

# Après une mastectomie



Un lot de questions accompagne bien souvent les femmes ayant vécu une mastectomie. Comment obtenir une subvention pour l'achat d'une prothèse mammaire? Quelles sont les étapes à suivre après avoir reçu une prescription du médecin? En plus de pouvoir répondre à toutes vos questions, une spécialiste peut vous offrir un soutien humain dans le processus d'achat de votre prothèse mammaire, vous guider, vous écouter, vous rassurer et vous permettre de vous sentir belle.

La propriétaire de Lingerie Jouvence se fait souvent poser la question suivante : lorsque je porterai ma prothèse, les gens pourront-ils distinguer la différence entre cette dernière et mon sein naturel? La réponse est : absolument pas. L'évolution de la technologie de la prothèse mammaire et un bon ajustement permettent aux femmes d'obtenir une allure vraisemblable d'une poitrine dite naturelle. De plus, le port d'une prothèse mammaire est confortable et

se fond bien à la couleur de votre peau.

Il faut ensuite souligner l'importance de consulter une conseillère d'expérience pour l'achat d'une prothèse mammaire bien adaptée. En effet, un ajustement approprié permet de restaurer adéquatement le poids manquant de votre cage thoracique. En ce sens, il est nécessaire de porter une prothèse mammaire afin de ne pas provoquer des altérations physiques. L'aide d'une conseillère vous permettra donc de faire un choix approprié à votre situation.



Micheline Aubrey  
Lingerie Jouvence

## L'ONCOMASSOTHÉRAPIE

L'oncomassothérapie est un massage adapté aux personnes qui ont le cancer ou sont en rémission. Les massothérapeutes qui choisissent cette voie doivent suivre une formation approfondie et acquièrent ainsi des connaissances sur les différents types de cancer, les contre-indications, etc.

Julie Bordeleau est oncomassothérapeute et elle est convaincue de l'impact positif de ce massage sur les personnes malades ou qui l'ont été. Les principaux bienfaits observés sont :

Sentiment d'apaisement,  
diminution l'anxiété;

Réduction des effets secondaires  
des traitements;

Diminution de la douleur, des raideurs  
musculaires;

Réduction des nausées et des maux de tête.

Mme Bordeleau se déplace chez les clients puisque ceux-ci sont souvent affaiblis par la maladie. Elle nous précise qu'il faut être tout particulièrement à l'écoute du client pour ce massage et s'adapter à l'état de santé de chacun.

Il peut être pratiqué sur une table de massage ou bien sur un lit (à l'hôpital), ou directement sur une chaise si la personne ne peut pas se lever. Julie Bordeleau nous explique qu'il y a une plus grande ouverture du milieu hospitalier pour ce type de massage et que, désormais, il est même possible, dans certains cas, de se faire masser sur une chaise pendant qu'on reçoit le traitement de chimiothérapie. On massera alors les mains, bras, avant-bras, etc. Quelle belle avancée!

C'est un massage qui touche l'âme et l'humain, conclut Mme Bordeleau. Les clients sont plus paisibles après le massage et tous convergent vers la même conclusion : « Cela fait tellement de bien d'être touché autrement! »

## LE SAVIEZ-VOUS ?

Il existe un lien direct entre le manque de fibres dans le régime alimentaire de la femme et le cancer du sein? C'est ce qu'affirme le docteur en hygiène alimentaire Anthony W. Martin. Selon lui, une femme qui présente une constipation chronique a de 40% à 50% plus de risques d'être atteinte du cancer du sein. En effet, les toxines non éliminées sont absorbées par le système lymphatique et empoisonnent les tissus mammaires. Fruits et légumes frais, légumineuses et noix devraient donc faire partie de notre alimentation quotidienne.

## LE CURCUMA : UNE ÉPICE ANTICANCER?

Le curcuma est une épice orangée, qui ressemble beaucoup au curry. Elle est notamment reconnue pour ses qualités anti-inflammatoires et antioxydantes. Ses propriétés anticancéreuses sont très sérieusement envisagées par la communauté scientifique.

Ainsi, le curcuma, grâce à son ingrédient actif, la curcumine, serait susceptible de ralentir le développement de plusieurs types de cancer. Il pourrait également réduire la formation de métastases et la toxicité des traitements, notamment les dégâts cutanés provoqués par la radiothérapie durant un cancer du sein. C'est ce qu'affirme la Fondation contre le cancer. Toutefois, il est recommandé de ne pas en consommer la journée même du traitement. Aussi, toute consommation doit être arrêtée deux semaines avant une intervention chirurgicale.

Enfin, le curcuma n'est malheureusement pas recommandé pour certains types de chimiothérapie; il est donc conseillé d'en parler à son médecin.

## Salon expo-diabète

le diabète j'en fais mon affaire !

Dimanche  
14 octobre 2018  
de 9 h à 15 h 30  
HÔTEL SHERATON LAVAL

20<sup>e</sup>  
anniversaire

SOUS LA PRÉSIDENTIE D'HONNEUR

Isabelle Huot  
DOCTEURE EN NUTRITION

+ 40 exposants - 4 conférences



Entrée 5\$/personne • Gratuit pour les 12 ans et moins  
450 686-0330 diabetelaval.qc.ca

>1707443



**Lingerie Jouvence** vous offre le confort du sur-mesure ainsi que le prêt-à-porter dans les marques ABC, ANITA, ROSA FAIA et SIMONE PÉRÈLE.

Notre collection 2019 de maillots de bain commence à arriver !

**Avec tout achat de 150.00\$ et plus, obtenez une culotte gratuite d'une valeur de 28.00\$ de marque ANITA sur présentation de cette annonce. Cette promotion ne peut-être jumelée à aucune autre promotion. Valide jusqu'au 30 novembre 2018 inclusivement.**

Chez Jouvence, nous offrons gratuitement le service d'ajustement si nécessaire de tous les produits prêt-à-porter que vous achetez chez nous. Les ajustements comprennent l'ajout d'agrafes, l'ajustement des bretelles et autres.

Vous voulez organiser un groupe pour un « **party de brassières** » avec vos amies? Recevez 15 % en marchandises de toutes les ventes avant taxes. **Reservez votre place en appelant au 450 438-6140.**



**Lingerie Jouvence**  
776 rue Labelle  
Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5M3  
450 438-6140  
www.lingeriejouvence.com et www.brassierejouvence.com

P.-S. Rendez-vous sur notre site internet pour connaître la route à suivre pour vous rendre à la boutique. [www.brassierejouvence.com](http://www.brassierejouvence.com) au bas de la page.