

Fiche 1 (extraits de 7 outils)

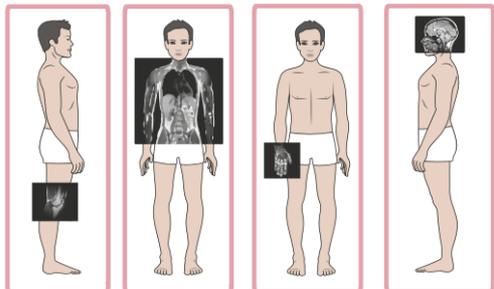
Je vais passer une IRM (existe une version scanner)

Version livret, 21 pages, 2014, personnalisable sexe, âge et déficiences (14 extraits)

A quoi ça sert ?

IRM veut dire : Imagerie par Résonance Magnétique

L'IRM permet d'avoir des photos précises de l'intérieur de mon corps

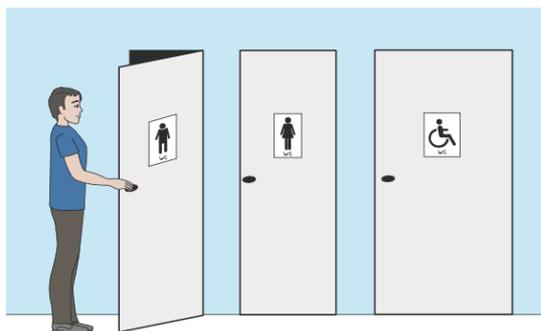


L'IRM permet au docteur de mieux comprendre ma maladie



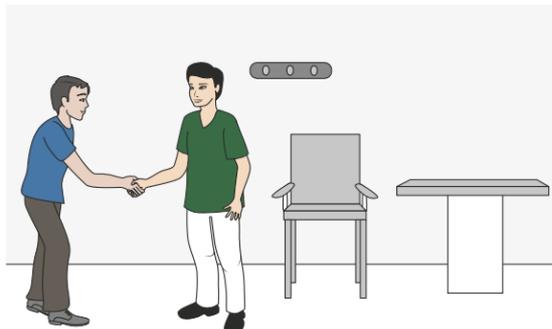
Avant l'IRM

Je vais aux toilettes



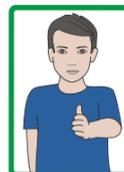
Le manipulateur m'accueille dans un vestiaire

Le manipulateur est la personne qui fait l'IRM



Comment ça se passe ?

L'IRM ne fait pas mal



L'IRM dure longtemps : 20 à 45 minutes



Pour m'aider à ne pas bouger pendant l'examen

Je peux prendre un médicament deux heures avant l'examen



C'est mon docteur qui me dit de le prendre

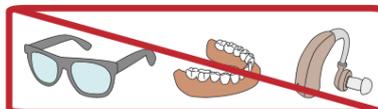
Il me demande d'enlever

Ma montre et mes bijoux : chaîne, bague, bracelets, piercings...



Mes objets avec du métal

Mes lunettes, mon appareil auditif, mon appareil dentaire



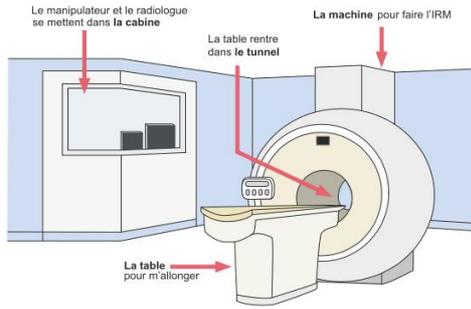
Mon téléphone, ma carte bancaire, mon argent, mes clés...



Je peux laisser mes affaires à la personne qui m'accompagne



Je rentre dans la salle d'IRM



Le manipulateur m'explique ce qui va se passer

- Une personne peut rester avec moi



Il installe un objet sur la partie de mon corps qu'il veut photographier

- Le manipulateur bloque une partie de mon corps avec cet objet
- Par exemple :



La machine va faire beaucoup de bruit

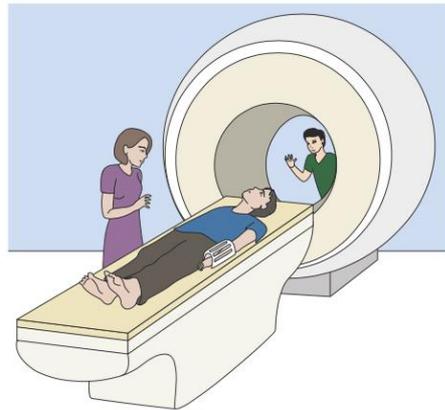
- Le manipulateur me donne des bouchons pour mes oreilles



- ou un casque pour écouter de la musique



- Le tunnel est ouvert des deux côtés



- Il est étroit



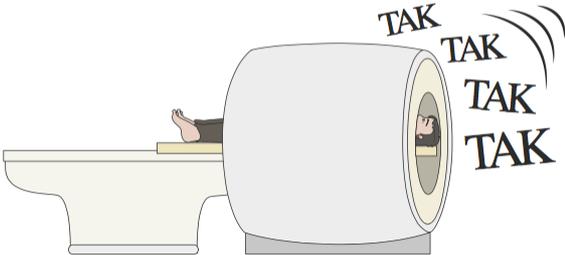
- Il y a de la lumière dans le tunnel



Je peux parler avec le manipulateur grâce au micro

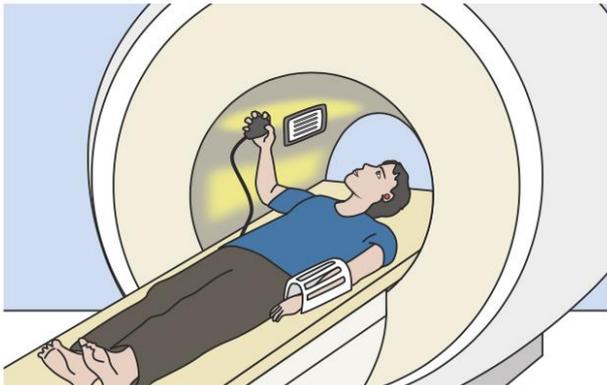


Pendant les photos, la machine fait beaucoup de bruit



Le bruit est comme celui d'un marteau piqueur

Je peux l'appeler avec la sonnette

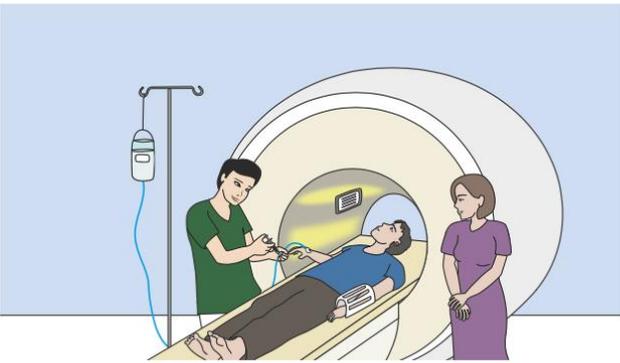


La machine s'arrête puis recommence plusieurs fois

● Pendant le bruit, je ne bouge pas

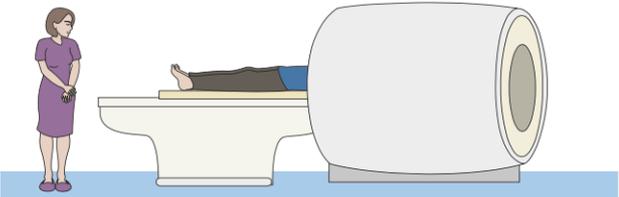
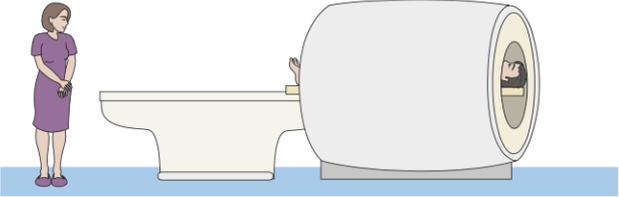


