



LA NUTRITION CHEZ LES PATIENTS PORTEURS DE TUMEURS NEUROENDOCRINES

APTED : Association de Patients porteurs de Tumeurs Endocrines Diverses



Préface

Lors de mes consultations avec des patients porteurs de tumeurs neuroendocrines, je constate régulièrement de problèmes de nutrition et je m'étonne souvent sur certains effets particuliers, par exemple sur le gout et sur certains types de nourriture ou de boisson sur le syndrome sécrétoire. Certains patients n'arrivent pas à manger, pour d'autres ils ne tolèrent plus le jus de pêche ...

La grande constante, c'est que chaque cas est différent. Je vois que les patients adaptent leur alimentation intuitivement et au fur et à mesure. Ils essaient de trouver un moyen de manger le plus équilibré possible. Ce livret peut leur apporter des indications utiles dans cette voie.

Dr Lawrence Dierickx
Institut Claudius Regaud, Toulouse



Il y a beaucoup de sorte de tumeurs neuroendocrines et chacune d'entre elles a un effet différent sur chaque individu.

On trouve plusieurs questions qui entourent ce sujet. Par conséquent, ce livret se divise en trois parties :

1. Suggestions pour manger équilibré
2. Problèmes nutritionnels rencontrés par les patients ayant des tumeurs neuroendocrines (TNE)
3. Thérapies complémentaires



1. SUGGESTIONS POUR MANGER EQUILIBRÉ

Une alimentation équilibrée est essentielle pour fournir à votre corps tous les nutriments pour son bon fonctionnement. Ces nutriments comprennent les protéines, les hydrates de carbone, les graisses, les vitamines et les minéraux. Les protéines sont nécessaires pour maintenir ou construire vos muscles. Les hydrates de carbone sont utilisés pour fournir de l'énergie. Une petite quantité de graisse est nécessaire dans votre alimentation pour procurer à votre corps les graisses essentielles et les vitamines liposolubles dont il a besoin.

Afin de conserver un poids stable, vous avez besoin d'absorber la même quantité d'énergie que celle utilisée par votre corps. Egalement, si vous voulez perdre du poids, vous aurez besoin d'absorber moins d'énergie que celle dont votre corps a besoin ; ainsi, vos réserves de graisses pourront être utilisées. Si vous êtes souffrant ou si vous perdez du poids, dans ce cas, vous aurez besoin d'augmenter votre absorption d'énergie (voir *Construire son régime alimentaire*).

Une bonne alimentation est celle qui apporte à votre corps tout ce qu'il lui est nécessaire pour maintenir son bon fonctionnement.

De façon à avoir une alimentation équilibrée, vous devez choisir chaque jour des aliments parmi les 5 groupes d'aliments suivants :

Pain, céréales et pommes de terre

Ce groupe comprend le pain, les pommes de terre, les céréales du petit-déjeuner, les pâtes, le riz, les nouilles, l'avoine et autres céréales. La farine complète et toutes les variétés de graines complètes sont riches en fibres.

L'objectif est de baser vos repas sur les féculents en choisissant au moins un aliment de ce groupe pour chaque repas. Si vous avez un bon fonctionnement intestinal, vous devez choisir une grande teneur en fibres. Cependant, les médecins et les diététiciens peuvent conseiller à certaines personnes de choisir des variétés pauvres en fibres en raison de problèmes intestinaux (voir partie Fibres alimentaires).

Fruits et légumes

Ce groupe d'aliment comprend les fruits et les légumes frais, en conserve et surgelés. Les fruits secs et les jus de fruit en font également partie. Les fruits et les légumes de couleurs différentes fournissent des vitamines et des minéraux différents. La clé d'une bonne santé est de choisir dans une large variété de produits 5 portions de fruits et légumes par jour. Ce groupe apporte des fibres solubles et non solubles.

Lait et produits laitiers

On trouve dans ce groupe le lait, les fromages, les yaourts et le fromage frais. Ce groupe d'aliments apporte à votre corps



des protéines et du calcium. Privilégiez les produits riches en matière grasse si vous avez besoin de prendre du poids ou les produits pauvres en matière grasse si vous avez besoin de perdre ou de stabiliser votre poids.

