

En collaboration avec la



ligue genevoise contre le cancer

Autour du cancer

Informations, témoignages

une sélection de ressources pour être bien informé

3^e édition



Brochures déjà parues

Ces brochures ont pour objectif de proposer une sélection de livres, de multimédias, de sites web pertinents, d'associations de patients.

Il existe 12 brochures thématiques différentes disponibles gratuitement en pdf et en papier, sur demande.

Pour les jeunes et leurs parents

- ▶ Emotions
- ▶ Sommeil et cerveau
- ▶ ADN, génétique, corps humain
- ▶ L'enfant, l'ado face au cancer

Pour les adultes

- ▶ Autour du cancer
- ▶ Peur anxiété stress... pas de panique
- ▶ Mort, deuil, soins palliatifs
- ▶ Se ressourcer autrement
- ▶ Santé étudiants
- ▶ Diabète de type 1 et 2
- ▶ La médecine de premier recours
- ▶ Mémoire et apprentissage



Nous sommes à votre disposition pour vous aider et vous accompagner dans vos recherches d'information, n'hésitez pas à nous solliciter.

L'information fournie ne remplace pas celle donnée par les professionnels de santé, mais contribue à enrichir la relation entre le patient, son entourage et son médecin ou un professionnel de santé qualifié.

Bonne lecture!

Visitez notre site web

Vous y trouverez toutes les brochures à télécharger et des informations complémentaires: www.unige.ch/biblio/sante

Commander une brochure papier:

Sur simple demande à: cds-medecine@unige.ch

Sommaire

SÉLECTION DE PORTAILS SANTÉ	7
SUGGESTIONS DE LECTURE	11
1. Généralités / vie quotidienne.....	11
2. Alimentation / prévention	13
3. Alimentation pendant un cancer	14
4. Traitements / recherche.....	15
5. Approches complémentaires.....	16
6. Témoignages de malades.....	18
7. Témoignages de proches.....	21
8. Après un cancer.....	22
9. Esthétique / bien-être / sexualité	23
RESSOURCES WEB	25

E di

Cette brochure, réalisée par la bibliothèque de l'Université de Genève, site Uni CMU, avec la collaboration de la Ligue genevoise contre le cancer, a pour objectif de vous proposer une sélection de livres et de multimédias en lien avec le cancer chez l'adulte.

Face à une thématique aussi délicate et complexe, cette sélection ne peut être exhaustive; nous espérons cependant que les éclairages variés qu'apportent ces documents pourront offrir des pistes de réflexion et un peu de soutien aux personnes confrontées à un cancer ou à celui d'un proche.

Le contenu de chaque livre ou document étant l'expression de la pensée de son auteur, il ne pourrait être considéré comme ayant valeur médicale. Cette démarche de l'UNIGE a pour objectif de vous aider dans votre recherche et se veut également une invitation au dialogue, en famille et avec l'équipe médicale

Prof. Pierre-Yves Dietrich

Chef du Centre d'Oncologie, HUG Département de médecine interne des spécialités, Faculté de médecine de l'Université de Genève

tos

La Ligue genevoise contre le cancer, souvent sollicitée par des personnes en quête de conseils de lectures adaptées, s'est associée à la bibliothèque de l'Université de Genève, site Uni CMU pour vous proposer cette brochure.

Si vous souhaitez aller plus loin dans vos recherches de documentation la bibliothèque de l'Université de Genève, site Uni CMU peut vous y aider et l'équipe infirmière de la Ligue est disponible pour discuter avec vous des questions et réflexions qui peuvent émerger de vos lectures ou des images visionnées.

Lucienne Bigler-Perrotin

Directrice, Ligue genevoise contre le cancer

Comment reconnaître un site web de qualité et développer une lecture critique des informations en ligne?

1. S'INFORMER SUR LE OU LES AUTEURS DU SITE

- ▶ **Qui a créé** le site repéré?
Est-il possible d'obtenir de l'**information sur l'auteur**/l'éditeur du site?
Privilégier: médecin, patient, universités, hôpitaux publics, office ou départements fédéraux et cantonaux de santé publique, organisations internationales, associations professionnelles médicales, associations de patients.
- ▶ Quelle est l'**expertise** et la **reconnaissance** de cet auteur dans le domaine?
S'agit-il d'un **auteur indépendant**, sans lien avec des entreprises commerciales ou pharmaceutiques?

2. ÉVALUER LA QUALITÉ DE L'INFORMATION

- ▶ Quel est l'objectif du site: site d'information ou site commercial ou pharmaceutique?
- ▶ De quand date la publication?
- ▶ Quelle est la fréquence de mise à jour de l'information?

