travail aux survivants du cancer :** <https://www.cancerandwork.ca/fr/>
- **Les droits des patients:**
https://cdn.ciusscentreouest.ca/documents/hgj/Patients_visiteurs/Comite_des_usagers/HGJ_Declaration_des_Droits_Ro_les_et_Avantages_des_Patients_brochure.pdf?1614632538
- **Passeport en oncologie :** <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-000469/>

F

LES SERVICES DE L'ESPOIR, C'EST LA VIE

Soutenir les patients et leurs familles tout au long de l'épreuve que constitue le cancer.

Pourquoi moi? Et maintenant? Voilà les premières questions qui viennent à l'esprit à la suite d'un diagnostic de cancer. Nos bénévoles, riches de leur propre expérience de la maladie, et supervisés par notre personnel compétent, offrent gratuitement aux patients et à leurs familles un vaste éventail de programmes et de services bilingues, au Centre de bien-être de L'espoir, c'est la vie et dans trois Services de l'Hôpital général juif (Oncologie, Radiothérapie et Soins palliatifs).

<https://lespoircestlavie.ca/fr/programmes-et-activites/>

De nombreux services sont également proposés en ligne.

Cliquez ici pour consulter le calendrier hopeandcope.ca/events-activities/.

- **Programme de réadaptation et d'exercice** : évaluations et programmes d'exercices individualisés
- **Soutien de bénévoles en clinique (Oncologie, Radiothérapie)** pendant les traitements
- **Thérapies créatives** telles que chorale, art, fabrication de bijoux
- **En famille** : programme conçu pour familles avec enfants jusqu'à 18 ans dont l'un des parents a le cancer
- **Ateliers d'énergie** : Reiki
- **Bibliothèque** : livres, brochures et dépliants
- **Belle et bien dans sa peau** : ateliers sur les soins de la peau, les techniques de maquillage et les coiffures
- **Nutrition** : conférences, cours de cuisine et ateliers interactifs
- **Soins palliatifs et deuil** avec mentors et groupes de soutien
- **Mentorat par des pairs** : jumelage avec un bénévole qui a vécu une expérience de cancer similaire
- **Relaxation, méditation et activités physiques** telles que yoga, Qi gong, Tai-chi et yoga
- **Groupes de soutien** pour le cancer en général et pour différents types de cancer
- **L'art de l'adaptation** : ateliers de techniques d'adaptation qui portent sur la résolution de problèmes et la gestion du stress
- **Programmes de transition** pour aider à progresser après les traitements
- **Perruques et écharpes**

Centre de bien-être de L'espoir, c'est L'espoir, c'est la vie – Bureau principal

3755, chemin de la Côte-Sainte-Catherine
Local E 730.1 (Pavillon E, 7e étage)
Montréal, QC H3T 1E2
Téléphone : 514-340-8255
www.lespoircestlavie.ca

4635, chemin de la Côte-Sainte-Catherine
(coin Lavoie)
Montréal, QC H3W 1M1
Téléphone : 514-340-3616
hopecope@jgh.mcgill.ca

G

LE QUESTIONNAIRE DE MIEUX-ÊTRE

Votre équipe soignante souhaite mieux comprendre comment vous vous sentez, vos préoccupations et vos symptômes tout au long de votre traitement. Si vous êtes un patient externe, il vous sera demandé de remplir le questionnaire sur le bien-être 48 heures avant votre rendez-vous de traitement sur le site.

Cela nous aidera à améliorer la qualité des soins et la communication avec votre équipe, et à réduire les symptômes. Veuillez remplir le questionnaire sur le bien-être à l'aide du code QR ou du lien que nous vous avons envoyé par courriel. Si vous avez des questions, contactez-nous par courriel à jgh.oncologysurveys.ccomtl@ssss.gouv.qc.ca



BELONG APP offre aux patients, à leur famille et à leurs amis des informations, des ressources et un soutien bilingues sur le site tout au long de leur parcours de soins.

L'équipe d'oncologie du CIUSSS Segal Cancer a inclus dans le BELONG APP :

1. Un espace pour les patients et les membres de la famille/soignants pour discuter et obtenir le soutien d'un pair, et le soutien de L'espoir c'est la vie.
2. Des informations, des vidéos éducatives, y compris un dossier d'orientation, des vidéos sur la nutrition, une visite du Segal Cancer, des fiches de conseils sur la gestion des symptômes, etc.
3. Ressources dans la communauté et sites web fiables (Belle et bien dans ma peau, Société canadienne du cancer, Fondation québécoise du cancer, Cancer et Travail, transport et finances, etc.)

Pour y avoir accès, veuillez scanner le code QR ci-dessous.



 Espace patients
Communauté fermée

 Espace aidants
Communauté fermée



STATIONNEMENT ET TRANSPORT

Les nouveaux règlements gouvernementaux accordent deux (2) heures de stationnement gratuit dans le terrain de stationnement souterrain. Au-delà de ces deux heures, le tarif est le suivant :

ENTRE 2 HEURES JUSQU'À 3 HEURES 59 MIN : 3,25 \$

ENTRE 4 ET 24 HEURES : 5,50 \$

Renseignez-vous auprès de la réceptionniste pour la formule nécessaire, et avez avec vous votre carte d'hôpital.

