



Le deuil en cas de cancer

Le deuil survient à la suite d'une perte ressentie comme capitale. Il se manifeste par des réactions et des comportements tant physiques qu'émotionnels.

Le deuil est le processus qui consiste à surmonter une séparation, une maladie, la mort et la phase suivant le décès d'un proche. Durant la maladie, les personnes atteintes de cancer* et leurs proches passent par diverses situations auxquelles ils peuvent réagir par des réactions de deuil : au moment du diagnostic, pendant et après des traitements médicaux, lors du retour à la vie « normale » ou en fin de vie.

Le deuil des malades en fin de vie et de leurs proches

Lorsqu'un cancer progresse et que les tumeurs et les métastases ne peuvent (plus) être guéries, la confrontation avec la fin de vie devient inéluctable. La maladie, les thérapies et leurs conséquences ont des effets sur les capacités physiques, psychiques et intellectuelles des personnes touchées et peuvent peu à peu limiter leur espace de vie. Ces modifications exercent une influence sur la perception de soi-même et des autres, qu'il s'agisse de l'image corporelle, des rôles ou de l'estime de soi. Les proches peuvent avoir des réactions de repli ou se montrer dépassés.

Ainsi, les personnes touchées par le cancer et leurs proches doivent, selon les circonstances, renoncer à beaucoup de choses et subissent de nombreuses pertes : dans un espace de vie de plus en plus limité, le deuil peut s'exprimer sous de nombreuses formes. Les réactions des personnes touchées par rapport à une mort certaine varient considérablement, allant du choc jusqu'à une certaine acceptation, en passant par le repli sur soi. Elles s'accompagnent en outre d'émotions très diverses.

Pendant leur maladie, certaines personnes parviennent à un point où elles peuvent accepter leur mort prochaine ; d'autres espèrent encore guérir quelques heures avant leur décès. Ces deux comportements doivent être acceptés. **Il n'y a pas de « bonne » ou de « juste » manière de mourir. La mort d'un être humain est aussi individuelle que sa vie.**

Lorsqu'une guérison n'est pas ou plus possible (traitement curatif), on parle de traitement ou de suivi palliatif. Il s'agit alors de donner la meilleure qualité de vie possible pendant cette durée de vie limitée. En plus de l'atténuation des symptômes douloureux, les soins palliatifs comprennent des aspects spirituels et psychologiques. Les personnes touchées et leurs proches peuvent disposer d'espace et de soutien (par ex. assistance spirituelle, psycho-oncologie) pour mieux gérer la situation.

Accompagnement pendant la phase palliative

Il peut être très difficile de voir une personne devenir de plus en plus faible, puis mourante. Les proches doivent donc absolument prendre part à l'accompagnement et disposer d'informations. N'ayez pas peur de faire part de vos préoccupations :

- Si cela n'a **pas encore** été fait, encouragez la personne gravement malade à formuler des aides décisionnelles comme un plan médical d'urgence et des directives anticipées en cas d'incapacité de discernement. Le fait de connaître les volontés présumées de la personne touchée aide et soulage aussi les proches.
- N'hésitez pas à vous adresser au médecin traitant ou à l'équipe de prise en charge et à poser des questions sur le déroulement possible de la maladie et sur les options pour soulager la personne malade.
- Exprimez vos inquiétudes et vos peurs. Accordez-vous l'espace nécessaire pour en parler avec l'équipe de prise en charge et pour bénéficier d'un soutien spirituel.

La prise en charge des proches pendant la maladie d'un être aimé, puis après le décès, vise à les aider à vivre le processus de deuil et à venir à bout de leurs doutes.

* Dans un souci d'égalité entre les sexes, les fiches d'information alternent la forme féminine et la forme masculine. Néanmoins, celles-ci englobent toujours les deux sexes.

Après le décès, certains proches ont besoin d'aide, par exemple sous la forme d'un entretien avec le médecin traitant ou un membre de l'équipe soignante.

La plupart des gens vivent le deuil comme un processus normal et ne ressentent pas la nécessité de recourir à une aide professionnelle. Si le décès a été perçu comme un traumatisme, le risque de vivre un deuil compliqué augmente; dans certains cas, cela peut même mener à une dépression nécessitant un traitement psychologique ou psychiatrique. Si vous avez besoin d'aide, vous trouverez des adresses d'accompagnement et de conseil à la fin de cette brochure.

Offres pour les personnes en deuil

- Les organisations actives dans le domaine des soins palliatifs (aide et soins à domicile, soins oncologiques dispensés hors hôpital) proposent par exemple des *cafés-deuil* ou des *rencontres de personnes endeuillées*. Vivre la solidarité de personnes ayant passé par là peut représenter un précieux soutien.
- Les *rituels* ont une grande importance pour trouver du réconfort lors de deuils douloureux; citons, par exemple, les cérémonies de commémoration ou de recueillement, qu'elles soient de nature laïque ou religieuse.

Votre ligue régionale ou cantonale contre le cancer vous donnera volontiers de plus amples informations: www.liguecancer.ch/region

Informations et adresses utiles

Vous trouverez plus d'informations sur ce thème dans les brochures de la Ligue contre le cancer *Décider jusqu'au bout*, *Accompagner un proche atteint de cancer* et *Cancer et souffrance psychique*. Ces titres peuvent être téléchargés gratuitement dans la boutique de la Ligue contre le cancer. www.boutique.liguecancer.ch

Vous trouverez également de plus amples informations sur le site de la Ligue contre le cancer: <https://www.liguecancer.ch/a-propos-du-cancer/soins-palliatifs/.ch/>

Société suisse de médecine et de soins palliatifs www.palliative.ch

Les Eglises réformées et catholiques de Suisse proposent elles aussi des offres d'aide: www.seelsorge.net.fr

Questions et informations complémentaires:

- Ligne InfoCancer: 0800 11 88 11
helpline@liguecancer.ch
- www.krebsliga.ch/region
- Médias: media@liguecancer.ch

Impressum

Ligue suisse contre le cancer
Effingerstrasse 40, Case postale, 3001 Berne
Tél. 031 389 91 00, fax 031 389 91 60 info@liguecancer.ch,
www.liguecancer.ch

Cette fiche informative est disponible en français, allemand et italien sur www.boutique.liguecancer.ch

© 2018, Ligue suisse contre le cancer, Berne