Trucs & astuces:

- ▶ N'hésitez pas à visiter plusieurs sites pour comparer leurs résultats.
- ▶ Privilégiez les portails médicaux qui contiennent des informations validées (issues des résultats de la recherche scientifique), contrairement aux moteurs de recherche standards.

ATTENTION:

La recherche d'informations en santé sur Internet ne doit pas remplacer une consultation médicale. Internet est un outil d'information, pas de diagnostic.

N'hésitez pas à parler des résultats obtenus avec un professionnel de santé qualifié.

SÉLECTIONS DE PORTAILS SANTÉ

Des sources fiables et de qualité qui proposent des informations validées par des professionnels de la santé.

En français

PLANÈTE SANTÉ

www.planetesante.ch

Portail médical suisse. Met gratuitement à disposition de tous des contenus validés par des médecins romands.

Possibilité de rechercher par maladie:

www.planetesante.ch/Maladies/Rechercher-une-maladie

CISMEF Patients

doccismef.chu-rouen.fr/dc/#env=pat&restartApplication

Catalogue et index des sites médicaux francophones à destination des patients et de leur famille.

HON: Health On the Net

www.hon.ch/HONsearch/Patients/index_f.html

Moteur de recherche qui sélectionne et certifie la fiabilité et la crédibilité de l'information médicale et de santé sur le web.

AKOS: traité de médecine

www.em-premium.com/traite/tm

Encyclopédie médicale rédigée par des praticiens.



Ressource en ligne accessible par abonnement: veuillez-vous adresser à la Bibliothèque de l'Université de Genève pour la consultation

Pour aller plus loin: vidéos et dossiers informatifs en santé

OFSP (Office fédéral de la Santé publique) – Maladies et médecine

www.bag.admin.ch/themen/medizin/

Informations sur les maladies, leurs symptômes et leur prévention, ainsi que des données chiffrées, à l'échelle de la Suisse.

Fédération Romande des consommateurs – Santé & bien être

www.frc.ch/categorie/sante-bien-etre/

Articles et dossiers d'actualité sur la consommation en matière de santé.

ATLAS MÉDICAL

www.chuv.ch/chuv_home/patients-et-familles/chuv-patients-services/chuv-patients-services-atlas-medical-alphabetique.htm

Courtes vidéos pour expliquer simplement une pathologie, une intervention médicale.

ALLO DOCTEURS

www.allodocteurs.fr

Nombreux dossiers et vidéos sur tous les thèmes de santé.

RTS découverte santé et médecine

www.rts.ch/decouverte/sante-et-medecine/

Explications brèves et concises sur différents thèmes scientifiques d'actualité.

INSERM: dossiers d'information

www.inserm.fr/dossiers-d-information

Dossiers d'informations sur les grandes questions de santé et sur la recherche biomédicale.

DiscutonsSante.ca

www.discutonsante.ca

Pour vous aider à communiquer plus efficacement durant vos rendez-vous médicaux.

Santé de l'enfant et de l'adolescent

MON ENFANT EST MALADE

www.monenfantestmalade.ch

Multitude de conseils pratiques vous permettant de prendre soin de votre enfant malade ou blessé.

ABOUT KIDS HEALTH

www.aboutkidshealth.ca

Sources d'information à but non lucratif sur la santé des enfants.

CIAO.CH

www.ciao.ch/f/

Site d'aide et d'informations pour les adolescents. Permet aux jeunes romands de 11 à 20 ans de poser des questions anonymement et gratuitement à des spécialistes. Espace interactif de forums, tchats et témoignages.

Maladies rares

INFO MALADIES RARES

www.info-maladies-rares.ch

Portail romand d'information sur les maladies rares qui informe et oriente les patients, leurs proches et les professionnels vers les consultations spécialisées en Suisse romande et vers les ressources utiles.

ORPHANET

www.orpha.net

Portail de référence sur les maladies rares et les médicaments orphelins, pour tous publics. Disponible en 5 langues: français, anglais, allemand, italien et espagnol.

En anglais

COCHRANE

www.cochranelibrary.com

Accès gratuit pour toute la population suisse

Résumés de la recherche médicale en langage clair: données indépendantes de haute qualité pour guider les patients dans la prise de décision en santé.

Résumés en français des données probantes:

www.cochrane.org/fr/evidence

UpToDate Patient

www.uptodate.com/contents/table-of-contents/patient-information

Base de connaissances cliniques factuelle rédigée par des praticiens: apporter une réponse immédiate à sa question clinique sous la forme la plus récente.