Viande, poisson et alimentation végétarienne

Ce groupe comprend la viande, les volailles, le poisson, les œufs, les fruits à coque, les haricots et les légumes secs. Certains de ces aliments peuvent être riches en graisse. Choisissez des viandes maigres et des produits pauvres en matière grasse. Les végétariens peuvent utiliser les sources de protéines suivantes : fruits à coque, tofu, mycoprotéines, protéine végétale et haricots rouges.

Il est essentiel de prendre au moins un aliment d'un des 2 groupes, produits laitiers et viande, à chaque repas comme source de protéine.

Aliments gras et aliments sucrés

Aliments gras : margarine, beurre, pâtes à tartiner, huiles de cuisson, sauces pour salades à base d'huile, mayonnaise, crème, chocolat, chips, biscuits, pâtisseries, gâteaux, glaces.

Aliments et boissons sucrés : boissons gazeuses, bonbons, confiture, miel, sucre, gâteaux, biscuits, pâtisseries et glaces.

On doit privilégier les graisses insaturées comme l'huile d'olive, de tournesol et de maïs plutôt que sur les graisses saturées

provenant des graisses animales, des gâteaux, des biscuits et des pâtisseries. Si vous êtes en bonne santé et ne perdez pas de poids, vous devez consommer des petites quantités de ce groupe d'aliments. Si vous perdez du poids, vous devez prendre ces aliments afin d'augmenter la source d'énergie dans votre alimentation de façon à stabiliser votre poids ou vous aider à en prendre.

Si vous êtes en bonne santé, sans perte de poids et si vous n'êtes pas concerné par la diététique, continuez la même alimentation. Ne tentez pas de changer quoi que ce soit parce que vous pensez que vous devriez le faire.

Les fibres alimentaires

Les fibres alimentaires se trouvent dans les légumes, les céréales complètes, les haricots et les lentilles. Il y a 2 groupes de fibres : les fibres solubles et les fibres insolubles.

Les fibres solubles sont partiellement digérées par les intestins. Elles aident à faire baisser le cholestérol et à contrôler le taux de sucre dans le sang. L'avoine, les fruits, les légumes et les légumes secs (haricots, lentilles, pois chiche) sont des sources de fibres solubles.

Les fibres insolubles ne sont pas digérées et traversent par conséquent les intestins en les aidant à faire des selles molles et volumineuses tout en empêchant la constipation. Les céréales complètes, le pain complet et la peau des fruits et des légumes sont de bonnes sources de fibres insolubles.



Vous devez ajouter à votre alimentation, des variétés riches en fibres pour garantir le bon fonctionnement de vos intestins,

sauf si votre médecin ou votre diététicienne vous a prescrit une alimentation pauvre en fibres.

Aliments riches en fibres	Aliments pauvres en fibres
Pain et céréales	
<p>Pain complet, pain de seigle, pain blanc riche en fibres, pain aux graines de céréales Farine complète, farine de soja Pâtes complètes Riz brun, riz parfumé Céréales : céréales du petit-déjeuner à base de fibres complètes : All Bran, Flakes, Weetabix, flocons d'avoine, muesli, céréales de blé soufflées et concassées. Biscuits : biscuits complets (Digestive), biscuits à l'avoine, galettes, biscuits aux noisettes et aux fruits secs, Ryvita</p>	<p>Pain blanc, pain pita, pain complet Naan, croissants, crêpes, pains au lait, pudding Farine blanche Pâtes blanches Riz blanc, tapioca, semoule, maïzena, crème en poudre Céréales : Rice Krispies, Coco Pops, cornflakes, Frosties Biscuits : biscuits blancs : Rich tea, Custard cream</p>
Légumes	
<p>Haricots, lentilles, petits pois, pommes de terre rôties, pommes frites, maïs doux Tous les légumes frais, congelés ou en conserve possèdent des fibres. Laissez la peau sur les pommes de terre.</p>	<p>Consommer des petites portions sans la peau, les germes et les tiges ou queues : Asperges, betteraves, brocolis, carottes, choux-fleur, céleri, courgettes, concombre, laitue, champignons, oignons, panais, poivrons, pommes de terre, haricots à rame, courge, rutabaga, tomates en conserve</p>
Fruits	
<p>avocat, banane, baies, groseille, pamplemousse, orange Pruneaux en conserve Fruits secs Fruits frais ou en conserve avec la peau et germes comestibles</p>	<p>Consommer des petites portions sans la peau ou les germes (frais, en conserve ou cuits) : Pomme, abricot, raisin, lychee, mangue, melon, nectarine, pêche, poire, prune</p>



