

**Journée Mondiale du Lymphœdème - 6 mars 2020**  
**L'AVML NANTES y était !**  
**Les bénévoles se sont mobilisés de 14 h à 16 h**

Notre objectif a été de sensibiliser les futurs médecins mais aussi les passants à la connaissance du lymphœdème, maladie encore trop méconnue.

### **Actions**

- ✓ Installation de 2 stands dans le hall d'accueil de la Faculté qui nous a aimablement ouvert ses portes
- ✓ 100 interviews réalisés
- ✓ Distribution du flyer « Mieux connaître le lymphœdème » en fin d'entretien
- ✓ Annonce de l'événement dans le quotidien régional « Ouest France » Édition du 03/2020
- ✓ Signalisation avec l'affiche Néfertiti en différents formats
- ✓ Ruban bleu signalant le membre atteint pour les bénévoles

### **Connaissance du lymphœdème**

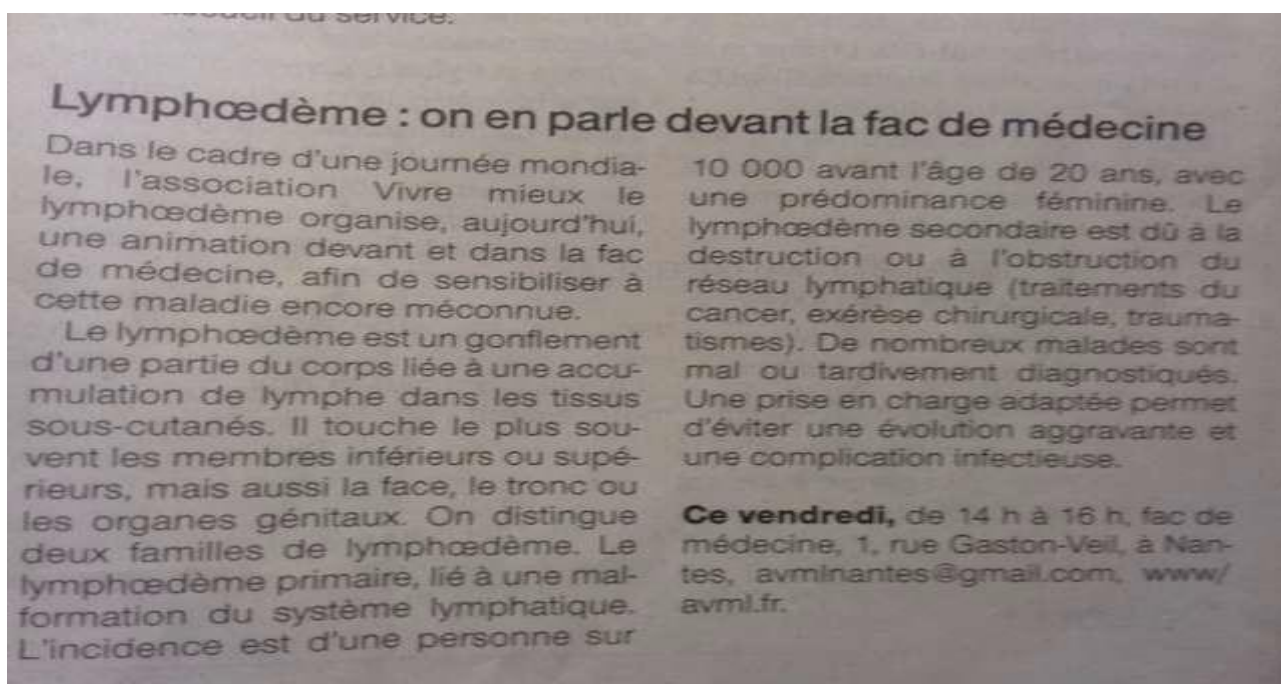
**Sur 100 personnes interviewées :**

- 46 % Homme et 54 % Femme
- Population : 60 % d'étudiants et 30 % de seniors (seniors venant assister à une conférence) et 10% 30-50 ans.