● Le manipulateur peut mettre un produit dans la perfusion

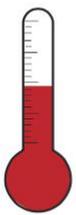


Après l'IRM

A la fin de l'examen, la table sort doucement du tunnel



● Avec le produit, je peux avoir très chaud



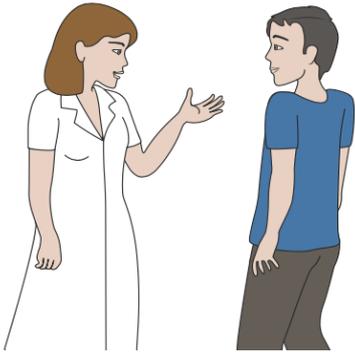
Je m'habille et reprends mes affaires



Quand j'ai eu une perfusion, je dois boire beaucoup d'eau



Le radiologue vient me parler



Le radiologue envoie les résultats de l'IRM à mon docteur

• Mon docteur m'explique

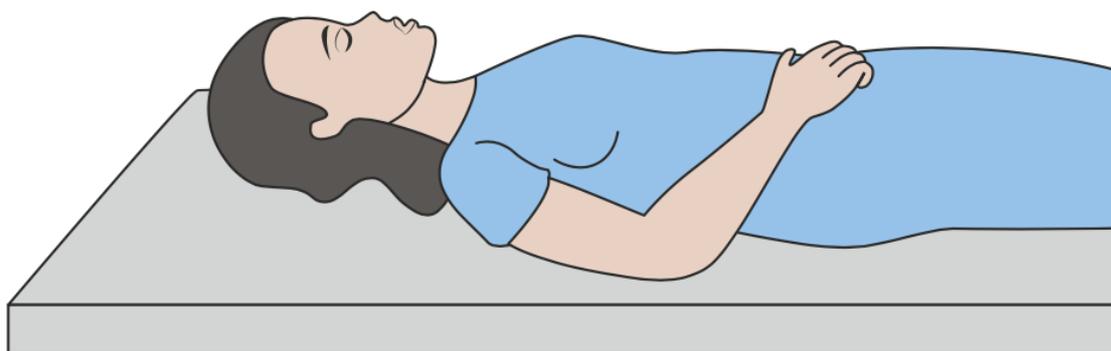


Je vais avoir une anesthésie générale (4 volets)

Version application numérique : **La consultation** 18 pages, **La préparation** 11 pages, **Pendant l'anesthésie** 12 pages, **Après l'anesthésie** 19 pages, en version application numérique, 2016, personnalisable sexe, âge et déficiences (30 extraits)

A quoi ça sert ?

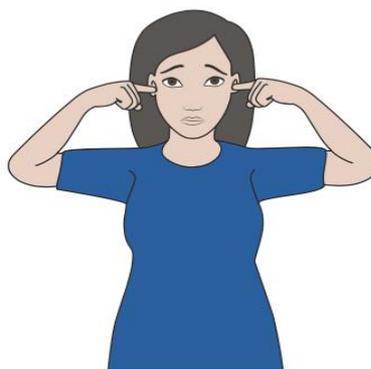
L'anesthésie permet de m'endormir complètement



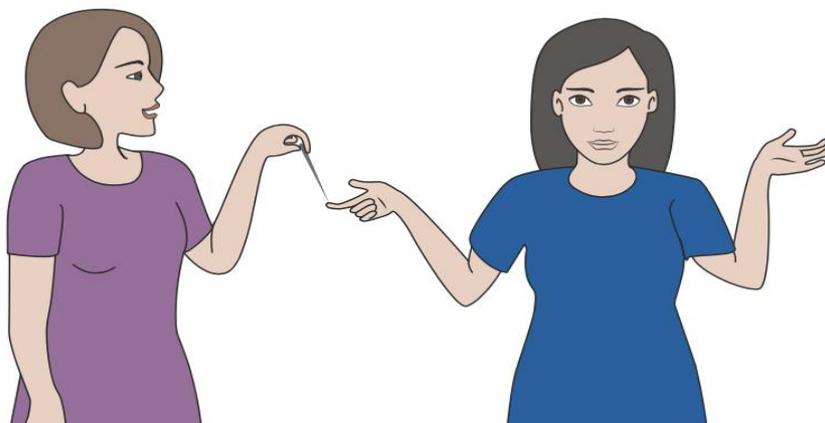
● Je ne vois rien



● Je n'entends rien

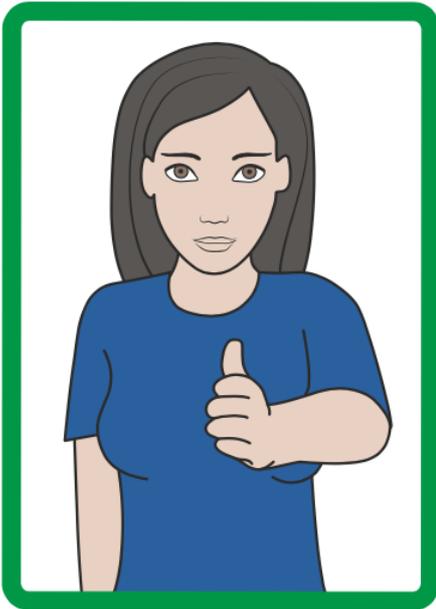


● Je ne sens rien



Les soins sont plus faciles parce que

- Je n'ai pas mal

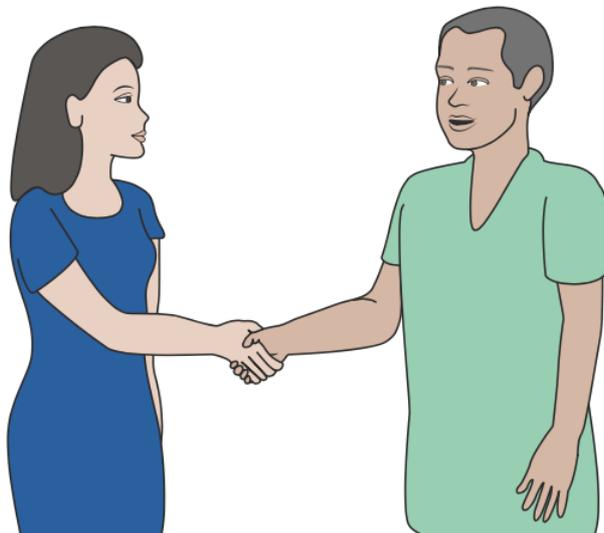


- Je ne bouge pas



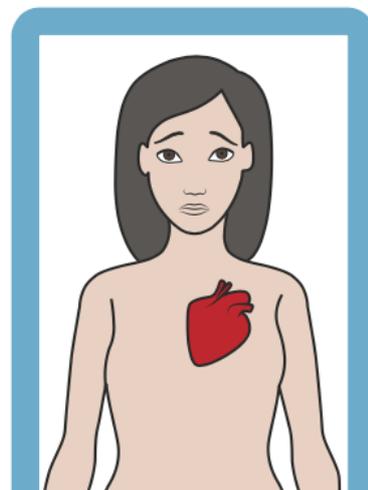
Je rencontre l'anesthésiste plusieurs jours avant l'opération