Ressource en ligne accessible par abonnement: veuillez-vous adresser à la Bibliothèque de l'Université de Genève pour la consultation.

MEDLINEPLUS

www.nlm.nih.gov/medlineplus/medlineplus.html

Information détaillée associée à une multitude de problématiques en santé. Bien que l'interface d'interrogation soit en anglais, il est possible de trouver de l'information en français.

Thèmes de santé:

www.nlm.nih.gov/medlineplus/healthtopics.html

Encyclopédie médicale:

www.nlm.nih.gov/medlineplus/encyclopedia.html

MAYO CLINIC Patient Care and Health Information

www.mayoclinic.org/patient-care-and-health-information

Excellente documentation rédigée par des praticiens sur divers sujets médicaux pour les patients.

SUGGESTIONS DE LECTURE

I. Généralités / vie quotidienne



Le cancer

Pierre-Yves Dietrich, Elisabeth Gordon, Angela Pugliesi-Rinaldi
Planète santé, 2016
J'ai envie de comprendre

Ce livre aborde de manière simple et claire la maladie, ses causes, ses traitements et sa prévention.

QZ 201 DIE



Cancer: les bonnes questions à poser à votre médecin

Nicole Delépine
Michalon, 2016

Des conseils pour aider les patients atteints de cancer à préparer leurs consultations de manière à poser les questions adaptées à leur médecin. Le premier chapitre comprend des réponses à des interrogations générales et le reste de l'ouvrage aborde successivement les tumeurs du poumon, de la prostate, du rein et du sein.

QZ 201 DEL



Quand une cellule déraile: comprendre le cancer

Filip Lardon
Mardaga, 2014

Une description du cancer (apparition, développement, conséquences, etc.) et de ses aspects cliniques (diagnostic, perspectives et traitements), illustrés de schémas.

QZ 201 LAR



Comment parler du cancer d'un jeune parent à son enfant

Léa Ganzel
J. Lyon, 2014

Conseils pour parler aux enfants du cancer de leurs parents, expliquer les traitements, répondre aux angoisses et gérer la vie quotidienne durant les phases successives de la maladie.

Site de l'auteur:

www.cancerjeuneparent.com

QZ 201 GAN



L'empereur de toutes les maladies: une biographie du cancer

Siddhartha Mukherjee
Flammarion, 2013

Ce livre retrace l'histoire du cancer, de ses multiples formes et de ses traitements. L'auteur, cancérologue, explique les découvertes médicales, les avancées scientifiques et les thérapies futures permettant de lutter contre cette maladie.

QZ 201 MUK



Question(s) cancer

Jean-Louis Henri, Pascal Pujol
Actes Sud, 2014

Face à l'angoisse de la mort et à toutes les fausses croyances qu'elle engendre, chacun cherche ses mots. Trois médecins oncologues renommés répondent à toutes les questions que se posent les personnes atteintes d'un cancer et leurs proches.

QZ 201 PUJ

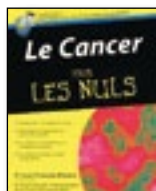


Dictionnaire humanisé des cancers

Bernard Hoerni, Jacques Robert
Frison-Roche, 2011 / 4^e éd. revue, complétée et mise à jour

Les personnes atteintes d'un cancer, leur famille et les soignants trouveront dans ce dictionnaire des informations scientifiques, pratiques et fiables ainsi qu'un accompagnement.

QZ 201 HOE



Le cancer pour les nuls

Jean-François Morère
First, 2011

A partir des dernières découvertes scientifiques et des témoignages de patients, ce guide présente les causes des cancers, la prévention et le dépistage, ainsi que des recettes pour suivre une alimentation saine.

QZ 201 MOR



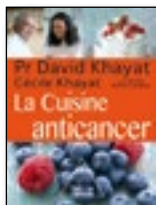
La force du lien face au cancer

Marie-Frédérique Bacqué, François Baillet
O. Jacob, 2009

Cet ouvrage aborde aussi bien le diagnostic, les effets traumatisants de l'annonce, le traitement, ainsi que les angoisses de mort. Il expose les divers aspects de la maladie, du corps qui se déforme à l'image de soi qui se détériore, des risques de rechute au suivi du malade guéri.

QZ 201 BAC

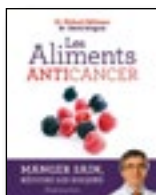
2. Alimentation / prévention



La cuisine anticancer

David et Cécile Khayat; avec Nathalie Hutter-Lardeau
O. Jacob, 2016

120 recettes permettant de limiter les risques de cancer. 60 fiches produits pour connaître les bienfaits des aliments, leurs propriétés et pour bien manger pour mettre toutes les chances de votre côté et limiter le risque de cancer. Vous découvrirez avec ce livre qu'il est possible de faire bon pour le goût et bon pour la santé en même temps!



