



# QUALITÉ DE VIE ET MYÉLOME MULTIPLE

**Mina Milani**  
Psychologue

[www.chwapi.be](http://www.chwapi.be)

Wallonie  
picarde

acteur de  
l'eurométropole  
lille kortrijk tournai

# Qualité de vie : définition

« C'est la perception qu'a un individu de sa place dans l'existence, dans le contexte de la culture et du système de valeurs dans lesquels il vit en relation avec ses objectifs, ses attentes, ses normes et ses inquiétudes. Il s'agit d'un large champ conceptuel, englobant de manière complexe la santé physique de la personne, son état psychologique, son niveau d'indépendance, ses relations sociales, ses croyances personnelles et sa relation avec les spécificités de son environnement » (OMS, 1994)

# Qualité de vie : définition

4 domaines :

- physique
- psychologique
- relations sociales
- environnement

➔ La maladie porte atteinte à ces domaines

# Qualité de vie : définition

La façon dont un individu définit sa qualité de vie est :

- Subjective
- Dépendante des besoins de l'individu :

*Besoins comblés = QdV supérieure*

*! Besoins différents selon les individus et le moment de vie*

# Qualité de vie : définition

L'état émotionnel a un impact sur la qualité de vie

Mais... pas d'impact sur la « quantité » de vie

# Myélome : l'annonce

Entrée dans la maladie :

symptômes physiques VS pas de symptôme :

→ temps d'urgence VS temps long

→ temps médical VS temps psychologique

# Myélome : l'annonce

- Atteinte diffuse : pas de localisation précise
- Chronicité : allongement de la durée de vie avec la maladie

# Myélome : l'annonce

- Sidération psychique : incapacité à mémoriser les informations médicales après la formulation des mots « cancer » et « chimiothérapie »
- Croyances autour du mot « cancer »
- Confrontation entre la réalité médicale et l'imaginaire



# Myélome : traitements

Rapport au corps :

- limites physiques
  - ✓ sentiment d'inutilité
  - ✓ dépendance/surprotection
  
- changements corporels
  - ✓ schéma corporel
  - ✓ focalisation sur les phénomènes corporels
  
- corps objet
  - ✓ objet du monde médical
  - ✓ trahison du corps
  - ✓ rapport à l'intimité

# Myélome : traitements

## Impacts psychologiques



- Inquiétudes
- Angoisses
- Emotions
- Solitude
- Questions

# Myélome : traitements

Machine à fabriquer des pensées et des émotions



- Pensée magique
- Contrôle de la pensée
- Fonction des émotions  
(! Intérêt des émotions négatives)



Mais... N'y pense pas, ça ira mieux !

Sentiments partagés :

- Au niveau physique :
  - ✓ effets secondaires encore présents
  
- Au niveau psychologique :
  - ✓ sentiment d'abandon du monde médical (soutien)
  - ✓ temps d'inaction
  - ✓ contre-coup émotionnel

- Avec traitement VS sans traitement
- Focalisation sur les sensations corporelles
- Reprise des activités (familiales, sociales, professionnelles)
- Besoin pour les proches d'avancer

# Myélome : les proches

La maladie touche tout le monde...

- Dynamique familiale bouleversée et équilibre à recréer
- Impuissance
- Surprotection
- Communication autour des émotions :
  - ✓ peur
  - ✓ sentiment de solitude
  - ✓ cheminement différent

# Myélome : le couple

- Retrouver une intimité émotionnelle
- Retrouver une intimité physique



**Merci pour  
votre attention !**