2. PROBLEMATIQUES NUTRITIONNELLES POUR LES PATIENTS ATTEINTS DE TUMEURS NEUROENDOCRINES

La liste dressée dans ce livret a été obtenue en parlant avec les patients de leurs préoccupations et en y ajoutant les interrogations les plus fréquentes. Le sujet de la nutrition est vaste et tous les problèmes spécifiques ne peuvent être traités. Ainsi, si vous ressentez le besoin de plus de conseils, contactez votre médecin ou votre diététicienne.

Les objectifs principaux concernant l'aide nutritionnelle pour les patients sous traitement ou en rétablissement sont :

- Prévenir et corriger la dénutrition liée au cancer
- Aider à tolérer le traitement du cancer
- Maintenir force et énergie
- Protéger la capacité à combattre les infections
- Aider indirectement au rétablissement et à la guérison
- Maintenir ou améliorer la qualité de vie

Une bonne nutrition reste importante pour tous les patients qui sont sous traitement ou pour ceux dont la maladie est stabilisée.

Beaucoup de patients éprouvent un manque d'appétit et ont une perte de poids. La perte de poids peut être le résultat d'un certain nombre de problèmes, aussi vous devez en parler à votre médecin et à votre diététicienne. Si la perte de poids est le résultat de l'incapacité à manger suffisamment, alors vous devez « construire » votre régime alimentaire en

choisissant des aliments riches en protéines et énergétiques.

Construire son régime alimentaire

L'objectif de cette partie est de montrer comment avoir plus de protéines et d'apport énergétique sans pour autant augmenter la quantité d'aliments consommés. Il est possible que certaines personnes ne puissent pas grossir avec ce régime mais il peut être une aide pour ralentir la perte de poids ou le stabiliser.

Suggestions générales pour augmenter votre apport alimentaire :

- Mangez « peu et souvent ». Des repas et des encas légers et fréquents peuvent être plus simples à réaliser que les 3 repas par jour traditionnels. Prenez des encas entre les repas
- Mangez quand vous avez faim
- Utilisez des aliments tout préparés (en conserve, surgelés) si vous êtes trop fatigués pour préparer les repas

Suggestions pour une alimentation enrichie : augmenter votre apport protéiné et énergétique :

- Aliments riches en protéines : viande, volailles, poisson, œufs, produits laitiers (lait, yaourt, fromage), légumes secs, fruits à coque.
- Aliments énergétiques : huiles, fruits à coque, beurre, margarine, aliments riches en graisse, sucre.



- Consommez des produits laitiers riches en matière grasse : lait entier, fromage, yaourts à la crème, crème.
- Lait enrichi : ajoutez 3 à 4 cuillères à soupe de lait écrémé en poudre dans un demi-litre de lait. A utiliser de la même manière que du lait ordinaire.
- Les céréales du petit-déjeuner : utilisez du lait enrichi ou des boissons-compléments alimentaires à l'arôme neutre. Essayez d'y ajouter des fruits secs, des fruits à coque, du sucre, du miel, des yaourts, du lait concentré ou de la crème.
- Ragoûts ou plats mijotés : ajouter des nouilles, lentilles ou haricots. Mélangez avec de la crème.
- Soupes ou sauces : les préparer avec du lait enrichi et ajouter du fromage râpé, de la crème, du beurre ou de l'huile.
- Desserts : ajouter de la glace, de la crème, du lait concentré, de la confiture, du miel, de la mélasse, de la crème de citron, des fruits secs, des noisettes ou du chocolat. Utilisez du lait concentré pour faire des desserts lactés, exemple : crème anglaise.
- Sandwiches, toasts, gâteaux secs ou pommes de terre au four : ajoutez du beurre, de la margarine, de la mayonnaise, du fromage, du beurre de cacahouète, des olives ou de l'avocat.
- Salades : utilisez de l'huile, de la mayonnaise, de la sauce pour crudités, de la vinaigrette, du yaourt grec, des noix ou des germes.