Les aliments anticancer: manger sain, réduire les risques

Richard Béliveau, Denis Gingras
Flammarion, 2016

Cet ouvrage présente les nouvelles découvertes sur le cancer et le rôle de l'alimentation dans la prévention et la lutte contre son développement, avec notamment un zoom sur les aliments anticancéreux et des menus.

QZ 201 BEL



Prévenir le cancer: ça dépend aussi de vous

David Khayat
O. Jacob, 2014

Guide de prévention anticancer abordant tous les sujets permettant de limiter les risques de développer la maladie. Le cancérologue propose différentes pistes pour modifier les comportements quotidiens, non seulement dans le domaine de l'alimentation, mais aussi du sommeil, de la sexualité, de la prise de médicaments, du travail de nuit, de la qualité du cuir des chaussures, de la pollution, etc



Anticancer: prévenir et lutter grâce à nos défenses naturelles

David Servan-Schreiber
R. Laffont, 2010

Existe aussi en version audio

Dans ce récit de sa propre expérience, l'auteur présente 4 approches pratiques de prévention et d'accompagnement des traitements: se prémunir contre les déséquilibres de l'environnement, ajuster son alimentation, comprendre et se guérir des blessures psychologiques et tirer parti d'une relation à son corps qui stimule le système immunitaire et calme l'inflammation propre aux tumeurs.

QZ 201 SER



Le secret des peuples sans cancer

Jean-Pierre Willem

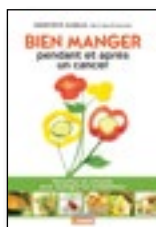
Dauphin, 2016

Nouv. éd.

Défenseur des médecines naturelles, l'auteur a créé en 1986 une association humanitaire, Les médecins aux pieds nus. Il met à jour les dernières découvertes sur le cancer en retraçant la vie de communautés exemptes de maladies dégénératives. Une deuxième partie présente les techniques de dépistage et de prévention.

QZ 201 WIL

3. Alimentation pendant un cancer



Bien manger pendant et après un cancer

Geneviève Nadeau

Ed. la semaine, 2011

L'appétit et le goût de bien manger ne sont pas toujours au rendez-vous chez les personnes atteintes de cancer. En plus du diagnostic, des traitements, les gens qui combattent le cancer composent avec plusieurs symptômes et effets secondaires. Dans ce contexte, bien se nourrir n'est pas toujours évident! La nutrition s'avère essentielle à toutes les étapes du traitement contre le cancer, même lors de la période de rétablissement.

QZ 201 NAD



Les meilleures recettes pendant une chimiothérapie ou une radiothérapie

José Van Mil

Guy St Jean, 2013

Des recettes spécialement conçues et adaptées pour répondre aux besoins spécifiques des personnes suivant un traitement de chimiothérapie ou de radiothérapie. Celles-ci subissent souvent des changements quant à leur appétit et leur goût en plus des douleurs à la bouche, de la difficulté à déglutir ou des nausées. Or, il est vital qu'elles continuent à bien s'alimenter!

QZ 201 VAN

4. Traitements / recherche

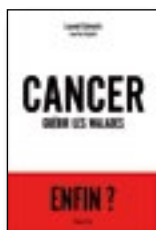


La nouvelle médecine du cancer: histoire et espoir

Thomas Tursz
O. Jacob, 2013

Un cancérologue fait le point sur l'état des recherches autour du cancer. Il décrit les derniers progrès accomplis dans la connaissance biologique et génétique des tumeurs, les nouveaux médicaments, la thérapie génique, etc., et évoque les perspectives qui s'offrent aux malades à travers la médecine personnalisée qui adapte les traitements en fonction de chaque cas.

QZ 201 TUR



Cancer: guérir tous les malades? enfin?

Laurent Schwartz
Hugo&Cie, 2013

Le cancérologue Laurent Schwartz, a réuni d'éminents scientifiques de diverses disciplines pour analyser les causes de l'échec de la lutte contre le cancer depuis 50 ans et explorer de nouvelles voies de traitement. Les premiers résultats expérimentaux s'annoncent extrêmement encourageants.

QZ 201 SCH



Nouveau regard sur le cancer: pour une révolution des traitements

Jean-Pascal Capp
Belin-Pour la science, 2012

Remettant en cause la vision purement génétique de l'origine du cancer, l'auteur souligne dans cet essai le rôle essentiel de l'environnement des cellules dans la cancérogenèse.