- L'anesthésiste est le docteur qui m'endort



Il me demande

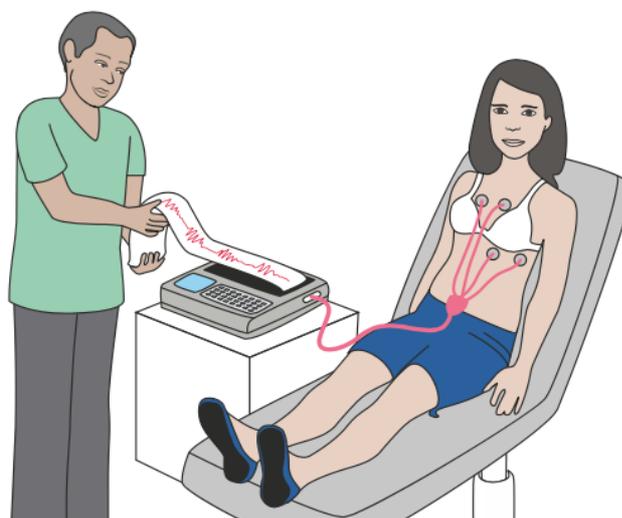
- Si j'ai une maladie du coeur



- Si j'ai des allergies



Il peut enregistrer les bruits de mon coeur : c'est un électrocardiogramme



Les consignes avant l'anesthésie

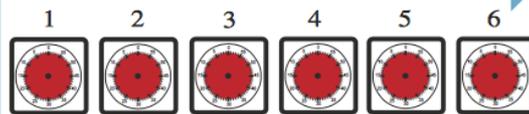
Tout ce que je dois faire avant

Je prends mon dernier repas 6 heures avant l'anesthésie

DERNIER REPAS



6 HEURES

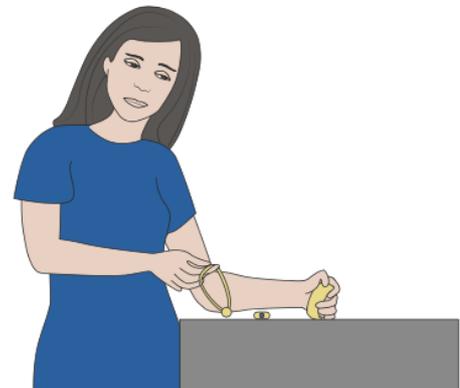
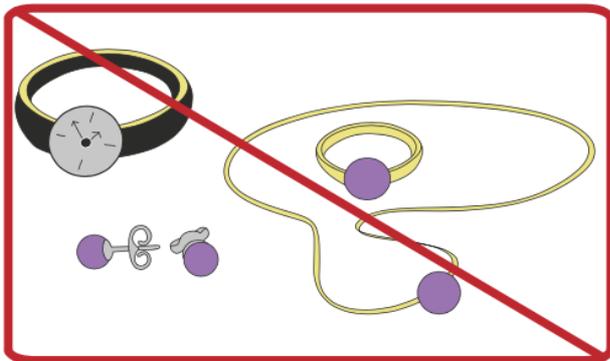


ANESTHESIE



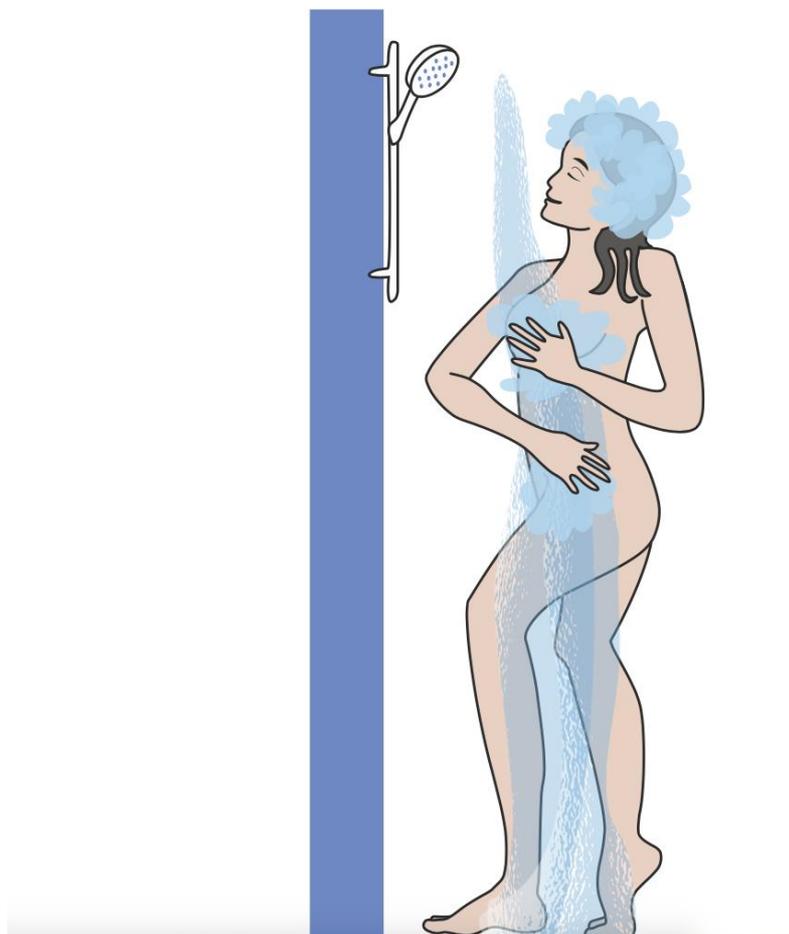
Le jour de l'anesthésie, je ne dois pas :

- porter mes bijoux : je les laisse chez moi



Je dois prendre une douche

- **Je me lave partout**



- **Je n'oublie pas :**

Les oreilles



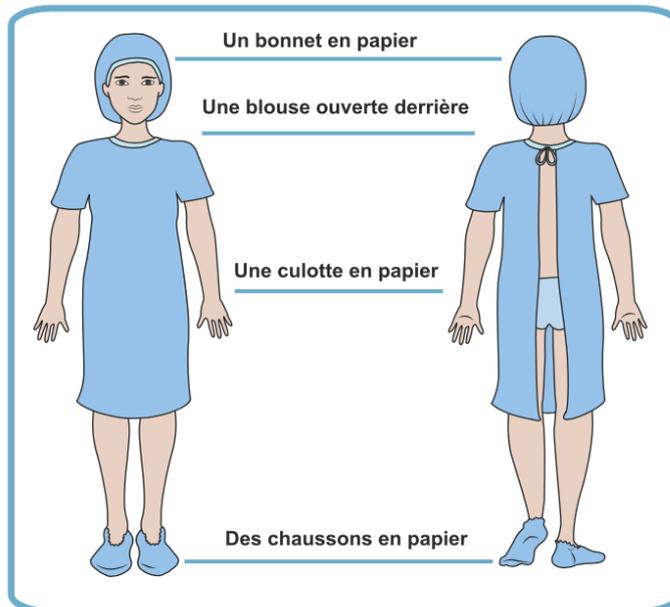
Les doigts de pieds
et entre les orteils



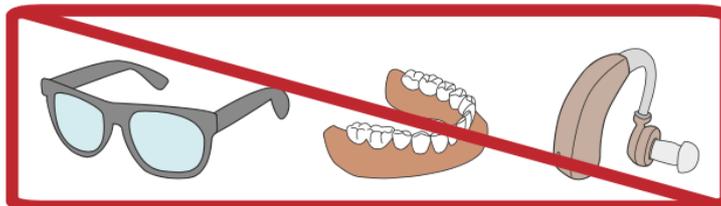
L'anesthésie générale

Je suis à l'hôpital ou à la clinique
Pour une opération ou un soin

Une infirmière me donne des vêtements spéciaux :



