

LUTTONS ENSEMBLE CONTRE LE CANCER DU SEIN

Europa Donna Belgium s'engage à poursuivre son action pour lutter contre le cancer du sein. Pour mener à bien cette lutte, nous avons besoin de vous et de votre soutien financier.

DEVENIR MEMBRE DE EUROPA DONNA BELGIUM

Pourquoi ?

- pour soutenir nos actions
- pour être informé de l'actualité politique européenne et belge concernant la lutte contre le cancer du sein
- pour faire entendre votre voix
- pour obtenir la concrétisation des points suivants :
 - o un dépistage de qualité, un accompagnement psycho-social des patientes, de leur famille et de leur entourage, un suivi du fonctionnement des cliniques du sein.

Vous souhaitez soutenir nos actions pour atteindre ces objectifs ? Devenez membre de notre association !

La cotisation annuelle de membre d'Europa Donna Belgium s'élève à 15 € ou 25 € avec le foulard Europa Donna Belgium.

Des donations plus généreuses sont les bienvenues.

Aidez-nous à combattre le cancer du sein et versez votre contribution :

- **soit directement en ligne :**
 - o remplir le formulaire en ligne sur www.europadonna.be/fr/s-impliquer/cotisation.html o et payer directement la somme de 15 € ou 25 € ou plus, en choisissant le type de cotisation "membre adhérent" et le tarif de votre choix. Un justificatif vous sera envoyé.
- **soit par courrier et virement bancaire :**
 - o compléter ce Bulletin d'adhésion et nous l'envoyer par courrier postal (voir adresse page 1) ou le scanner et l'envoyer par mail à info@europadonna.be

Bulletin d'adhésion à Europa Donna Belgium :

Nom : Prénom :
Adresse :
.....
E-mail :

o et verser la somme de 15€, 25 € ou plus au compte IBAN : BE42 0015 0438 8154 en mentionnant obligatoirement dans la communication :
"cotisation membre adhérent" + votre nom et prénom + votre adresse e-mail

Les informations personnelles, comme le nom, l'adresse, l'adresse e-mail, le numéro de téléphone, etc., sont exclusivement fournies de manière volontaire. En transmettant ces données, vous acceptez qu'Europa Donna Belgium les utilise pour vous envoyer des « newsletters », de l'information utile ainsi que des invitations pour des activités. Europa Donna Belgium ne transmettra et ne vendra, ni en totalité ni en partie, ces données personnelles à des tiers. Elle veillera à traiter ces données conformément aux dispositions de la réglementation européenne relative au traitement des données à caractère personnel (GDPR - EU Reg.2016/679).



Coalition européenne contre le cancer du sein
Lutter pour des soins optimaux
NEWSLETTER

Périodique Newsletter n° 22, 2020

LA SAGA DES CLINIQUES DU SEIN



Depuis 2007, il existe un arrêté royal en Belgique qui définit les critères pour qu'un centre puisse s'appeler «Clinique du sein ». Il y a des **exigences quantitatives** autant que **qualitatives**.

Un **centre coordinateur** doit traiter annuellement au minimum **125 nouvelles femmes** ayant un cancer du sein, un centre satellite 60. Chaque chirurgien doit opérer minimum **50 nouveaux cas par an**. Au minimum **2 chirurgiens ou gynécologues** travaillant à 8/10ème dans la clinique et plusieurs autres **spécialistes médicaux et paramédicaux** doivent y travailler. Toutes ces personnes doivent avoir en plus de leur spécialité, une connaissance approfondie du cancer du sein.

Malheureusement **cet AR reconnaît le Centre, qui peut porter le titre « Clinique du sein », mais ne protège nullement les femmes, atteintes par un cancer du sein**, car un traitement de cancer du sein peut se faire dans n'importe quel hôpital par n'importe quel chirurgien ou gynécologue, même si ce médecin ne traite que 5 femmes par an !

Les personnes ayant un cancer de l'œsophage ou du pancréas doivent depuis peu être obligatoirement prises en charge dans des services spécialement dédiés à ces pathologies. C'est **regrettable** que ce ne soit pas le cas pour les personnes atteintes d'un cancer du sein.

Europa Donna Belgique demande avec insistance aux autorités que les **personnes atteintes d'un cancer du sein soient obligatoirement prises en charge dans des Cliniques du sein agréées**. Leur chance de survie est nettement meilleure, leur traitement mieux adapté et en plus, leur qualité de vie est bien meilleure !

Qu'attend le gouvernement pour agir ?

Europa Donna a besoin de vous pour appuyer cette demande.

Dr. Birgit Carly

Vice-Présidente d'Europa Donna Belgium

Board

Présidente :
Marie-Claire Hames

Vice-présidentes :
Birgit Carly et
Chantal Goossens

Secrétaire :
Khadija Chentouf

Trésorière :
Rita Deconinck

Déléguée européenne :
Anne Vandenbroucke

Représentante nationale :
Annette Hirsch

Conseillères : Erika Joos,
Stéphanie Kint,
Nicole Van Geel,
Borstkanker Vlaanderen vzw
représentée par
Anita Van Herck

Membre honoraire :
Sibylle Fleitmann

Nous contacter

Europa Donna Belgium asbl
Avenue W. Churchill 11/30
1180 Bruxelles

info@europadonna.be
www.europadonna.be

IBAN BE42 0015 0438 8154

Entreprise n° 471.922.816

PYRAMIDE ALIMENTAIRE 2020

L'alimentation est, depuis des années, considérée comme un facteur primordial de prévention primaire, c'est qui permet de réduire le risque d'être atteint d'un cancer ou d'autres pathologies.