QZ 201 CAP



Les souffrances psychologiques des malades du cancer: comment les reconnaître, comment les traiter?

Patrick Ben Soussan, Eric Dudoit
Springer, 2011

Point sur la détresse psychologique qui assaille les malades du cancer, cet ouvrage se propose de témoigner de la rencontre avec le réel de la maladie cancéreuse et avec tout l'imaginaire qu'elle suscite.

QZ 201 BEN

5. Approches complémentaires



Vivre au mieux avec un cancer: grâce à la thérapie cognitive et comportementale

Alexandra Meert

O. Jacob, Guide pour s'aider soi-même, 2015

Aide les personnes atteintes d'un cancer à comprendre ce qui se passe en elle, à faire avec la colère, l'effroi, le désespoir et le sentiment d'injustice qui les traversent, et mettre à distance les interprétations négatives. Les thérapies utilisées, comportementales et cognitives, travaillent sur les pensées et sur l'acceptation de la réalité.

QZ 201 MEE



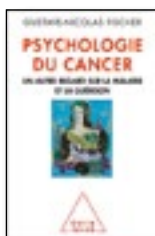
Comment mieux supporter les traitements du cancer grâce aux approches complémentaires

Valérie Foussier, Vanessa Kus

J. Lyon, 2014

Présentation de pratiques permettant aux patients de mieux tolérer les traitements lourds du cancer et leurs effets secondaires. Les spécialistes proposent l'usage de médecines douces, de l'hypnose, du magnétisme, du reiki, de l'art-thérapie ou de la réalisation de soi pour soulager les patients.

QZ 201 FOU



Psychologie du cancer: un autre regard sur la maladie

Gustave-Nicolas Fischer

O. Jacob, 2013

Cette recherche, à la fois rigoureuse et profondément humaniste, amène des réponses aux interrogations qui nous hantent: un cancer peut-il être provoqué par des facteurs psychologiques? Quels sont les impacts psychiques induits par cette maladie? Enfin, quelles sont les ressources intérieures qui aident les malades à supporter leur état et favorisent la guérison?

QZ 201 FIS



Cancer et homéopathie

Jean-Lionel Bagot

Unimedica, 2016

2^e éd. enrichie

Sans être un traitement du cancer, l'homéopathie peut atténuer les effets secondaires et améliorer la qualité de vie du patient. Les différents stades de la maladie sont traités, depuis son annonce à l'après-traitement en passant par la chirurgie, la chimiothérapie, la radiothérapie, la douleur et les soins palliatifs.

QZ 201 BAG



Sport et cancer: Etat des lieux quand la pratique sportive devient une aide pour les personnes touchées par le cancer

Jean-Marc Despotes, Thierry Bouillet
Chiron, 2012

Les auteurs montrent en quoi le sport a sa place dans un programme de politique de santé, particulièrement dans le cadre de la pathologie cancéreuse, et au-delà de l'idée selon laquelle le sport est bon pour la santé.

QZ 201 DES



Surmonter l'épreuve du cancer: guide pratique et CD de relaxation

Dominique Mazenod
J. Lyon, 2015

Suivant les étapes et les difficultés rencontrées lors de la maladie, ce guide propose des solutions pour les gérer au quotidien. Le CD contient deux séances de relaxation et de visualisation pour se préparer à la chimiothérapie et à la radiothérapie.

QZ 201 MAZ



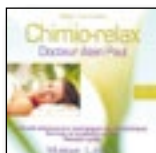
Cancer: se relaxer pour combattre

Catherine Duclaut
2013

C. Duclaut vous conduit à un état de relaxation profonde où des exercices de visualisation simples vous aident à combattre la maladie.



QZ 201 DUC



Chimio-relax

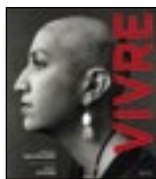
Alain Paul
2004

Une aide précieuse pour accompagner les chimiothérapies : exercices de visualisation positive, relaxations guidées.



QZ 201 PAU

6. Témoignages de malades



Vivre

François Goldwasser; photographies Jeremy Stigter
Seuil, 2012

Cet album composé d'une série de portraits apporte un témoignage sur le quotidien des patients, de leurs accompagnants ainsi que du personnel soignant de l'Unité de cancérologie de l'hôpital Cochin à Paris.