J'enlève mes lunettes, mon appareil dentaire et mon appareil auditif

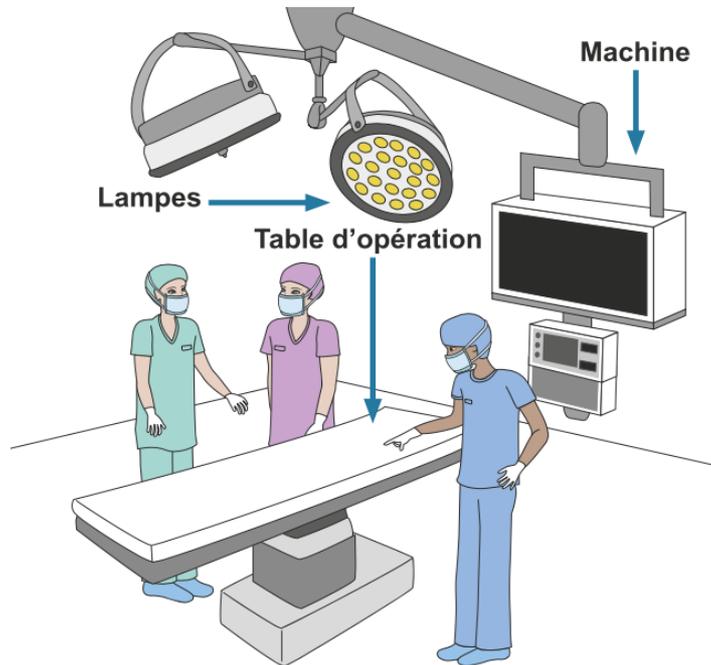


• Je peux les donner à la personne qui m'accompagne

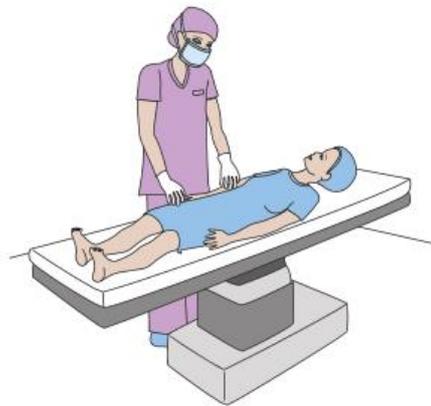


J'arrive en salle d'opération

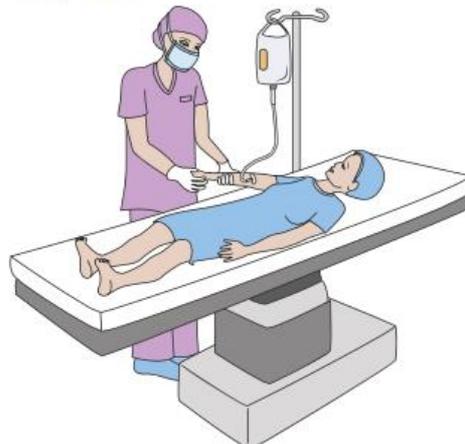
- Les personnes présentes portent une blouse, un masque et des gants



