

Journée régionale des SOS

Amélioration de l'accès aux SOS dans
les Hauts-de-France

Péronne

Mise en place de l'APA en soins intensifs d'hématologie

*Quentin Vacandare – Enseignant en
Activité Physique Adaptée
(DISSPO CHU Amiens)*



Jeudi 28 mars 2019

ONCO

HAUTS-DE-FRANCE
RÉSEAU RÉGIONAL DE CANCÉROLOGIE



Définition

L'APA est un moyen permettant la pratique d'une activité physique aux personnes qui ne peuvent pratiquer dans des conditions habituelles en raison de leur état physique, mental et/ou social.*

L'intensité des exercices est adaptée afin de répondre au mieux aux besoins spécifiques de chacun.

* Source INCA

Quels intervenants en APA ?

Enseignant/ Professeur APA

- Diplôme universitaire en Sciences et Techniques de l'Activité Physique et Sportive (STAPS) mention APA avec un niveau :
- Licence
- Master
- Doctorat

- Connaissances scientifiques et pratiques sur l'activité physique en condition de handicap

Les missions du professionnel APA

Conception -> Conduite -> Evaluation du programme APA

3 étapes :

- Evaluer les besoins / attentes et les capacités du patient
- Elaborer un programme individualisé en adaptant les séances aux besoins du patient
- Réaliser et formaliser un bilan de l'intervention en APA

Intérêts

D'après la littérature :

- Diminution du risque de rechute (de 20 % pour le cancer du sein, 27% de l'endomètre et 17% cancer du côlon)
- Diminution de la fatigue de 30 %
- Diminution des douleurs ostéo-articulaires
- Diminution de l'anxiété, de la dépression
- Amélioration de la qualité de vie, de la condition physique etc.

La littérature est moins fournie sur l'APA en Hématologie

Secteur d'intervention

Le service de soins intensifs d'Hématologie clinique

Prise en charge individuelle en isolement protecteur

20 lits dont 11 chambres à flux laminaire avec SAS

10 lits d'hospitalisation conventionnelle

4 à 6 semaines d'hospitalisation

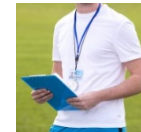
Allogreffes – autogreffes sont réalisées dans ce service



Modalités de prise en charge

- Patients adressés par l'Hématologue ou interne :
 - Fiche de renseignements (consultation du dossier médical)
 - Remise d'un certificat médical de non contre indication à la pratique d'une activité physique adaptée

- 1^{ère} consultation permet :
 - La prise de contact avec le patient
 - Présentation et intérêts de l'APA
 - Déterminer les besoins et les attentes du patient
 - Evaluer les capacités physiques du patient



Bilan des capacités physiques

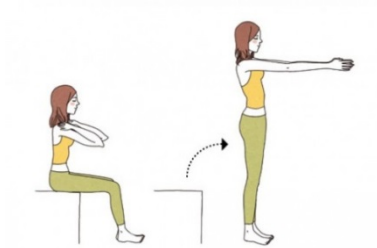
- Step test 2 minutes

Évalue la capacité aérobie du patient. Il est réalisé comme une alternative de l'épreuve de marche de 6 minutes,



➤ Test assis – debout (chair test)

Evalue la force musculaire des membres inférieurs



➤ Flexion de bras (Arm curl)

Evalue la force musculaire des membres supérieurs



Les séances

- Tous les matins pour l'APA en chambre pour les patients hospitalisés dans le service d'Hématologie
- 2 séances par semaine/ patient permettant un suivi de qualité
- Exercices de renforcement musculaire:
 - Poids de corps
 - Avec résistance (haltères, élastiques etc.)
- Exercices de réentraînement à l'effort:
 - Vélo stationnaire dans les chambres des patients
 - Suivre la fréquence cardiaque pendant l'effort
 - Adapter l'intensité de l'effort



Résultats

Sur les 10 derniers patients pris en charge, on note :

- Tendence à l'amélioration des capacités physiques sur le plan de la tolérance à l'effort et sur le plan musculaire.
- L'état de fatigue est généralement plus important en fin d'hospitalisation

Step test 2 min		Flexion de bras		Test assis - debout	
49	56	18	21	13	15
T0	T1	T0	T1	T0	T1

- Ressentis du patient : « permet de se libérer l'esprit » « le fait d'être encadré me donne envie de bouger »

Et après ...?

DISSPO

Suivi à domicile



Associations extérieures

Salle de sport



Outils à domicile

- Support vidéo

The screenshot shows a YouTube search results page. At the top, the search bar contains 'apa chu amiens'. The left sidebar includes navigation options like 'Accueil', 'Ma chaîne', 'Tendances', 'Abonnements', and 'Obtenir YouTube Prem...'. Below this is a 'BIBLIOTHÈQUE' section with 'Historique', 'À regarder plus tard', 'Best Pop Music Video...', '#RedMusic: Just Hits', and 'Vidéos "J'aime"'. The main content area displays two video results. The first video is titled 'Activité Physique Adaptée en cancérologie au CHU Amiens – Exercices Renforcement Musculaire' by 'CHU Amiens-Picardie', with 1 992 views. The video thumbnail shows a person performing a squat exercise on a red mat, with the text '2. Membres inférieurs : flexion' at the bottom. The second video is titled 'Activité Physique Adaptée en cancérologie au CHU Amiens - Séance Complète de Renforcement' by 'CHU Amiens-Picardie', with 1 130 views. The thumbnail shows a person performing a standing exercise, with a speech bubble saying 'Ne s'accrochez pas votre dos. Tenez bien droit.' and a timestamp of '11:21'.

- Support papier

Discussion

L'objectif de la mise en place de ce programme APA était d'évaluer la faisabilité et sa pertinence

Résultats non significatifs mais qui donnent une orientation d'une étude bien construite sur le plan méthodologique et avec une plus grande population

Au cours de la mise en place du programme APA, des éléments méthodologiques ont été modifiés (test, questionnaire...)

Séance type difficile à réaliser

Instant de bien être sur le plan physique et psychologique

Professionnel APA identifié et intégré dans l'équipe (staff, présentation résultats ...)

Conclusion

L'APA fait partie intégrante des soins de supports d'autant plus qu'elle est réalisable en secteurs de soins intensifs d'Hématologie

Pas de contre indication majeure

Se pratique avec ou sans matériel

Les résultats vont dans le sens de la littérature, amélioration des capacités physiques et de la qualité de vie

A développer en recherche clinique avec une plus grande cohorte

Remerciements

Pr Jean Pierre Marolleau, Chef de Pôle de l'Oncopôle , Chef de service
Hématologie Clinique et Thérapie Cellulaire

Dr Marie Beaumont, Hématologue

Hématologues, internes

Aurélie Lefebvre, Cadre de santé, HDJ / DISSPO

Aurélie Catoire, Cadre de santé, Hématologie clinique

L'équipe du DISSPO

Le 1^{er} médicament,
c'est l'activité physique



SPORT SUR ORDONNANCE

L'activité physique peut être prescrite, parlez-en à votre médecin

MERCI DE VOTRE ATTENTION

QCM

- L'APA est-elle praticable en secteur de soins intensifs d'Hématologie ?

Oui

Non

- Durant l'hospitalisation prolongée, si le patient ne pratique aucune activité, il risque :

Un déconditionnement musculaire

Une prise de masse