QZ 201 GOL



Un jour, je serai une étoile: à Milla, ma fille, pour que tu ne m'oublies jamais

Leslie Demoulin
Michalon, 2016

L. Demoulin atteinte d'un cancer incurable adresse à sa fille de 5 ans le récit de sa vie. Elle raconte l'abandon de son père, son parcours mais aussi la maladie, les traitements et la perspective de la mort. Elle exprime son désir ardent de transmettre grâce à son témoignage du courage à sa fille et à ceux qui en ont besoin.

QZ 201 DEM



Ma maladie, mon amour: cancer une approche vers soi

Alia El May Azmeh
Planète santé, 2015

Un témoignage sur le parcours médical et l'évolution psychologique après la découverte de son cancer. Elle partage son expérience et explique que la maladie lui a permis de se redécouvrir.

QZ 201 ELM



Maligne

Noémie Caillault
Payot, 2016

A 27 ans, N. Caillault apprend qu'elle a un cancer du sein. Elle raconte avec humour son combat contre la maladie, dans un texte écrit à plusieurs pour être joué au théâtre.

QZ 201 SEIN CAI



La guerre des tétons (3 Vol.)

Lili Sohn
M. Lafon, 2016

À 29 ans, Lili apprend qu'elle a un cancer du sein. Elle partage avec humour et transparence ses états d'âme selon les épisodes de sa maladie. L'annonce de son diagnostic, ses traitements, sa grande opération, ses changements physiques...

QZ 201 SEIN SOH



On ne meurt pas comme ça

Charlotte Fouilleron
Max Milo, 2015

Charlotte, 37 ans, est journaliste. Elle cherche le grand amour. Un soir, elle sent une forme étrange dans son ventre. Trois semaines plus tard, un cancer du colon lui est diagnostiqué. Elle livre ici le témoignage de son combat vers la guérison.

QZ 201 FOU



Revivre!

Guy Corneau
Ed. de l'Homme, 2010

Récit d'un célèbre psychanalyste sur sa traversée du cancer, durant laquelle il a allié médecines traditionnelles et énergétiques à une démarche psychologique.

QZ 201 COR



Les patientes

Sylvia Tabet
Les empêcheurs de penser en rond: La découverte, 2010

Roman tout autant que témoignage, cet ouvrage met en avant la cruauté de la maladie. L'auteure est atteinte d'un cancer du sein et montre comment, dans ces moments difficiles, l'écriture lui permet de s'échapper, de retrouver un semblant de liberté.

QZ 201 TAB

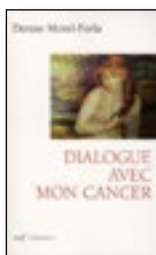


3 grammes

Jisue Shin
Cambourakis, 2010

En 2006, Jisue Shin est heureuse. Elle a 26 ans, la vie devant elle, un boulot d'illustratrice qui l'enchantent et un petit ami adorable. La vie est belle. Mais un jour, elle remarque que son ventre a inexplicablement grossi. Après une série d'examen, le diagnostic tombe : cancer des ovaires.

QZ 201 OVAIRE SHI

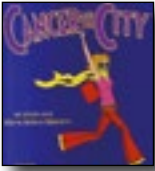


Dialogue avec mon cancer

Denise Morel-Ferla
Ed. du Cerf, 2011

L'humour et l'autodérision sont ici l'un des visages du courage. Courage face aux traitements auxquels il faut se soumettre; courage, aussi, face aux maux du passé que l'épreuve actuelle vient réveiller. Ce dialogue avec ses cellules mène l'auteur au cœur d'un dialogue avec elle-même, où la « poésie des mots » devient instrument de lutte, et l'acte créateur, acte salvateur.

QZ 201 MOR



Cancer and the city: une histoire vraie

Marisa Acocella Marchetto
L'Iconoclaste, 2007

Témoignage d'un combat contre le cancer d'une illustratrice new-yorkaise qui ne fréquente que les endroits chics de Manhattan et le monde de la mode. Elle se rend à ses séances de chimiothérapie avec des chaussures dernier cri et trouve que les blouses des infirmières ressemblent aux robes de Diane von Furstenberg.

QZ 201 SEIN MAR



Comment le cancer m'a fait aimer la télé et les mots croisés: journal autobiographique en bande dessinée

Miriam Engelberg
Delcourt, 2007

L'auteure a 33 ans quand est diagnostiqué son cancer du sein. Elle aborde ce sujet dans un style graphique naïf, évoquant les relations sexuelles, le port de la perruque, les nausées et le désespoir. Tous les aspects de sa maladie sont relus avec humour et lucidité.

QZ 201 SEIN ENG



Une cuillerée de bleu: chronique d'une ablation

Anne Cuneo
B. Campiche, 2004

Atteinte par le cancer, l'auteure livre ici son combat contre la maladie par le biais de l'écriture.

