

# NUTRITION QUAND ON A UN CANCER : DE VÉRITABLES MONTAGNES RUSSES

Le traitement est généralement fait de hauts et de bas ce qui peut rendre difficile la continuité de la nutrition entérale.



## le saviez-vous ?

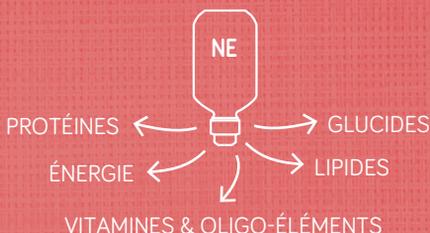
### La nutrition est un atout clé pour le bon déroulement de votre traitement

Pendant la maladie, il est recommandé de maintenir au mieux son poids et sa force musculaire. Cela aide à limiter les effets secondaires des traitements et concourt à une meilleure qualité de vie. Vos besoins en protéines et en énergie peuvent être amenés à augmenter avec votre traitement contre le cancer.



Pour vous aider à couvrir vos besoins nutritionnels, votre professionnel de santé vous a prescrit une nutrition entérale.

S'alimenter peut être difficile durant la maladie et malgré la volonté dont vous faites preuve, l'enrichissement de votre alimentation peut ne pas suffire. Dans ce cas, une nutrition médicale est nécessaire. Ainsi, il pourra vous être proposé, en fonction de votre statut nutritionnel, de vos traitements et de leurs effets secondaires, des compléments nutritionnels oraux ou une nutrition artificielle (nutrition entérale ou parentérale). Ces aides n'ont pas de lien avec le stade de la maladie.



### Qu'est-ce que la nutrition entérale (NE) ?

- La nutrition entérale consiste à apporter les nutriments nécessaires au corps directement dans l'estomac par le biais d'une sonde.
- Les bouteilles de nutrition entérale contiennent des mélanges nutritionnels, qui permettent de remplacer complètement vos repas et de procurer le même équilibre qu'une alimentation classique par la bouche : protéines, glucides, éventuellement fibres, lipides, vitamines, minéraux et oligo-éléments.
- Selon avis médical, la nutrition entérale n'empêche pas de manger normalement.

## VIE SOCIALE ET NUTRITION ENTÉRALE<sup>1,2,3</sup>



Si vous souhaitez plus de discrétion lors de vos sorties, demandez conseil à votre médecin : il peut vous proposer de passer de la sonde naso-gastrique à une sonde ou un bouton de gastrostomie.

Votre vie sociale peut être normale, même si vous portez une sonde. N'hésitez pas à participer à vos repas de famille !

De plus, avec l'accord de votre médecin, porter une sonde, même naso-gastrique, n'empêche ni de manger, ni de boire par la bouche. La nutrition entérale permet d'éviter le stress de devoir manger suffisamment, tout en conservant, quand cela est possible, uniquement l'alimentation « plaisir ».

## ACTIVITÉ PHYSIQUE ET NUTRITION ENTÉRALE<sup>1,2,3</sup>

Quel que soit le type de sondes que vous portez, vous pouvez **maintenir vos activités quotidiennes en prenant quelques précautions** pour protéger votre sonde et en consultant votre médecin pour vous organiser en fonction de votre rythme de nutrition.

Il peut être conseillé **de faire passer une de vos poches de nutrition juste après votre activité physique** en fonction de votre tolérance et du débit quotidien. L'inverse en revanche est plus délicat car il serait préférable de respecter un temps de digestion comme après toute prise alimentaire classique.



Il existe des sacs à dos adaptés au passage de la nutrition (emplacement spécial tubulures et pompe lorsque vous vous déplacez).



Pour vous accompagner au quotidien avec une nutrition entérale au domicile, retrouvez notre site [www.enteraledomicile.fr](http://www.enteraledomicile.fr)



Pour retrouver des conseils, astuces et idées recettes, découvrez notre site [www.manger-pour-mieux-me-soigner.fr](http://www.manger-pour-mieux-me-soigner.fr)



Votre médecin vous aidera à adapter votre quotidien à la nutrition entérale. En cas d'inconforts digestifs ou de rougeurs de la peau au niveau de la sonde, parlez-en sans tarder à votre médecin.

1. Brusco S, et al (2007). Comprendre la nutrition entérale. Guide d'information et de dialogue à l'usage des personnes malades et de leurs proches. p 40

2. SFNCM, Guide de bonnes pratiques de nutrition artificielle à domicile. 2014. p 71.

3. ANAES, Soins et surveillance des abords digestifs pour l'alimentation entérale chez l'adulte en hospitalisation et à domicile. Recommandations pour les pratiques de soins. Avril 2000.