Boissons nourrissantes :

Si vous n'avez pas faim ou si vous ne pouvez pas manger beaucoup de nourriture solide, il est souvent plus facile de boire que de manger. Essayez de prendre ces boissons entre les repas plutôt que pendant dans la mesure où elles vont vous rassasier. Les boissons suivantes sont riches en nutriments.

- Boissons lactées comme le chocolat chaud, Horlicks, Ovaltine, Nesquick. Prenez du lait concentré ou du lait entier.
- Milkshakes au lait entier, yaourts à boire, smoothies aux fruits.
- Supermalt.
- Complian, Build-up, Nutriment ou Nourishment (boissons nutritionnelles).
- Si nécessaire, votre diététicien peut vous conseiller d'avoir une ordonnance de boissons nourrissantes si vous ne réussissez pas à suivre un régime calorique seul.
-



Autres problèmes communs aux patients ayant des TNE :

Diarrhée

Assurez-vous que la cause de la diarrhée a été recherchée par votre médecin et traitée de façon appropriée. Informez votre médecin du type de régime que vous suivez

- Les sachets de réhydratation pourront être utiles pour remplacer les pertes d'eau et de sels minéraux (en parler avec votre médecin avant d'en prendre).
- Évitez l'alcool et les boissons riches en caféine.
- Prenez des repas légers et fréquents. Mangez lentement.
- Les aliments tels que le pain blanc, les pâtes, le riz, les œufs durs, la volaille, les poissons à chair blanche et les produits laitiers peuvent être mieux tolérés pendant les périodes de diarrhée.
- Vous pourrez avoir besoin de revoir votre apport en graisse mais ne le faites pas sans l'avis de votre diététicienne.
- Votre médecin peut vous conseiller de prendre des anti-diarrhéiques tels que l'Imodium ou le Lopéramide.
- Votre médecin peut vous recommander des enzymes pancréatiques si vous avez une malabsorption des graisses ou de la cholestyramine (Questran) si vous avez une malabsorption des sels biliaires pour vous aider à traiter la diarrhée associée.

- Dans les cas extrêmes, vous pourrez avoir besoin d'être réhydraté par voie intraveineuse.

La malabsorption des graisses

Elle peut être causée par quelques facteurs comme le traitement que vous prenez ou la chirurgie.

On reconnaît la malabsorption des graisses à l'aspect des selles. Elles peuvent avoir une couleur claire, une odeur nauséabonde avec un aspect grasseux. Elles sont difficiles à être évacuées dans les toilettes. Si ceci est votre cas, vous devez en parler à votre infirmière ou à votre médecin.

Il peut être nécessaire de réduire l'apport en graisse et les aliments riches en matière grasse jusqu'à ce que tout revienne à la normale.

Les médecins peuvent prescrire des enzymes pancréatiques qui aident à décomposer la nourriture de manière à ce qu'elle soit facilement absorbée par le corps. Il est important de se rappeler de prendre ces enzymes pendant votre repas.

La constipation

La cause de la constipation doit être recherchée par l'équipe médicale et une possible médication doit être discutée pour aider à réguler les selles.

- Il est important de boire beaucoup de liquides dans la mesure où la déshydratation aggrave ce symptôme.
- Une alimentation riche en fibres peut améliorer les symptômes (voir la partie **les fibres alimentaires**).



- La boisson traditionnelle au jus de pruneaux peut vous aider.
- Essayez la gymnastique douce.
- La constipation peut être causée par les médicaments. Discuter avec votre médecin dans ce cas, des laxatifs peuvent être nécessaires.

La chirurgie intestinale

L'étendue et la localisation de la chirurgie intestinale a des conséquences sur les symptômes que vous pouvez rencontrer. Beaucoup de patients ont une constipation ou des diarrhées tout de suite après une intervention chirurgicale. Cependant, les intestins retrouveront leur fonctionnement avec le temps.