QZ 201 SEIN CUN



La parenthèse

Elodie Durand
Delcourt, 2010

Un témoignage sur le long travail de mémoire d'une jeune fille de 20 ans pour réapprendre à vivre. Ce récit évoque la maladie et une convalescence très longue pour retrouver un quotidien et des souvenirs.

QZ 201 CERVEAU DUR



Dis maman, ils sont où tes bobos? 30 ans, 2 enfants, 1 boulot et... 1 cancer

Isabelle Denervaud, Isabelle Viennois
Albin-Michel, 2014

Témoignages de deux jeunes femmes actives et mères qui apprennent qu'elles ont un cancer.

QZ 201 DEN



Une nouvelle vie d'homme

Walter Raaflaub

Favre, 2011

Le cancer de la prostate concerne une proportion croissante d'hommes. Chez les plus jeunes d'entre eux, la solution radicale est d'enlever la prostate pour leur sauver la vie. W. Raaflaub raconte la vie après son opération qui l'a rendu impuissant et incontinent. Le soignant devenu soigné témoin de son expérience en tentant de dédramatiser les questions difficiles.

QZ 201 PROSTATE RAA

7. Témoignages de proches



Cancer et boule de gomme

Pascale Leroy

R. Laffont, 2016

Dans ce récit autobiographique, l'auteure raconte la maladie de sa soeur, victime d'une tumeur au cerveau. Sans se départir d'un certain humour, elle décrit les rendez-vous médicaux, les chimiothérapies, les rires et les larmes, l'accompagnement jusqu'à la fin, les moments où elle fait face et ceux où elle craque. Elle balaie aussi toutes les tentatives d'explication de l'origine de la maladie.

QZ 201 LER



Chauve(s)

Benoît Desprez

La boîte à bulles, 2015

Benoît et Olivia entament une relation amoureuse. Mais le sein gauche d'Olivia fait des siennes et le diagnostic est sans appel, il s'agit d'un cancer. Pour surmonter cette épreuve, Benoît s'installe chez elle et raconte, avec ses crayons, le combat de sa compagne contre la maladie, un combat qu'elle surmonte la tête haute et nue.

QZ 201 DES



Les proches: ces autres victimes du cancer

Ligue contre le cancer

Autrement, 2014

Etude sur les proches de malades atteints du cancer à travers le vécu et le savoir de vingt personnalités. Ces témoignages interpellent les pouvoirs publics, les professionnels de la santé, les entreprises et les médias afin de les inciter à soutenir l'action de ces acteurs peu reconnus.

QZ 201 PRO



Autour du malade: le cancer, dire ou ne pas dire?

Brigitte Joseph-Jeanneney

O. Jacob, 2012

Ce livre est un témoignage d'une femme sur la maladie et la mort de son mari, emporté par un cancer du poumon, à travers ses mots, ceux du médecin soignant et ceux d'une psychologue. Tous s'interrogent sur les moyens de révéler la réalité de la maladie aux patients et à leur famille.

QZ 201 JOS



Si je ne reviens pas

Marie Cavéry

Editions Luc Pire, 2007

L'auteure témoigne de la façon dont elle a vécu la maladie de Bill, son époux, atteint d'un cancer du pancréas. Elle relate la façon dont elle a appréhendé les différentes épreuves, de la découverte de la maladie à l'accompagnement en soins palliatifs.

QZ 201 PANCREAS CAV



Je te laisse t'envoler: parcours d'un couple face à la maladie

Simone et André Piguet-Gilliéron

Ed. Ouverture, 2010

Le parcours d'un couple face à la maladie, un temps où l'auteure se sent perdue au milieu d'un océan engloutisseur, ayant déposé les points de repère qu'elle croyait être ses soutiens... Mais après quelques mois, elle finit par retrouver la vie avec ses couleurs... Un témoignage d'espérance.

QZ 201 PIG

8. Après un cancer



Vivre après un cancer

Jean-Christophe Mino

Dunod, 2016

En se fondant sur le témoignage de femmes ayant connu la difficile expérience du cancer du sein, les auteurs éclairent les conséquences de la maladie sur le rapport à l'existence ainsi que les conditions du retour à la vie quotidienne après le traitement. Ils soulignent la nécessité pour ces personnes de prendre soin d'elles et de soutenir le soin au-delà de la maladie.