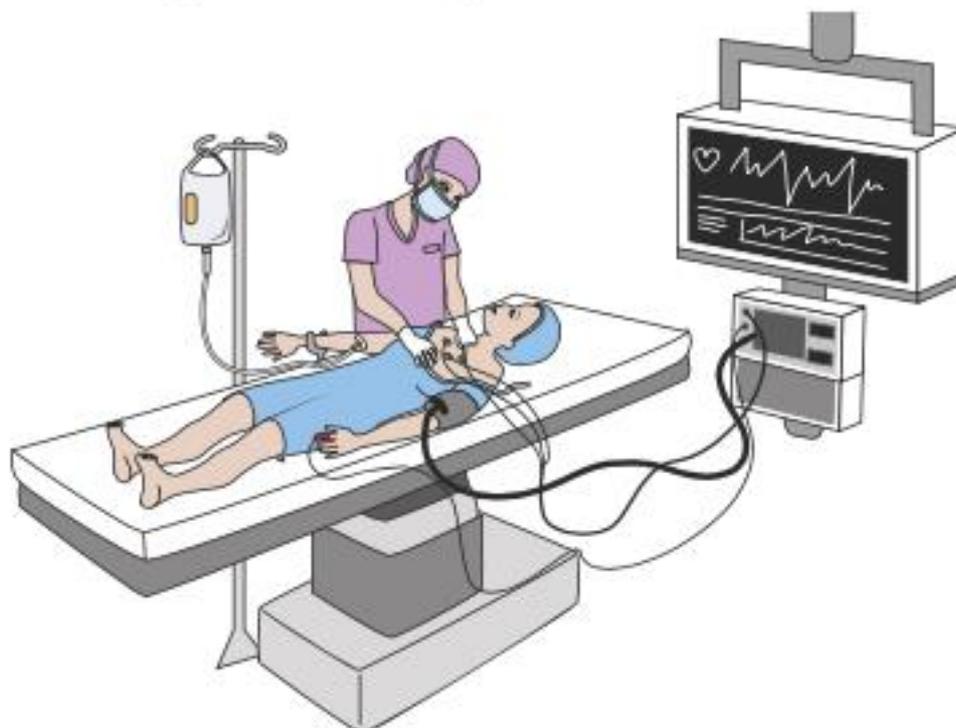
Une infirmière m'accueille



- Elle me pose une perfusion

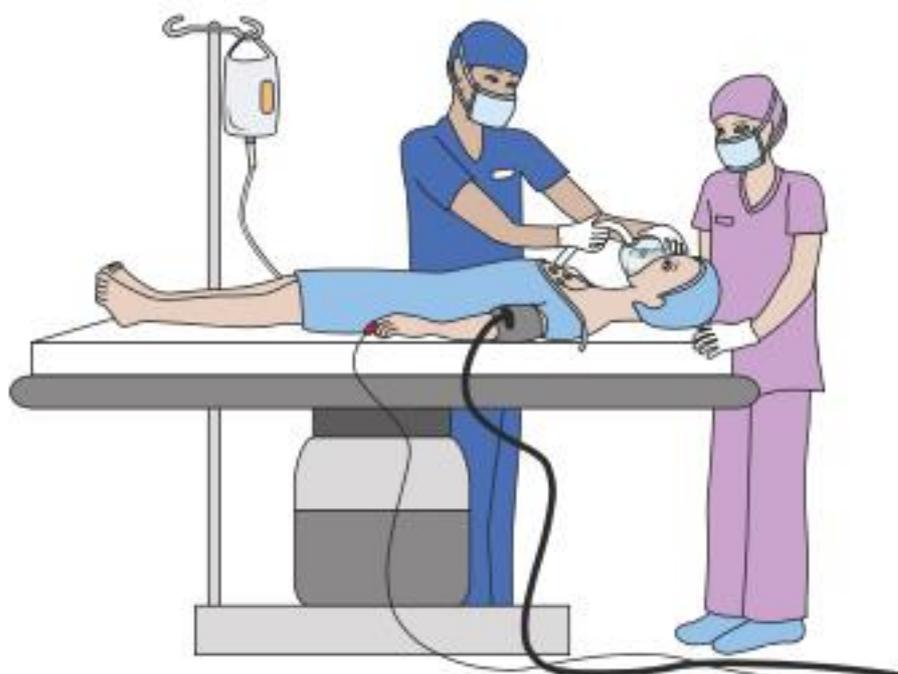


- Elle me colle des petits ronds sur la poitrine



L'anesthésiste m'endort

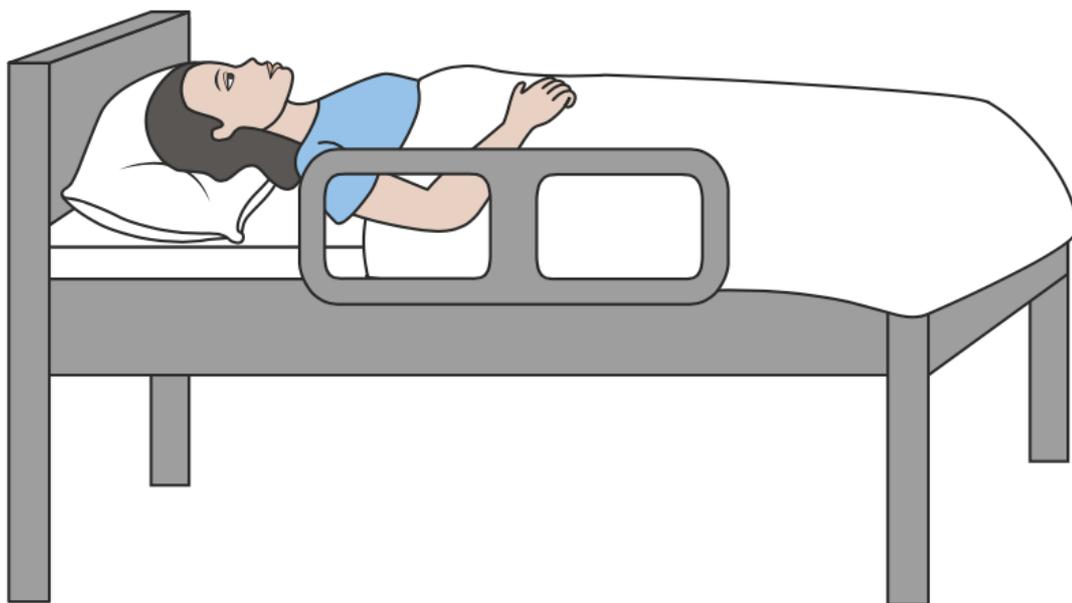
- Il met un masque devant ma bouche et me dit de respirer tranquillement



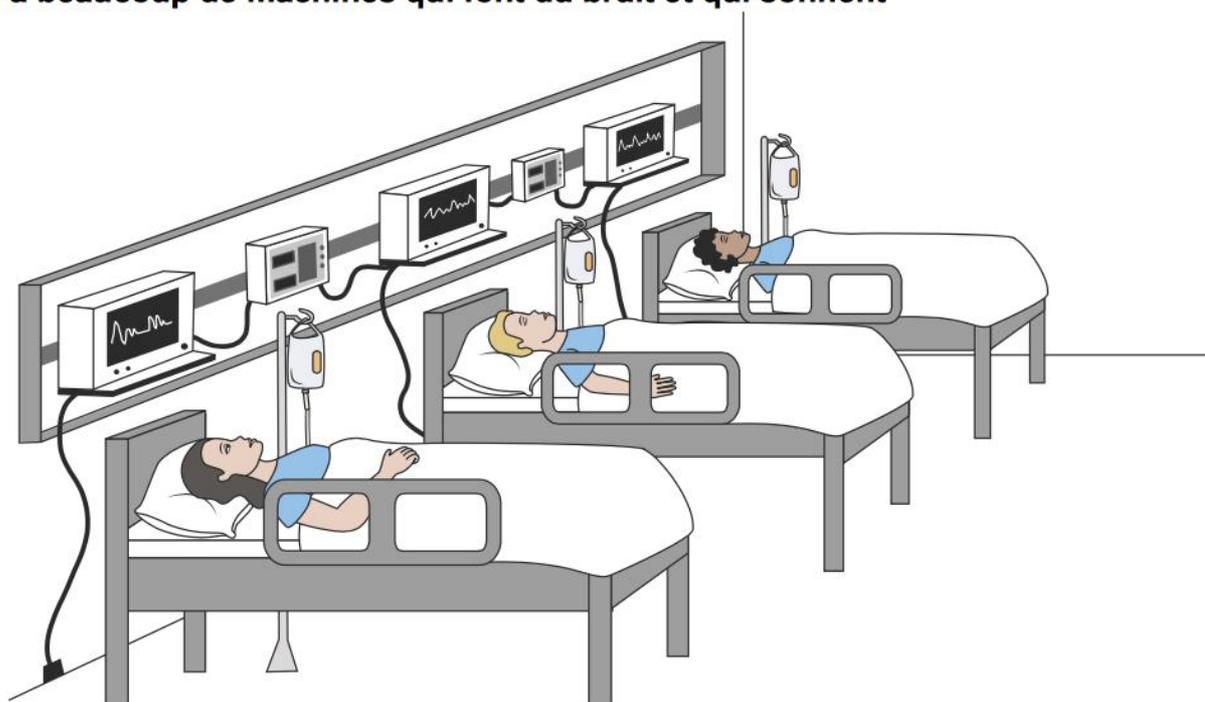
Après l'anesthésie générale

Je suis en salle de réveil

- Je suis dans un lit



- Il y a plusieurs personnes opérées à côté de moi
- Il y a beaucoup de machines qui font du bruit et qui sonnent