- Une alimentation pauvre en fibres est en général recommandée après une chirurgie des intestins. Cette alimentation débute par les conseils du diététicien de l'hôpital. A mesure que les intestins retrouvent leur fonction, le niveau de fibres alimentaires pourra être graduellement augmenté.

Il est essentiel que vous ayez une surveillance médicale et soyez suivi après la chirurgie pour s'assurer que vos besoins nutritionnels soient palliés. Quelquefois, une nutrition de remplacement à l'aide d'un tube introduit dans les intestins ou directement dans le système sanguin et/ou une supplémentation doivent être requises durant cette période.

Le rétrécissement du côlon

La cause doit être recherchée au maximum par l'équipe médicale et les interventions

possibles doivent être discutées. Ceci peut comprendre un examen par vos chirurgiens.

- Le régime a pour but d'empêcher toute occlusion intestinale, par conséquent, l'alimentation a besoin d'être légère. Une alimentation pauvre en fibres fournira une aide pour réduire la pression sur le côlon.
- Il est important de rester bien hydraté en consommant beaucoup de liquides.
- Des boissons de supplémentation peuvent être nécessaires pour maintenir le bien-être nutritionnel.

Une surveillance médicale régulière, diététicien compris, est essentielle pour s'assurer que tous les besoins sont palliés et que toute complication soit traitée rapidement.

L'acide gastrique

S'assurer que la cause est recherchée et parler à votre médecin des interventions médicales possibles.

- Evitez les aliments acides tels que les agrumes et leurs jus, les aliments à base de tomate.
- Evitez les aliments épicés.
- Evitez de vous allonger immédiatement après le repas car cela risque de majorer la sensation acide.

Nausée et vomissement

Prévention de la nausée :

- Manger des petites quantités fréquemment tout au long de la journée pour éviter la satiété précoce (sensation



d'avoir l'estomac plein après quelques bouchées).

- Buvez entre les repas plutôt que pendant pour éviter la satiété précoce.
- Les aliments et les boissons froides ont moins d'odeur que les aliments que l'on mange chaud. Evitez les odeurs de cuisson si possible.
- Les gâteaux et les boissons peuvent réduire la nausée : pamplemousse, citron ou citronnade, orange, jus d'ananas, fruits en conserve, yaourt.
- Essayez les aliments salés comme les chips et les biscuits salés.
- Evitez les aliments huileux et riches en matière grasse.
- Les gâteaux secs, les biscuits salés ou le pain grillé sont souvent mieux tolérés.
- Parlez à votre médecin des médicaments antiémétiques qui doivent être pris 30mn avant les repas de façon à empêcher la nausée.

Ballonnements

- Evitez les aliments formant des gaz, par exemple : oignons, chou, légumes secs, chou-fleur, brocolis, fruits à coque, aliments épicés. Personne ne réagit de la même façon à ces aliments ; alors, essayez d'en manger en petite quantité et évitez-les seulement s'ils entraînent des symptômes.
- Evitez les boissons gazeuses.
- Sauter les repas risque de provoquer des gaz, par conséquent, ayez des repas réguliers.
- Mâchez bien vos aliments pour réduire l'air avalé.

- La constipation peut causer des ballonnements. Surveillez votre transit et si vous êtes constipé, parlez-en à votre médecin.
- Si vous appréciez un bon chocolat il serait dommage de s'en priver.

La satiété précoce

Une résection de l'estomac, des tumeurs abdominales, de l'ascite ou une hypertrophie du foie peuvent avoir pour conséquence une sensation de satiété précoce après avoir mangé une petite quantité de nourriture.

- Prenez des repas en plus petite quantité et des encas plus souvent.
- Evitez les boissons pendant les repas ou une heure avant.
- Evitez les aliments gras et « riches ».
- Prenez votre dessert au milieu du repas si vous ne pouvez pas le manger immédiatement après le repas.

la sensation de satiété précoce est très variable selon l'individu, et l'efficacité de ces propositions dépendent de chacun.

