Zeitschrift: Magazine aide et soins à domicile : revue spécialisée de l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile

Herausgeber: Spitex Verband Schweiz

Band: - (2014)

Heft: 4

Rubrik: Actuel

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

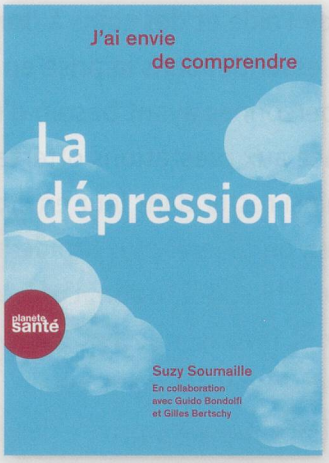
Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

A lire J'aimerais comprendre... la dépression



red. Une femme sur cinq et un homme sur dix sont touchés par la dépression au cours de leur vie. Selon l'OMS, cette affection redoutable va occuper le deuxième rang des maladies en 2020, avec le taux d'incapacité le plus élevé. Symptômes, diagnostic, traitements, prévention des rechutes... avec ses dix chapitres pratiques et faciles d'accès, ce livre de poche accompagne le lecteur sur le long chemin qui mène à la guérison. Il a été écrit par une journaliste médicale, Suzy Soumaille, en collaboration avec deux médecins, le Dr Guido Bondolfi et le Prof. Gilles Bertschy. A noter que dans cette collection thématique Planète Santé (éditée par le Groupe Médecine et Hygiène) chaque chapitre répond à une question précise: qu'est-ce que c'est? Pourquoi moi? Quand faut-il consulter? Ainsi, le grand public est invité à comprendre le sommeil, les allergies ou la sexualité féminine. Cet ouvrage en particulier a pour objectif de donner au patient les compétences pour gérer sa maladie. Il est aussi une aide pour les proches qui pourront ainsi mieux soutenir la personne déprimée sur la durée, sans sombrer avec elle. Prix: 16.–

A commander par téléphone (9h–12h / 14h–17h): +41 22 702 93 11 ou par e-mail: livres@medhyg.ch

www.planetesante.ch/depression

Le syndrome «posthospitalier»

red. Les bip des machines, les aiguilles et seringues, l'attente pour voir le médecin, la nourriture peu appétissante et la privation de sommeil... tout ceci contribue à créer un état de vulnérabilité qu'on appelle «le syndrome posthospitalier» et qui apparaît souvent dans les jours et les semaines suivant un séjour à l'hôpital, avec altération des systèmes physiologiques, épuisement des réserves et faible capacité de l'organisme à résister aux menaces. C'est un professeur de médecine et de santé publique de la Yale School of Medicine qui, en 2013, a décrit ce syndrome, touchant en particulier les seniors et concernant plus d'une hospitalisation sur cinq! A noter que la majorité des cas présentent une affection distincte de celle qui avait causé la première hospitalisation. Les spécialistes de la politique de santé américaine se penchent donc sur le problème, tout comme l'assurance maladie, qui rend désormais les hôpitaux responsables de toutes les réadmissions intervenant dans les 30 jours. Des mesures incitatives ont été mises en place et les hôpitaux qui ne parviendront pas à atteindre les objectifs seront pénalisés financièrement. Agir avec bon sens, en améliorant la communication lors de la sortie ainsi que les soins de transition, semble une des premières solutions pour réduire ces aller-retours.