**40 % des interviewés connaissaient le lymphœdème (abordé en 2° année)**  
**20 % des interviewés informeront leur médecin traitant**

**« Chez certains étudiants a été ressenti le manque d'informations et le souhait d'un réel investissement en la matière »**

**Article dans « Ouest France »**



## Quelques photos



*les bénévoles de Nantes et Chloé, kiné à la Tourmaline (au centre)*



*la faculté de médecine*



*la "corde à contentions"*



*Stand dans le hall de la fac*



*4 bénévoles devant le 2° stand*

## le flyer distribué lors des interviews (recto-verso)

**Vivre mieux le LYMPHOEDEME**

**Vous avez un lymphoedème : Quelques conseils pratiques**

- Mangez mais ne grossissez pas
- Cuisez sans vous brûler
- Jardinez mais gare aux épines
- Nagez sans bronzer
- Ramassez les champignons sans les mycoses
- Voyagez sans vous faire piquer
- Prenez soin de votre peau
- Faites du sport mais avec la compression

**LE LYMPHOEDEME N'EST PAS UNE FATALITE, MAIS LA DERMATOPHYTOSE EST UNE URGENCE**

**AVML** Association Vivre mieux le lymphoedème  
Siège social : CHRU de Montpellier, Médecine Interne et Maladies Vasculaires, Hôpital Saint Eloi, 80, av. Augustin Fliche, 34295 Montpellier Cedex 5  
Tél. (le mardi matin) : 04 67 53 70 53  
Répondeur : 06 71 74 57 54  
E-mail : avml@free.fr  
Site internet : www.avml.fr

**AVML NANTES**  
Association Régionale  
Centre de Réadaptation  
MAURMIEUX & LA TOURMALINE  
31 bd Général de Gaulle  
44800 SAINT HERBLAIN  
Permanence sur site : Lundi 10-12h  
Pour réserver rendez-vous et jours ferias  
E-mail : permanente@avmlnantes.com  
Tél. 06 49 83 22 28

**CHRU**  
Centre Hospitalier de la Région de la Loire

[Mieux connaître le lymphoedème](#)

Le lymphoedème est une augmentation de volume d'une partie du corps liée à une accumulation de lymphes dans les tissus sous-cutanés. Il touche le plus souvent les membres inférieurs ou supérieurs, mais aussi la face, le tronc ou les organes génitaux..

On distingue deux grandes familles de Lymphoedème :

**Le lymphoedème primaire**  
lié à une malformation constitutionnelle du système lymphatique. Approximativement, l'incidence est de 1 personne sur 10 000 avant 20 ans, avec une prédominance féminine (2/3 des cas).

**Le lymphoedème secondaire**  
dû à la destruction ou à l'obstruction du réseau lymphatique (traitements du cancer, exérèse chirurgicale, traumatismes ...)

Le lymphoedème secondaire des membres supérieurs, après un traitement d'un cancer du sein est le plus fréquent dans nos régions (*le gros bras*). Dans les études les plus récentes, la fréquence va de 5 à 20% des 52000 personnes traitées pour un cancer du sein en France tous les ans.

[Maladie encore trop méconnue](#)

En effet, malheureusement, de trop nombreux malades sont mal ou tardivement diagnostiqués ; ne sont pas adressés de façon précoce vers des soignants ou centres compétents pour les traiter ; ne sont pas éduqués à gérer leur maladie chronique qu'est le lymphoedème ce qui en limiterait l'évolution et les complications.

Plus les médecins seront nombreux à connaître les signes de cette maladie et plus vite les patients pourront obtenir une prise en charge adaptée permettant de mieux gérer leur lymphoedème au quotidien.

*Une fois installé, le lymphoedème ne disparaît pas,  
il faut éviter toute évolution aggravante  
et toute complication infectieuse.  
Un diagnostic précoce contribue à mieux vivre  
son lymphoedème au quotidien*

AVML Nantes : [avmlnantes@gmail.com](mailto:avmlnantes@gmail.com) 06 68 83 25 26  
La Tourmaline - Pôle de Réadaptation Maubreuil & La Tourmaline 44800 Saint Herblain

*édité pour la journée mondiale du Lymphoedème – 6 mars 2020-  
distribution et animation devant la Fac de Médecine de Nantes*

### à titre de conclusion

**Les bénévoles sont satisfaits de ces échanges cordiaux et instructifs  
L'idée de sensibiliser les futurs médecins était bien ciblée !**

*rédaction et mise en page : Christine Hamon  
AVML Nantes*