Les aliments déclencheurs de symptômes

La recherche est en cours concernant ce domaine chez les patients ayant des tumeurs neuroendocrines. Les études ont montré que chez certains patients certains aliments et boissons peuvent « déclencher » des symptômes comme une douleur abdominale, une diarrhée et des flushs. Quelques exemples courants décrits par les patients sont les grands repas et l'alcool. Les patients ayant un syndrome



carcinoïde doivent réduire au maximum leur consommation d'alcool.

Les types d'aliments et de boissons qui causent cette réaction sont de nature individuelle et la méthode la plus fiable pour identifier les « aliments déclencheurs » possibles est la tenue d'un journal des aliments consommés et des symptômes. Le journal est rempli par le patient sur une période de 2 semaines. Chaque aliment, boisson, médicament est reporté à côté de tous les symptômes ressentis et leurs horaires. Le journal est ensuite passé en revue par l'infirmière spécialisée et la diététicienne en présence du patient pour aider à identifier les « aliments déclencheurs » potentiels et veiller à ce que le régime soit équilibré.

Des suggestions sont ensuite faites concernant des changements nécessaires à la fois sur l'alimentation et les médicaments. Il est essentiel qu'une diététicienne soit impliquée dans cette discussion pour s'assurer que les groupes d'aliments vitaux ne soient pas absents de l'alimentation pour éviter toute carence en éléments nutritifs.

Les changements dans le goût

Perte du goût :

- Choisissez des aliments à forte saveur et arôme.
- Il a été constaté que les aliments chauds sont mieux appréciés que les aliments froids.
- Utilisez beaucoup d'assaisonnements, les herbes et les épices en particulier.

- Ajoutez des soupes ou des sauces aux plats salés.
- Essayez de goûter aux aliments et boissons rafraîchissants au goût prononcé comme les fruits frais, les bonbons à sucer, les bonbons à la menthe, la limonade, les jus de fruits, l'eau gazeuse, les agrumes.
- Rehaussez la saveur des salades et des légumes en ajoutant des oignons, du jus d'orange ou de citron, de la vinaigrette.
- Préparez des marinades.

Modification du goût :

- Evitez tout aliment ayant un goût désagréable.
- Laissez les aliments refroidir un peu avant de les manger.
- Si la viande a un goût désagréable, essayez d'autres solutions telles que le poisson, le fromage et les produits laitiers. Les viandes peuvent avoir meilleur goût froides que chaudes.
- Si les aliments ont un goût métallique, faites un gargarisme avec du jus de citron mélangé avec de l'eau ou utiliser des ustensiles en plastique.

Irritation de la bouche

Une bouche irritée, sèche ou douloureuse peut être causée par des ulcères, une candidose, une maladie des gencives, une radiothérapie et certains traitements médicamenteux.

Essayez d'évitez les aliments qui peuvent aggraver la douleur :



- Les aliments et les boissons très chauds. Il est préférable de manger les aliments à température ambiante ; cependant, les aliments et les boissons froids peuvent être apaisants.
- Les aliments salés et épicés peuvent piquer la bouche, par exemple, les chips, les piments, le curry, la moutarde.
- Les aliments ayant une texture rugueuse, sèche ou croustillante car ils peuvent être abrasifs comme les biscuits secs, les chips, les noix.
- Les aliments acides comme les agrumes et leur jus, le vinaigre.
- Les aliments à texture épaisse comme le beurre de cacahouète, le chocolat.
- La purée de fruits et légumes peut être plus facile à manger. Vous pouvez ajouter du sucre et de la crème aux fruits pour les rendre moins acides, plus faciles à avaler et augmenter leur teneur en énergie.
- Prenez des petites collations entre les repas.
- Buvez beaucoup de liquides pour éviter la sécheresse buccale. Essayez de boire avec une paille. Si vous ne pouvez pas manger normalement, vous pouvez choisir des boissons nourrissantes, par exemple, des milkshakes, des boissons nutritionnelles.
- Sucrer de la glace pilée ou de la crème glacée peut engourdir votre bouche. A essayer avant ou pendant les repas.
- Votre médecin peut être en mesure de vous prescrire un médicament pour vous aider. Les bains de bouche peuvent être utiles pour nettoyer et engourdir votre bouche.

Ce qui suit peut rendre la prise d'aliments et de boissons plus facile :

- Prenez des aliments tendres et moelleux avec beaucoup de sauce ou de jus de viande comme les pommes de terre en purée, les pâtes bien cuites, les nouilles, les desserts lactés, les gâteaux moelleux.