VOUS POUVEZ ACHETER UN COUPON POUR LE STATIONNEMENT AUPRÈS DU BUREAU DE STATIONNEMENT :

- Visites ambulatoires : 24,75 \$ pour une semaine ou 49,75 \$ pour un mois
- Patients hospitalisés : 51,00 \$ pour une semaine ou 102 \$ pour un mois

Le bureau du stationnement est situé au rez-de-chaussée du pavillon K, (KAS 106) près du bureau de la sécurité.

L'espoir, c'est la vie pourrait vous aider à trouver des ressources communautaires ou privées pour le transport en automobile. Allez au bureau 730.1 au pavillon E ou téléphonez, au 514 340-8255.



En recherche d'un médecin de famille :

Appellez 811 option 3

Souhaitez-vous de l'aide pour arrêter de fumer ou de vapoter ?

<https://www.quebecsanstabac.ca/jarrete> ou 1866-527-7383

IMPORTANT : VEUILLEZ LIRE Ce document a été conçu à des fins éducatives. Il ne remplace pas l'avis médical ou les directives d'un(e) professionnel(le) de la santé et ne se substitue pas à des soins médicaux. Contactez un(e) professionnel(le) de la santé qualifié(e) pour toute question au sujet de vos soins de santé.

Ce document est protégé par les droits d'auteur. Droit d'auteur HGJ Révisé en juin 2025



HOPE & COPE L'ESPOIR C'EST LAVIE

P Bureau de stationnement / Parking Office:
Safeway, Pav. K, KAS-106 (Étage S1 / Level S1)
514.340-8222, poste / ext. 22084 ou/our
parking@gh.mcgill.ca

AV. BOURRET AVE.
P STATIONNEMENT INTÉRIEUR
INDOOR PARKING



RUE LAVOIE ST.
Vers Métro Côte-Ste-Catherine
Toward Côte-Ste-Catherine Metro

1 Coordonnatrice du programme de soutien en oncologie
Oncology Support Program Coordinator
Bureau/Office: E-748
514.340-8222, poste/ext. 23531

3 Coordonnatrice du département de radio-oncologie et du programme En famille
Radiation Oncology and En famille Coordinator
Bureau/Office: G-18.85
514.340-8222, poste/ext. 22591

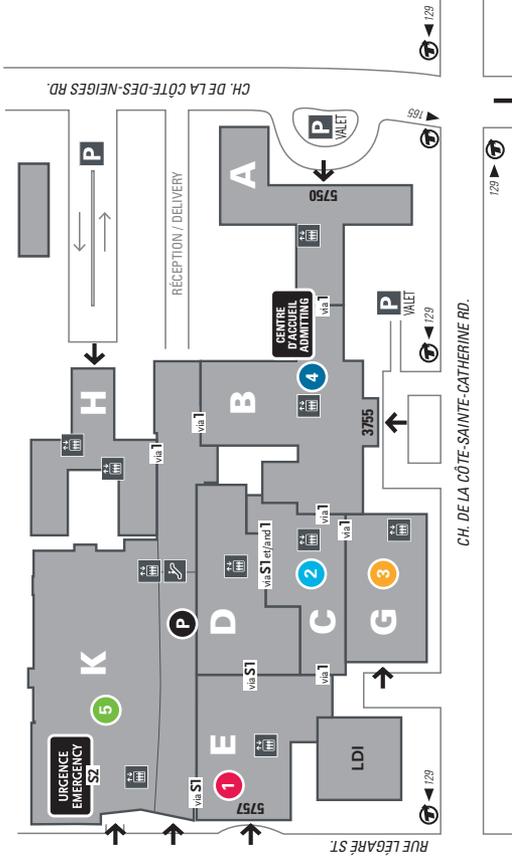
4 Coordonnatrice des soins palliatifs et du programme de deuil
Palliative Care and Bereavement Program Coordinator
Bureau/Office: B-400.1
514.340-8222, poste/ext. 23985

6 Coordonnatrice du programme de soutien au Centre de bien-être
Wellness Centre Support Program Coordinator
Bureau/Office: Wellness Centre/Centre de bien-être
514.340-3616, poste/ext. 208

P Stationnement
Parking

↑ Entrée
Entrance

Ascenseurs
Elevators



1 Bureau principal de L'espoir, c'est la vie / Hope & Cope Main Office - E-730.1
Oncologie, Centre du cancer Segal / Oncology, Segal Cancer Centre - E-762
Centre de prélèvements pour oncologie / Oncology Blood Lab - E-778
Pav. E, 7^e étage / 7th floor

2 Radiologie / Radiology - C-206
Pav. C, 2^e étage / 2nd floor

3 Radio-oncologie / Radiation Oncology
Pav. G - Zone de traitement et clinique des médecins (G-18), sous-sol (S1)
Treatment area and doctors' clinic (G-18), basement (S1)

4 Bureau de soins palliatifs de L'espoir, c'est la vie / Hope & Cope Palliative Care Office - B400-1
Pav. B, 4^e étage / 4th floor

5 Bureau de L'espoir, c'est la vie / Hope & Cope Office, K-7008
Pav. K, 7^e étage / 7th floor

6 Centre de bien-être pour le cancer de L'espoir, c'est la vie / Hope & Cope Cancer Wellness Centre
4635, ch. de la Côte-Sainte-Catherine (coin/corner Lavoie) 514.340-3616

129 ▶

Vers Métro
Côte-des-Neiges
Toward
Côte-des-Neiges
Métro