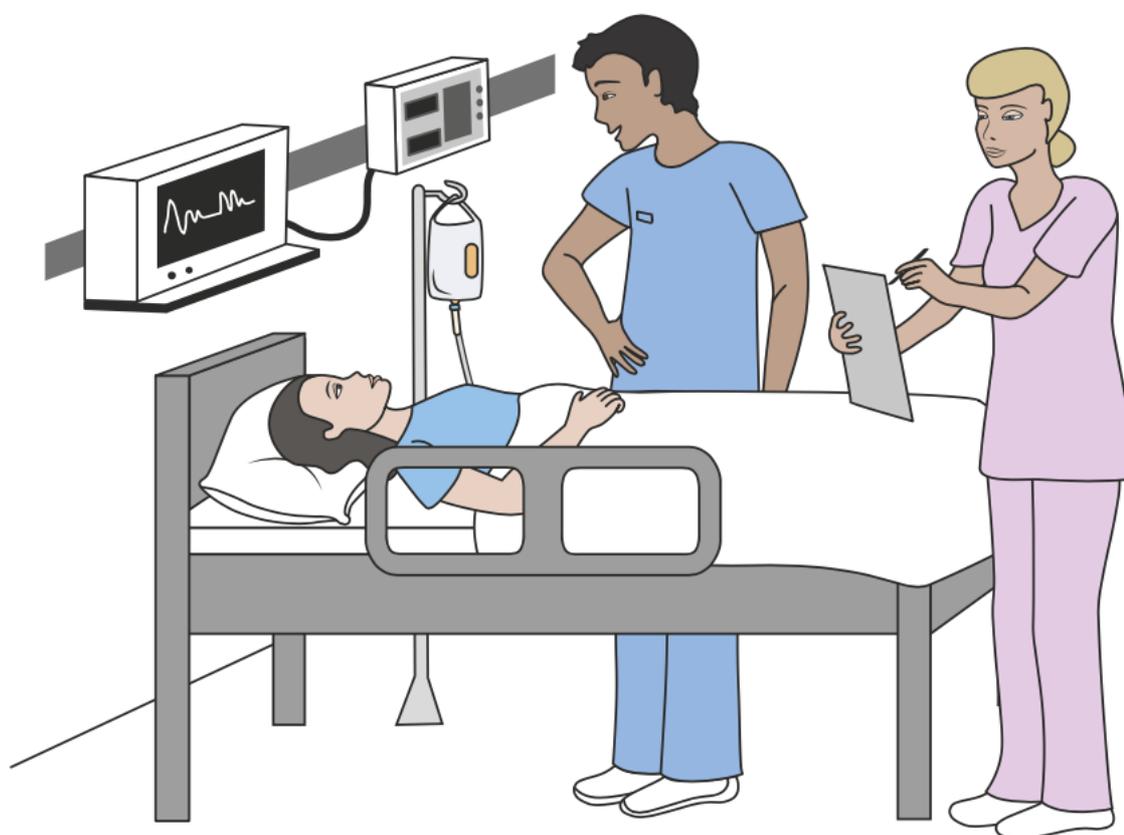


Je peux avoir un petit tuyau dans le nez

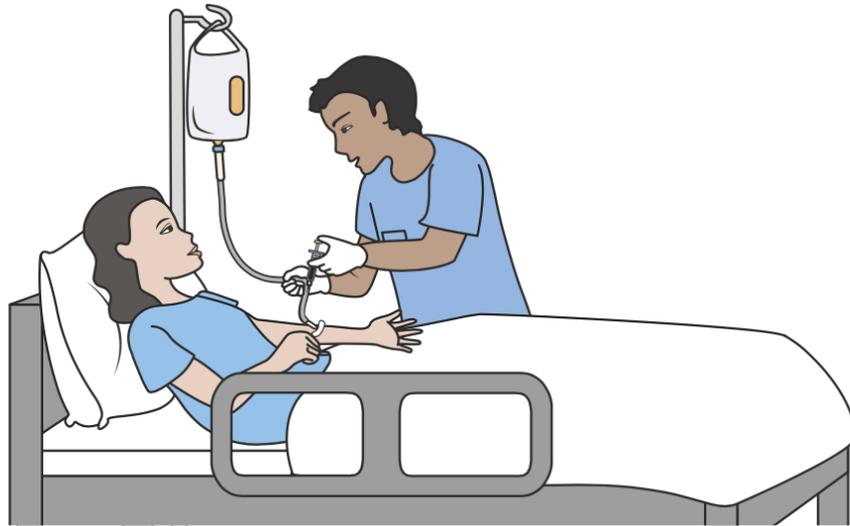
- C'est pour m'aider à respirer



Des médecins et des infirmières sont là pour me surveiller



On peut mettre un médicament dans ma perfusion

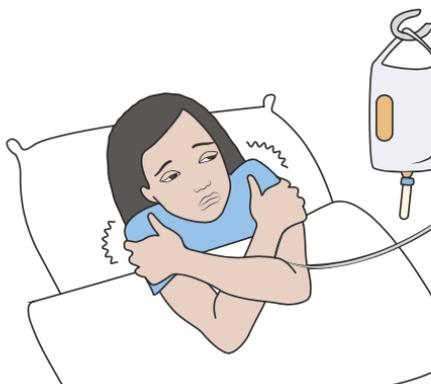


● Si j'ai mal

● Si j'ai envie de vomir



Si j'ai froid : on me donne une couverture

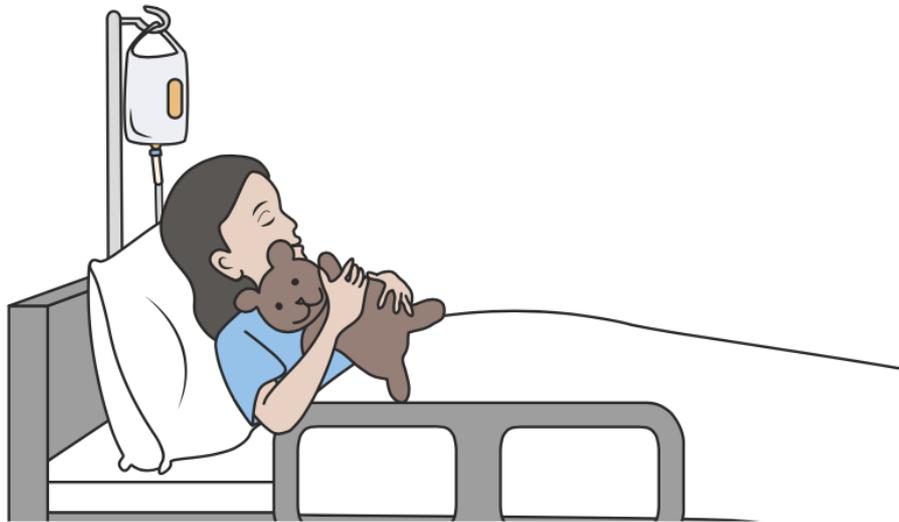


Je peux demander :

- **Quelqu'un qui me rassure**

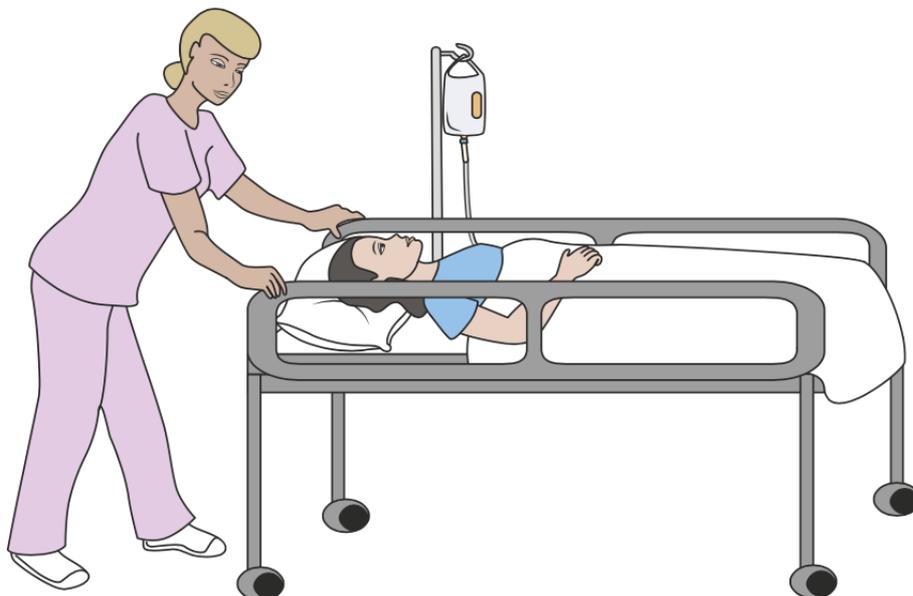


- **Un objet qui me rassure**



Quand je me sens mieux, je retourne dans ma chambre

- **Sur un brancard**



Quand je vais bien, le docteur retire la perfusion

- Je peux manger



Quand je sors le jour de l'anesthésie

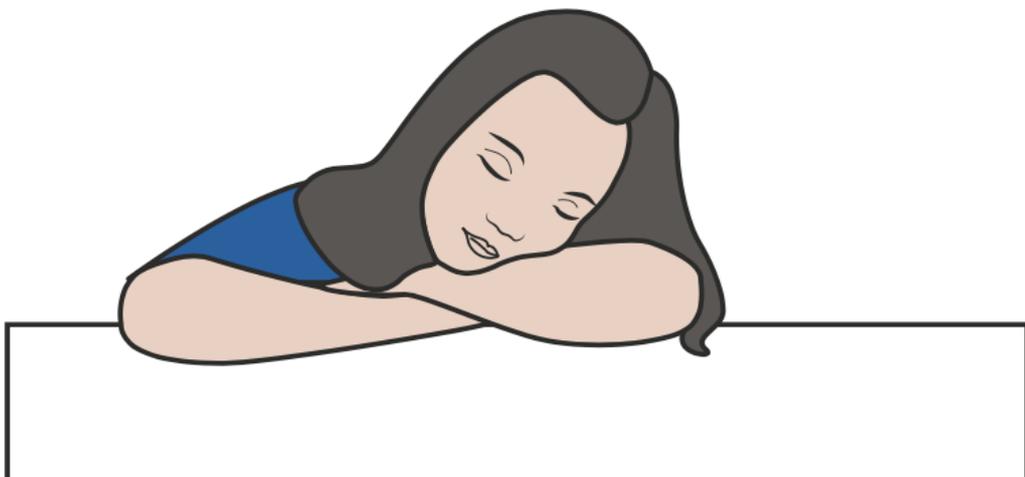
- Quelqu'un que je connais doit venir me chercher