Alerte, pénurie de médicaments

red. Bien que la Suisse ait une industrie pharmaceutique performante et un système fiable de distribution de médicaments, on constate régulièrement des ruptures de stock dans notre pays. Ces pénuries temporaires affectent tout le spectre thérapeutique, mais principalement les préparations hospitalières. Près d'un tiers des pénuries concernent des produits jugés critiques, car indispensables en santé publique: ce sont des antibiotiques administrés en intraveineuse, des médicaments nécessaires en anesthésie, des neuroleptiques, des vaccins ainsi que des agents thérapeutiques importants pour le traitement du cancer. Souvent, le médicament de remplacement est plus cher. Le phénomène, qui est également observé à l'étranger, est dû en partie à la pression sur les prix des médicaments qui a incité les industriels pharmaceutiques à rationaliser, à fermer des usines ou à cesser la production de médicaments peu rentables. Afin d'anticiper les ruptures de stock et de prendre rapidement les mesures qui s'imposent, une plateforme d'information est actuellement élaborée par le Département fédéral de l'économie, de la formation et de la recherche (DEFR) sur mandat du Conseil fédéral.

www.admin.ch

Le travail de nuit dérègle l'horloge biologique

red. Le travail de nuit est classé comme «cancérogène probable», a confirmé en 2012 une étude de l'Inserm. Menée sur 1232 femmes ayant contracté un cancer du sein et 1300 femmes en bonne santé, elle a révélé que le risque de développer un cancer du sein augmentait globalement de +27 % pour les femmes travaillant la nuit. Pis, c'est lorsque les femmes travaillaient moins de 3 nuits par semaine: dans ce cas, le risque atteint 43 %! L'explication est biologique. De fait, les recherches ont établi que l'activité nocturne dérègle l'horloge biologique des individus: basée sur le rythme veille/sommeil qu'impose l'alternance jour/nuit, celle-ci est à l'origine de la sécrétion de certaines hormones, notamment la mélatonine, libérée uniquement en l'absence de lumière. Or, cette dernière régule, entre autres, la production des œstrogènes impliqués dans le développement des seins. Le travail de nuit ne s'effectuant pas dans le noir, il engendre donc une baisse des niveaux de mélatonine, laquelle favorise le développement des cancers hormono-dépendants. Et ce dérèglement se trouve aggravé par les changements de rythmes fréquents – comme 3 nuits travaillées sur 7, car l'horloge biologique n'a pas le temps de se caler sur le nouveau tempo, d'où un dérèglement sans fin.

(Source: Sciences et Vie)

La pilule virtuelle ne s'oublie pas

red. Plus d'une femme sur quatre oublie sa pilule au moins une fois dans le cycle. Afin d'éviter ces oublis, on peut désormais utiliser une application gratuite, Opti Pill, qui propose des rappels quotidiens et est adaptée aux différentes marques de pilule. Les paramètres peuvent être modifiés à tout moment. Pour vérifier où on en est dans sa vraie plaquette, le suivi est assuré avec affichage du nombre de comprimés pris et restant à prendre. En cas d'oubli, une aide pratique est offerte, les recommandations allant jusqu'à trouver une pharmacie dans le secteur géographique. De nombreux conseils pratiques et des réponses aux questions fréquentes des femmes à propos de la contraception sont également fournis. A télécharger immédiatement sur votre smartphone! Pour plate-formes iOS et Android.

Pulsomètre

red. 57,4 %. Ce chiffre montre que la majeure partie des fumeurs (57,4 %) commencent à fumer avant l'âge de 18 ans. Or, par rapport aux non fumeurs, l'espérance de vie des fumeurs réguliers est réduite en moyenne de quatorze ans. La protection de la jeunesse est donc évidemment au cœur de la LPTab, projet de loi sur les produits du tabac qui prévoit notamment une nouvelle réglementation de la publicité pour les cigarettes et autres produits du tabac. La publicité pour les produits du tabac ne sera plus autorisée par voie d'affichage, ni dans les cinémas, ni dans la presse écrite et sur les supports électroniques. La vente de produits du tabac aux mineurs sera également interdite. La promotion par le biais de cadeaux accordés aux consommateurs ou par la remise de gains lors de concours ne sera plus admise. Enfin, les fabricants de tabac ne pourront plus parrainer des événements internationaux. Cela dit, les dispositions de la LPTab sont modérées et vont moins loin que la législation de la plupart des pays européens. Le Conseil fédéral a procédé à une pesée des intérêts entre la santé publique et la protection des consommateurs d'une part, et la liberté économique d'autre part (OFSP).