QZ 201 MIN



Reconstruire sa vie après un cancer

Marie-Anne Garcia-Bour

Frison-Roche, 2012

Après un cancer, il faut se réapproprier son corps et retrouver son énergie, autant d'étapes difficiles. L'auteure propose des conseils pratiques sur le plan alimentaire, esthétique, ainsi que des activités sportives.

QZ 201 GAR



L'après-cancer: vos questions, nos réponses

Marina Carrère d'Encausse, Michel Cymes, Gilles Freyer

Hachette, 2011

Ce petit guide propose des informations ciblées pour faire face concrètement à la guérison d'un cancer, autour d'explications simples, claires et dédramatisantes.

QZ 201 CAR

9. Esthétique / bien-être / sexualité



Savoir rester belle

Aury Caltagirone

Éditions Salutaires, 2011

Ce livre contient de très nombreux conseils utiles et pratiques en matière d'esthétique et d'image, qui vous aideront à pallier les effets secondaires des différents traitements médicaux.

QZ 201 CAL



Razetacouette, son chat et la perruque vagabonde

Sandrine Schwab

Éd. Razetacouette, 2011

Le temps des chimios, Sandrine Schwab a noirci tout un carnet de dessins mettant en scène une héroïne à son image, chauve et perruquée : «Je n'ai pas voulu faire un livre sur le cancer, car il y en a déjà plein dans les librairies! En revanche, il n'existe pratiquement pas d'ouvrages qui traitent de la perte des cheveux, et encore moins sur le mode humoristique.»

Blog de l'auteur:

razetacouette.wixsite.com/sandrineschwab

QZ 201 SCH



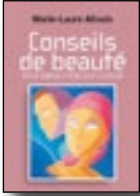
Valoriser son image face aux traitements de chimiothérapie

Fanny Dunet

Association esthétique en milieu hospitalier (E.M.H), ca 2007

Ce livre est un recueil de conseils en soins du visage et en maquillage (avec photos étapes par étapes afin d'en faciliter l'application) pour ne pas afficher la maladie, rester séduisante pendant la durée des traitements.

QZ 201 DUN



Conseils de beauté pour mieux vivre son cancer

Marie-Laure Allouis

Apima, 2008

Dans ce livre tout en couleurs, véritable antidote contre la maladie, Marie-Laure Allouis s'est donnée une mission: permettre aux malades de contrecarrer les effets secondaires des traitements en retrouvant, par la beauté, leur bien-être physique et mental. Grâce à des conseils positifs, illustrés de nombreuses photos, ce guide pratique leur facilitera le chemin de la rémission.

QZ 201 ALL



Soigner son image pour mieux vivre son cancer

Marie-Laure Allouis

Apima, 2008

Parce que leur corps a subi des transformations physiques engendrées par les traitements médicaux et chirurgicaux, parce que l'image d'un corps mutilé est d'une extrême violence, les consultations sur le conseil en image personnelle élaborées par Marie-Laure Allouis, font acte de réparation et aident les patients à mieux vivre leur cancer.

QZ 201 ALL



Le livre blanc. Cancer du sein, cancer de la prostate: vie intime et sexuelle

Médecine et hygiène, 2012

Aux bouleversements créés par la maladie et ses traitements s'ajoutent souvent ceux liés à leur impact sur la vie sexuelle et amoureuse, un sujet souvent pas ou peu abordé avec les équipes soignantes.

QZ 201 LIV

RESSOURCES WEB



Ligue suisse contre le cancer

www.liguecancer.ch



Ligue contre le cancer – France

www.ligue-cancer.net



Société canadienne du cancer

www.cancer.ca

Des réactions? Des suggestions?



Faites-en nous part!!!
cds-medecine@unige.ch



Nous vous recommandons l'application
i-nigma pour décoder nos QR Codes.

Impressum

Tirage: 1000 ex.
Octobre 2016 | 3^e édition

Toutes les données suggérées dans cette brochure ne peuvent pas remplacer un diagnostic ou un examen médical par un médecin ou un professionnel de santé qualifié.

Le contenu de cette brochure a été vérifié en octobre 2016 et sera mis à jour régulièrement.



ligue genevoise contre le cancer

11, rue Leschot
1205 Genève

022 322 13 33
ligue.cancer@mediane.ch
www.lgc.ch
horaire: lu-ve 8h30-12h et 14h-17h

BIBLIOTHÈQUE DE L'UNIVERSITÉ DE GENÈVE, SITE UNI CMU

Bibliothèque de l'Université de Genève
Centre médical universitaire
Avenue de Champel, 9
1206 Genève

022 379 50 90
cds-medecine@unige.ch
www.unige.ch/biblio/sante
horaire: lu-ve 8h-22h, sam-dim 9h-18h