- **Quelqu'un doit rester avec moi le premier soir**



Je peux être fatigué quelques jours après l'anesthésie

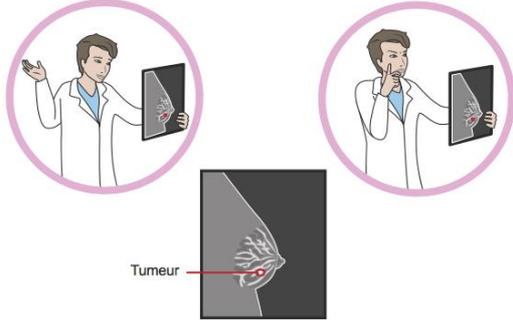


Je vais faire une mammographie

Version livret 26 pages, 2017, personnalisable sexe, âge et déficiences (8 extraits)

• Certaines tumeurs ne sont pas graves

• Certaines tumeurs sont graves
Comme un cancer



Quand faire une mammographie ?

J'ai plus de 50 ans et j'ai reçu une lettre

Mon docteur m'a fait une ordonnance

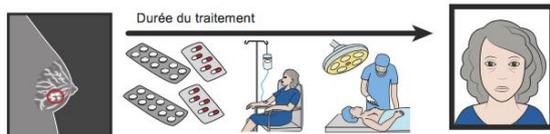


La mammographie permet de découvrir un cancer dès le début.

• Si le cancer est découvert au début, ma guérison est plus facile.



• Si le cancer est découvert plus tard, ma guérison est plus difficile.



© CoActis Santé

2

© CoActis Santé

3

Le docteur m'a fait une ordonnance pour faire une mammographie.



• Si je sens quelque chose d'anormal en me palpant le sein.



Comme une boule



ou du liquide qui coule

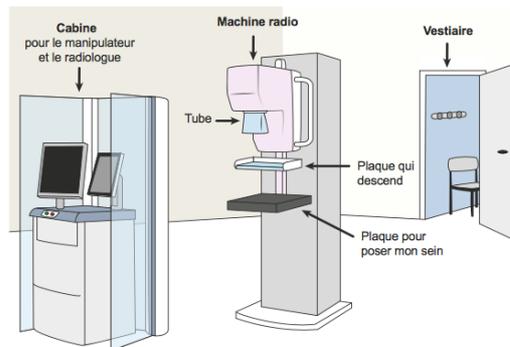
• Mon docteur sent quelque chose d'anormal dans mes seins.
Voir fiche «J'ai un rendez-vous de gynécologie - l'examen des seins».



© CoActis Santé

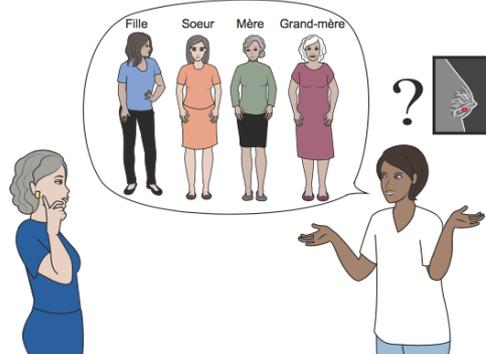
5

J'entre dans la salle radio.



Le manipulateur me demande :

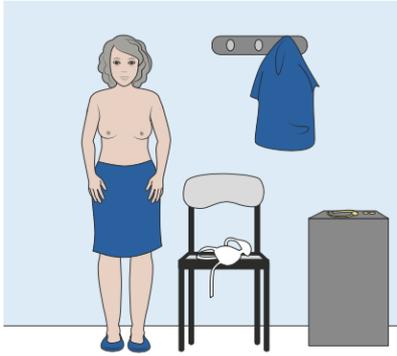
• est-ce que des gens de ma famille ont déjà eu des maladies du sein ?



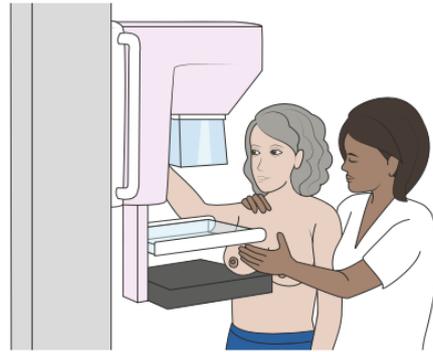
© CoActis Santé

9

- J'enlève mes vêtements du haut.



- Le manipulateur place mon sein sur la plaque de la machine.

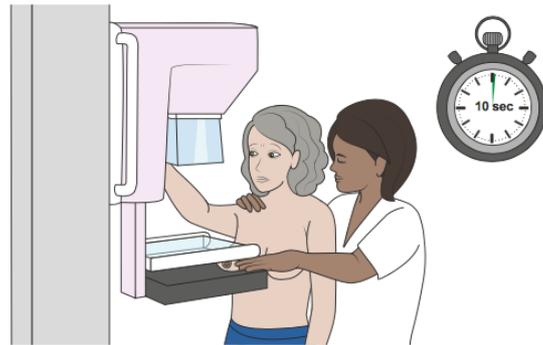


- Je me mets face à la machine.

- Le manipulateur comprime mon sein entre deux plaques.

- Je tiens la barre.

- Je peux avoir un peu mal mais c'est très rapide. Je compte jusqu'à 10.



© CoActis Santé

12

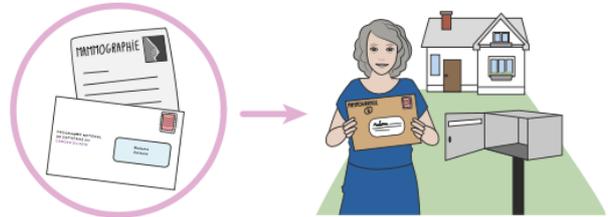
© CoActis Santé

13

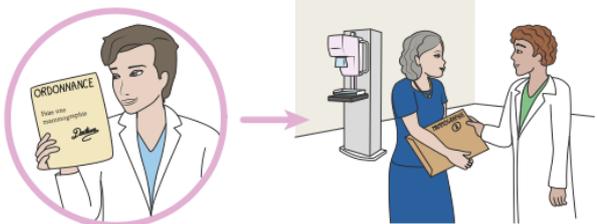
- Un examen des seins avec une machine : c'est une échographie. Le docteur voit l'intérieur de mes seins sur l'écran.



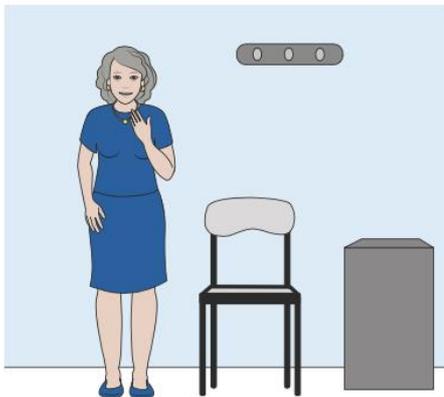
- Si j'ai plus de 50 ans et que j'ai reçu une lettre : je reçois ma mammographie et mes résultats plus tard par la poste.



