

COMMUNIQUE DE PRESSE

Santé : Lymphoedème, cancer, activité physique, maladies rares

18/02/2024

Lymphoedème en marche !

Les [Associations Vivre Mieux le Lymphoedème \(AVML 86\)](#) et [Sport Santé 86](#) organisent une marche pour faire connaître le lymphoedème suivi d'un temps d'échange avec de patients et soignants.

Le dimanche 3 mars 2024, à l'occasion de la journée internationale du Lymphoedème (le 6 mars), Rendez-vous à 10h sous la verrière de l'Ilot Tison, à Poitiers, pour une marche pour faire connaître cette pathologie qui touche environ 250 000 personnes en France. Cette marche est ouverte à toutes et tous et encadrée par la fédération Française de randonnée 86.

Puis, à partir de 11h rendez vous sous la verrière de l'ilot Tison pour pouvoir échanger avec soignants et patients sur les risques d'avoir un lymphoedème après un cancer, sur les mesures de prévention, sur les traitements lorsqu'on a un lymphoedème.

Le lymphoedème qu'est-ce que c'est : c'est l'accumulation de lymphes dans un endroit du corps : membre supérieur et/ou inférieur, cou, face, thorax.... Il peut se déclencher seul ou faire suite à un traumatisme, une intervention chirurgicale ou les soins d'un cancer. Dans le cas des suites d'un cancer du sein, on l'appelle communément le « gros bras ». Cet œdème pèse lourd et déséquilibre le corps. Différentes complications générales peuvent survenir qui aggravent encore l'état de santé des personnes, dont des infections. C'est pourquoi le lymphoedème doit être diagnostiqué précocement et pris en charge quotidiennement. C'est aussi la maladie chronique la moins bien prise en charge financièrement. Cette pathologie est définitive et nécessite des traitements à vie parmi lesquels le port d'une compression à vie, de la kinésithérapie, des auto soins (bandages compressifs, auto drainage). L'activité physique au-delà d'une réduction du risque de récurrence, permet d'améliorer la circulation lymphatique.

L'idée : L'activité physique permet de faire circuler la lymphe 20 fois plus vite, c'est aussi une manière de se sentir mieux, de socialiser et de placer la personne dans une dynamique positive.

Qui sommes-nous :

Valérie, Médecin au CHU de Tours, spécialisée dans la prise en charge du lymphoedème.

Pauline, Masseuse kinésithérapeute, formée à la rééducation post opératoire cancer du sein (membre des Réseau de Kiné du Sein) et à la prise en charge du lymphoedème.

Thomas, enseignant en activités physiques adaptées et coordinateur de la Maison Sport Santé 86. Nous sommes spécialisés dans la reprise d'activités physiques à des fins de santé pour tout ce qui concerne le renforcement musculaire et la réadaptation à l'effort.

Aurélië, ingénieur de recherche, a eu un cancer du sein à 40 ans. Les soins ont occasionné un œdème lymphatique du bras et du tronc. Pratique la natation, la marche, et adepte des salles de fitness. Aurélië est par ailleurs patiente engagée dans la construction et la réalisation de programme d'éducation thérapeutique et intervenante auprès de (futur) personnels soignants. Cette conséquence touche environ 28 % des patients après un cancer du sein, mais peut aussi toucher les patients suite à un cancer gynécologique, de la prostate, orl....

Françoise, jeune retraitée, a déclaré un lymphoedème primaire (sans cause identifiée) aux jambes jeune adulte et à longterm attendu un diagnostic. Pratique le Yoga, le pilate, l'aquagym, l'aqua bike, la marche nordique. Dans cette forme, primaire (sans cause identifiée) est une maladie rare, qui touche environ 1 personne / 6 000 qui fait partie des maladies qui entrent dans le cadre du téléthon.

L'Association Vivre Mieux le Lymphoedème– AVML. Tournée vers les patients et vers les soignants - loi 1901 - existe depuis 1998 au niveau national, et regroupe patients, professionnels de santé et toute personne intéressée par la pathologie lymphatique. Les principaux objectifs sont de proposer un lieu d'échange et d'information sur la pathologie, sa prise en charge, servir de relais entre patients et acteurs de santé et améliorer la qualité de vie des patients et leur prise en charge... Des permanences téléphoniques et mails sont accessibles aux patients et aux professionnels intéressés par le sujet. Cette pathologie engage une prise en charge pluridisciplinaire (médecins vasculaires, masseurs kinésithérapeutes, médecins généralistes, chirurgiens, orthésistes, fabricants de matériels, services d'oncologie, activité physique...).

Sport santé 86 est une association loi 1901 qui vise l'amélioration de la santé des habitants de la Vienne par la promotion de l'activité. L'ambition de Sport Santé 86 est de réunir au sein d'un même réseau tous les acteurs de l'activité physique et sportive de la Vienne pour promouvoir la santé des habitants. Ce réseau s'adresse à tout type de public, quels que soient l'état de santé, les capacités physiques, l'âge et se propose d'être le guichet unique du Sport Santé dans la Vienne. Pour atteindre cette ambition, Sport Santé 86 doit permettre la mise en relation de tous les acteurs (professionnels médicaux et paramédicaux, professionnels du sport et de l'activité physique, usagers, collectivités, administrations, associations, entreprises, ...) dans le but de fédérer et de coordonner les actions de promotion de la santé par l'activité physique.

Les contacts :

Antenne AVML 86 : 07 49 89 73 23 – avml.vienne.86@gmail.com

Le Site National permet d'accéder à des contenus, d'adhérer à l'association et de trouver les coordonnées des antennes locales : <https://avml.fr/> et sur Facebook, X

Sport Santé 86 : 07 71 64 84 44 – contact@sportsante86.fr

Notre site internet permet de retrouver toutes les offres de sport santé sur le département de la Vienne : <https://sportsante86.fr/>. N'hésitez pas à nous rejoindre sur les réseaux sociaux (Facebook, X).

CONTACTS PRESSE :

Aurélie Gauguary (Patiente Partenaire) – 06 64 49 37 59 (Personnel) – avml.vienne.86@gmail.com

Thomas Chassin (Coordinateur de Sport Santé 86) – 07 71 64 84 44 – thomas.chassin@sportsante86.fr