3. THERAPIES COMPLEMENTAIRES

Il existe de nombreux types de thérapies complémentaires. Il est toujours préférable de se renseigner avant d'en commencer une. Communiquez son nom et tous les détails à votre diététicienne/infirmière/médecin.

La plupart des gens qui travaillent dans le traitement du cancer sont plus qu'heureux pour les patients qui essaient des thérapies complémentaires, c'est-à-dire des traitements qui peuvent être utilisés parallèlement au traitement médical conventionnel. Le bénéfice de ces thérapies permet d'avoir un temps pour soi, l'amélioration de la sensation de bien-être et la capacité à faire face à la situation.

Les personnes atteintes de cancer s'intéressent souvent aux thérapies complémentaires. Certaines d'entre elles sont très sûres et peuvent être utilisées en liaison avec les traitements standards. Par exemple, manger du gingembre ou pratiquer des techniques de relaxation telles que la visualisation et l'hypnothérapie. L'acupuncture peut aider à maîtriser les nausées, en particulier lorsqu'elle est utilisée en combinaison avec des médicaments anti-nauséeux.

Certains thérapeutes alternatifs peuvent prétendre être en mesure de guérir votre cancer ou ses symptômes avec leurs traitements, même si les traitements médicaux conventionnels n'ont pas été couronnés de succès. Les thérapeutes réputés ne feront pas de telles affirmations.

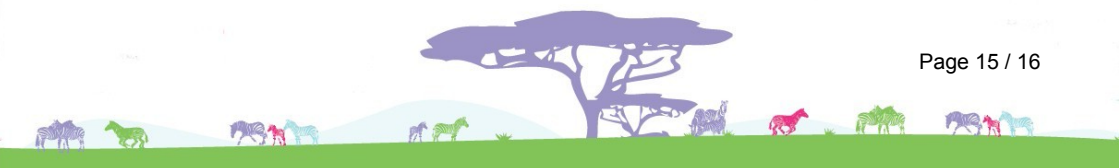
Il n'est pas possible de recommander les thérapies alternatives à la place du traitement médical conventionnel car il y a peu (le cas échéant) de preuve scientifique ou médicale pour valider les allégations faites sur ces traitements.

Si vous avez un cancer, l'utilisation de ces méthodes non éprouvées au lieu du traitement médical conventionnel peut avoir des conséquences très graves pour votre santé. Vous devez parler à votre spécialiste de toute thérapie alternative ou complémentaire que vous souhaitez essayer.

Les régimes « spécial cancer »

Il n'y a pas de régimes scientifiquement prouvés pour les tumeurs neuroendocrines. Certains régimes alternatifs non prouvés peuvent ne pas être sûrs et effectivement aggraver les choses. Certains régimes « spécial cancer » peuvent être trop restrictifs, en particulier si vous êtes malade et ne mangez pas bien. Si vous avez des questions concernant des régimes alimentaires spécifiques, s'il vous plaît, parlez-en avec votre diététicienne ou l'équipe médicale avant tout changement.





Ce livret est une traduction de
« Nutrition in NETs »(Neuroendocrine Tumors)
par l'organisation
« **NET Patients Foundation** »,
www.netpatientfoundation.com

L'ouvrage original fait partie de la bibliothèque d'informations Paul HUNTER, une série de publications sur les tumeurs neuroendocrines, les conditions de traitements et de tests, produite à la mémoire du regretté joueur de snooker, Paul HUNTER (1979-2006).

L'ouvrage original a été conçu avec l'assistance de:

Caley Schnaid NET Specialist Dietician
Philippa Davies NET Clinical Nurse Specialist
Royal Free Hospital, Hampstead, London, NW3

La version française du livret a été traduite de l'anglais par Frédérique NINIA., conçue et produite par l'association

APTED

Association des Patients porteurs de Tumeurs Endocrines Diverses.

162 avenue Lacassagne

69424 LYON Cedex 03

Retrouvez nous sur notre site internet : [http:// apted.fr](http://apted.fr)

Publié en novembre 2012.