- Si j'ai fait ma mammographie avec une ordonnance : je repars tout de suite avec mes radios et une lettre pour mon docteur.



- Quand tout est fini, je me rhabille et remets mes bijoux.



- Je vais voir mon docteur avec ma mammographie.

- Il m'explique les résultats et il répond à mes questions.



© CoActis Santé

23

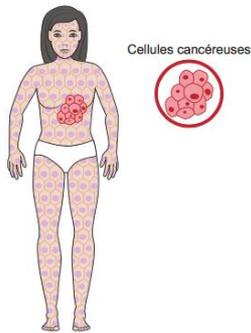
© CoActis Santé

24

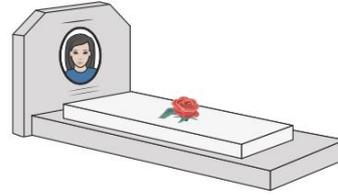
La prévention du cancer

Version livret 24 pages, 2017, personnalisable sexe, âge et déficiences (12 extraits)

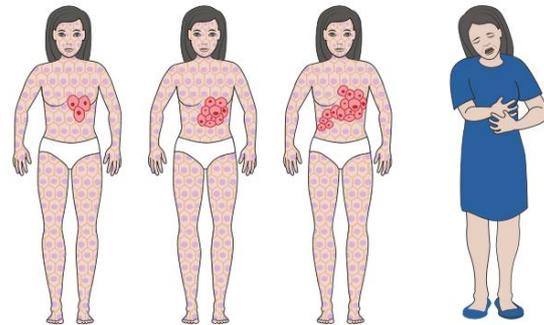
Parfois, des cellules malades apparaissent : c'est peut-être un cancer.



Le cancer peut faire mourir.



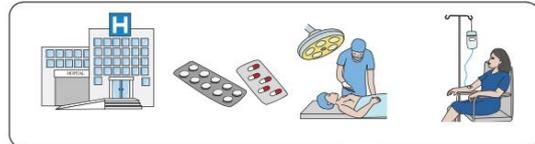
Les cellules cancéreuses se développent. Cette maladie empêche le corps de bien fonctionner.



© CoActis Santé

2

On ne meurt pas toujours du cancer : il y a des traitements pour le soigner. Ces traitements sont compliqués et longs.

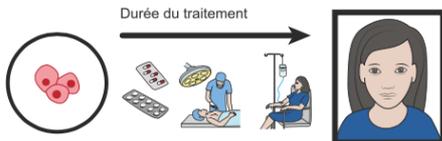


© CoActis Santé

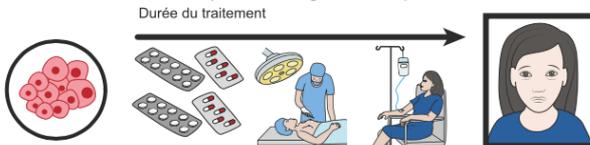
4

Il faut découvrir le cancer le plus tôt possible.

Si le cancer est découvert au début, ma guérison peut être plus facile.



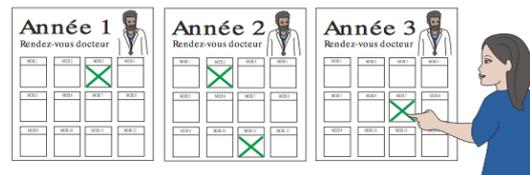
Si le cancer est découvert plus tard, ma guérison est plus difficile.



Pour découvrir un cancer le plus tôt possible il existe des dépistages.

Le dépistage permet de vérifier que je n'ai pas de cancer

Je dois voir mon docteur au moins une fois par an.



Mon docteur m'informe sur les dépistages organisés.

Je dois faire attention aux changements de mon corps.

Par exemple :



© CoActis Santé

5



© CoActis Santé

7

Mon docteur m'informe aussi sur la prévention des cancers.

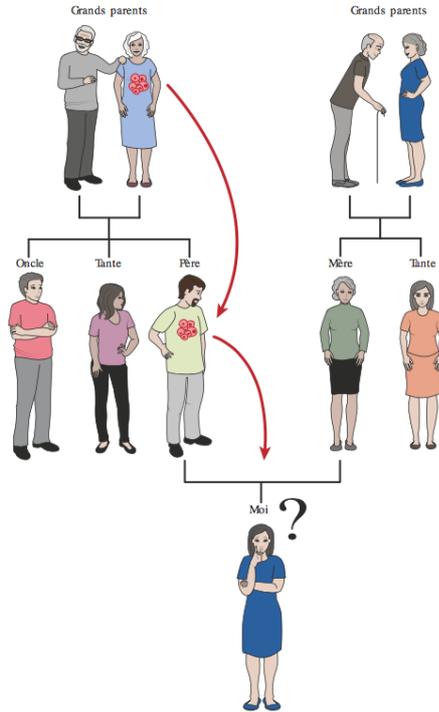
- Il m'explique ce qui peut augmenter les risques d'avoir un cancer.
- Il m'explique comment diminuer les risques d'avoir un cancer.

Voir les chapitres suivants.

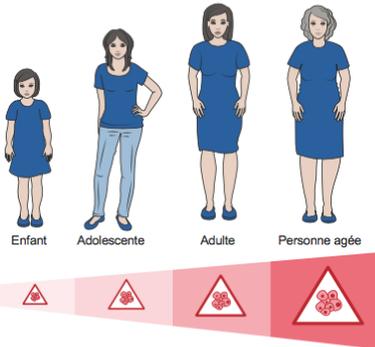


Certains cancers sont héréditaires.

- Plusieurs personnes d'une même famille peuvent avoir le même cancer. Il est important de savoir si il y a eu des cancers dans ma famille.



Quand je vieillis j'ai plus de risques d'avoir un cancer.



La pollution et certains produits peuvent augmenter les risques d'avoir un cancer :

- Quand je respire les fumées des voitures ou des usines.



- Quand je suis en contact fréquent avec des produits dangereux. Par exemple :

Comment je diminue les risques d'avoir un cancer ?



Je ne fume pas.



Je fais aussi attention à la fumée des autres.



© CoActis Santé

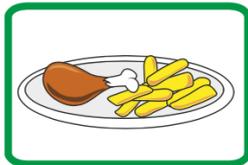
15

Je ne rajoute pas trop de sel dans les aliments.



Je ne mange pas trop.

Le surpoids augmente les risques de cancer.



© CoActis Santé

18

Je mange des aliments riches en fibres.

Par exemple : le riz complet, les pâtes complètes, le pain complet,



et les légumes secs : pois cassés, haricots, lentilles.



Je cuisine moi-même mes plats avec des produits frais.



© CoActis Santé

17

Au travail, je respecte les consignes de santé et de sécurité.

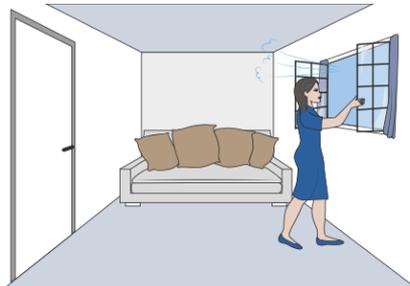


Parfois, je dois aussi porter un masque.



Je fais attention à l'air que je respire.

J'aère ma maison tous les jours.



© CoActis Santé

21