IKCC
International Kidney Cancer Coalition

ikcc.org

Journée mondiale du cancer du rein
18 juin 2026

Comment la vie avec un cancer du rein peut-elle affecter votre bien-être émotionnel et psychologique ?

Un bilan simple conçu pour aborder des sujets importants

85 % des personnes atteintes d'un cancer du rein
subissent un impact sur leur bien-être émotionnel et psychologique. Trop de personnes n'en parlent jamais avec leur famille, leurs amis ou leurs médecins.

Source : Enquête mondiale patients de l'IKCC, 2025



Ce bilan sur le bien-être a été conçu avec des professionnels de la santé mentale pour vous aider à réfléchir si la vie avec un cancer du rein peut affecter votre bien-être émotionnel et psychologique. Le compléter peut vous amener à penser à des choses auxquelles vous n'aviez jamais songé auparavant. Vous pouvez aussi l'imprimer et l'utiliser pour engager une conversation sur votre bien-être psychologique avec votre famille, vos amis et votre équipe médicale. Certaines anxiétés peuvent être apaisées simplement en en parlant ouvertement, et ces discussions peuvent aussi conduire à un soutien avec un professionnel si vous en avez besoin.

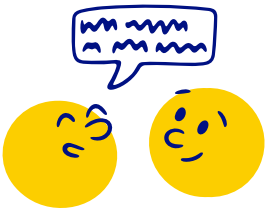


1. PARLER

À qui parlez-vous de la façon dont votre cancer du rein vous affecte sur le plan émotionnel et psychologique ? (Cochez toutes les réponses qui s'appliquent)

- ☐ Conjoint ou conjointe
- ☐ Famille et amis
- ☐ Mon médecin ou d'autres professionnels de santé
- ☐ D'autres patients atteints d'un cancer du rein
- ☐ Je préfère ne pas parler de mon cancer

Plus vous pouvez parler autour de vous, plus vous êtes susceptible de vous sentir soutenu(e). Les gens veulent vous aider, alors laissez-les faire — mais il se peut que ce soit à vous d'engager la conversation et faire le premier pas.

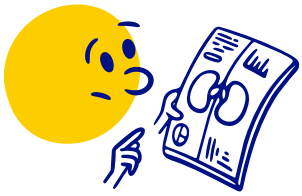


2. ANXIÉTÉ

À quelle fréquence vous inquiétez-vous des scanners, des résultats d'examens ou du fait que votre cancer puisse progresser ou récidiver ?

- ☐ Rarement
- ☐ Parfois
- ☐ Souvent
- ☐ La plupart du temps

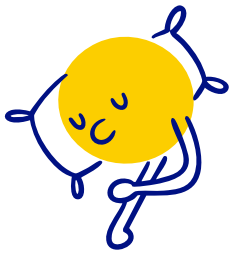
L'anxiété est normale et il est important de reconnaître ce que vous ressentez. Il existe des stratégies pour gérer l'anxiété liée au cancer, et votre équipe soignante peut vous aider à trouver le soutien adapté.



3. SOMMEIL

Votre sommeil a-t-il changé depuis le diagnostic de votre cancer du rein ?

- ☐ **Je dors moins**
- ☐ **Je dors autant**
- ☐ **Je dors plus**

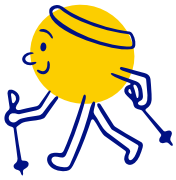


Votre sommeil en dit long sur votre bien-être psychologique. Dormir moins peut contribuer à augmenter l'anxiété. Dormir plus que d'habitude et avoir du mal à se lever du lit peuvent parfois être des signes de dépression.

4. ACTIVITÉ PHYSIQUE

Environ combien de séances d'activité physique faites-vous au cours d'une semaine type, y compris les exercices quotidiens comme la marche ?

(Sautez cette question si votre médecin vous a conseillé d'éviter l'activité physique)



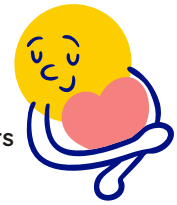
- ☐ **Peu ou pas du tout**
- ☐ **Jusqu'à 2,5 heures**
- ☐ **De 2,5 à 5 heures**
- ☐ **Plus de 5 heures**

Même de petites séances d'activité physique favorisent le bien-être psychologique et l'estime de soi. L'activité physique peut aussi aider à lutter contre la fatigue, les variations de poids et la récupération après le traitement.

5. RELATIONS

L'apparition du cancer peut modifier vos relations avec votre famille et vos amis proches. Quelle affirmation vous décrit le mieux ?

- ☐ **« Partager les difficultés liées au cancer nous a rapprochés »**
- ☐ **« Mes relations sont à peu près les mêmes qu'avant mon diagnostic »**
- ☐ **« Le stress a laissé des traces. Nous ne sommes plus aussi proches qu'avant »**
- ☐ **« Je ne veux pas affecter les autres, alors je garde mes inquiétudes pour moi »**



Parler ouvertement du cancer avec sa famille et ses amis les aident autant que vous : tout le monde se sent davantage soutenu. Ne pas en parler peut accroître votre sentiment d'isolement et leur impression d'être tenus à l'écart. Utilisez ce bilan pour amorcer des conversations sur ce que vous ressentez.



« En tant que psycho-oncologue, j'encourage toutes les personnes atteintes d'un cancer du rein et leurs aidants à remplir ce questionnaire, à l'imprimer et à l'utiliser pour engager des conversations avec leur famille, leurs amis, d'autres patients et leur équipe médicale. »

Dr Cristiane Decat Bergerot PhD
Oncoclinicas&Co

IMPORTANT : Ce bilan est conçu pour fournir un aperçu de votre bien-être émotionnel et psychologique en lien avec votre cancer du rein. Il ne remplace pas une aide médicale ou psychologique professionnelle. Demandez toujours conseil à des professionnels de santé qualifiés pour toute question concernant votre santé psychosociale ou médicale.

La Journée mondiale du cancer du rein est rendue possible grâce au généreux soutien de nos partenaires industriels.

ARCUS BIOSCIENCES · AVEO ONCOLOGY an LG Chem company · IPSEN Innovation for patient care · MERCK · Roche