Cette **prévention primaire** est à notre portée, sans grande révolution. Des **changements** journaliers dans nos habitudes alimentaires et comportementales peuvent avoir de grands effets sur le long terme.

Une **nouvelle pyramide** est arrivée en février 2020. Elle inclut de nouveaux concepts tels que les **produits locaux** et la **réduction de nos emballages**. Les grammages sont indiqués en lieu et place des portions.

La prévention primaire sauvera des vies, augmentera la santé globale de la population et procurera une meilleure qualité de vie.

Ne pas oublier de bouger tous les jours, au grand air c'est encore mieux. Chacune à notre rythme et surtout sans culpabilité.

Petits conseils :

- cuisiner de saison et en famille
- acheter des produits locaux et de saison, si possible bio
- prendre les repas dans une ambiance calme
- essayer de nouvelles recettes
- cuisiner plusieurs portions à la fois
- manger de la soupe ou potage tous les jours
- préparer un repas de midi fait "maison"
- diminuer la quantité de sucre dans les préparations
- limiter très très fortement le sel
- utiliser du bon de matériel de cuisson
- ne jamais utiliser des matières plastiques pour cuisiner.

Marie-Claire Hames

Présidente de Europa Donna Belgium

La Pyramide Alimentaire



Non indispensables
Produits gras, sucrés et/ou salés, vendus transformés, boissons sucrées et/ou alcoolisées

En petites quantités

Fruits à coque et graines
15 à 25 g par jour

VVPOLAV
(ou vendues, volatiles, poissons, œufs, légumineuses, alternatives végétales)
boisson et fruits de mer 1 à 2 fois par semaine
100 g de viande rouge max. 300 g par semaine

Matières grasses ajoutées
Modérément et varier les sources

Produits laitiers et alternatives végétales enrichies en calcium
250 à 500 g de lait ou équivalents laitiers par jour

Écoulants
A chaque repas • Min. 125 g de produits céréaliers complets par jour

Légumes
Min. 300 g par jour

Eau et boissons non sucrées
Eau à volonté

Fruits
250 g par jour

Activité physique

30 minutes de marche rapide (ou équivalent) par jour

Où sont les cliniques du sein ?

Toutes les **cliniques du sein agréées en Belgique** sont listées sur notre site.

En outre, il existe actuellement **un agrément européen** que le centre coordinateur peut demander sur base volontaire. Les exigences reposent sur des directives d'EUSOMA (European Society Mastology). Le centre est soumis annuellement à un audit. Les femmes qui se font traiter dans ces centres-là sont sûres d'avoir les meilleurs soins disponibles et possibles aujourd'hui pour leur cancer du sein. Vous trouverez également la liste de ces centres sur notre site.

Liste et carte : www.europadonna.be/fr/dossiers/ou-sont-les-cliniques-du-sein.html

ENTRER DANS UNE ÉTUDE CLINIQUE : POURQUOI EST-CE IMPORTANT ?

Retenez l'histoire de Mouna, 38 ans et celle, tout aussi vraie de Sandrine, 54 ans.

Mouna a 3 jeunes enfants et un cancer du sein d'emblée métastatique : elle a 3 lésions dans le foie. Elle consulte pour un second avis juste avant de démarrer l'hormonothérapie. On lui propose de participer à une étude européenne qui vise à mieux comprendre sa maladie : on ne lui a pas caché qu'un bénéfice direct pour elle n'est pas garanti et qu'elle doit accepter une biopsie d'une lésion hépatique. Mouna hésite... Ne va-t-elle pas servir de « cobaye » ? Son mari l'encourage. Elle signe le consentement éclairé. La biopsie, contre toute attente, révèle que les cellules cancéreuses sont riches en une antenne appelée HER2 : toute la stratégie thérapeutique s'en trouve modifiée et Mouna aura accès à plusieurs thérapies ciblant HER2, qui augmenteront sensiblement son espérance de vie.

Sandrine n'a pas répondu à 3 lourdes chimiothérapies prescrites pour son cancer du sein « triple négatif » métastatique qui progresse inexorablement et rapidement. Son oncologue pourrait lui prescrire la 4e ligne de chimiothérapie mentionnée dans les « guidelines » mais il l'encourage à consulter dans le centre anticancéreux de référence où s'est ouverte l'étude d'un nouveau médicament anticancéreux dans lequel on place beaucoup d'espoir mais dont on ne peut chiffrer ni les chances de succès ni les risques de toxicité sévère.

L'angoisse de Sandrine est calmée par l'infirmière de coordination : on lui assure qu'elle fera l'objet d'un suivi très serré. Elle pourra, le cas échéant, décider d'arrêter l'étude. Sandrine va présenter une réponse spectaculaire de 2 ans à ce nouveau traitement d'immunothérapie.

Que retenir des histoires de Mouna et Sandrine ?

1. Les études cliniques apportent souvent des **chances supplémentaires** aux patients, en termes de diagnostic et/ou de traitement.
2. Elles sont passées en revue par des **Comités d'Éthique** et sont souvent monitorées par un comité indépendant constitué d'experts non impliqués dans l'étude et chargés de garantir la sécurité des patients.
3. Elles offrent souvent un **suivi renforcé et personnalisé** par des infirmiers de recherche clinique.
4. Il est important de **screener le paysage des essais cliniques** tôt dans la maladie et de ne pas avoir peur d'en parler avec l'oncologue traitant.
5. Les oncologues belges du Nord et du Sud du pays collaborent entre eux et peuvent ainsi offrir aux patients un **événement riche** d'essais cliniques qui donnent accès à des **traitements innovants**.

P. Martine Piccart