

Le Griffon

Important :

*Ce dossier étant composé de pages doubles,
pour un meilleur confort de lecture du fichier PDF,
choisissez dans la rubrique «Affichage»,
l'option «continue page double».*

La prévention

Les « Soirées de la Santé », c'est une nouvelle action de prévention, mise en place par la Ville et ses différents partenaires*, sous forme de conférences grand public.

L'objectif : informer les habitants pour qu'ils soient « acteurs de leur santé ».

« **P**révenir, c'est guérir », vieux cliché? Une réalité aussi. Les professionnels de santé, les associations d'usagers, les institutions et collectivités agissent de plus en plus dans ce domaine. Saint-Brieuc expérimente les « Soirées de la Santé », un cycle de conférences animées par des spécialistes, en direction du grand public, une initiative de la Ville accompagnée par ses partenaires. Pour le premier cycle, c'est le thème du risque vasculaire qui a été retenu : « *Il est d'actualité. Il concerne de nombreux patients. Il peut toucher plusieurs organes* », explique le Dr Madeleine Bihet, médecin de la Ville.

Les maladies vasculaires sont la première cause de mortalité en France. Or la prévention a un rôle important à jouer dans ce domaine. Elle permet de « *retarder la maladie, de mieux la prendre en charge* », dit le Dr Le Cuziat, médecin coordonnateur de Prévention Vasculaire 22 (Adoptir), voire de diminuer le risque. Ce n'est pas rien. Comment s'y prendre ? « *C'est important de bien s'alimenter, de pratiquer une activité physique régulière, de ne pas fumer, de surveiller sa tension.* »

Un langage accessible, des conseils à suivre au quotidien

Pour être efficace, la prévention doit donner les informations sur le fonctionnement de la maladie, les facteurs qui peuvent favoriser



© Christophe Morvan pour Des Rondes dans l'Eau

son apparition... et la manière dont on peut influencer sur elle. « *Le but est que chacun puisse être acteur de sa santé, notamment par son mode de vie, son comportement* » précise Marie-Claire Diouron, maire-adjointe en charge de la santé. Les « Soirées de la Santé » seront abordées sous une forme très concrète: « *De la manière la plus simple, dans un langage accessible, par des médecins spécialistes qui répondront aux questions que peut se poser le public. Des diététiciens, des cuisiniers, des associations... donneront des conseils, voire des astuces culinaires.* »

La mise en place de ces soirées illustre une tendance forte en matière de santé publique. La prévention se développe. Elle a des effets bénéfiques pour les maladies vasculaires, mais aussi pour certains cancers (éviter les facteurs de risque comme le soleil, le tabac, l'alcool...), le sida (chacun doit se protéger), et bien d'autres... Pourtant ce n'était pas une évidence en France, pays champion du curatif: « *L'Organisation mondiale de la santé a pointé que la France était la première en matière de qualité des soins... et en revanche, pas franchement la meilleure en prévention. Or sans*

Par l'information



cette dernière on ne peut pas limiter le développement de certaines maladies. Plusieurs pathologies avaient tendance à exploser, avec un coût exorbitant en matière de santé publique», explique le Dr Pierre Simon, néphrologue au centre hospitalier Yves le Foll et président du Réseau Prévention Vasculaire 22. La loi Kouchner du 4 mars 2002 a changé beaucoup de choses, «mettant le patient au cœur du dispositif et créant des réseaux de santé. Leur but est d'améliorer le dépistage, la prévention et la prise en charge», renchérit le Dr Patrick Le Cuziat. Il en existe cinq en Côtes d'Armor, sur le cancer, la périnatalité, les soins palliatifs, le diabète, les maladies vasculaires. «Ils rassemblent différents professionnels, qui abordent le patient avec une approche nouvelle d'éducation à la santé.»

Une approche qui sera celle des «Soirées de la Santé». La première conférence du cycle 2006-2007 autour des maladies vasculaires aura lieu le 7 novembre, salle Équinoxe. ■

(*) Organisation du 1^{er} cycle de conférences : Ville de Saint-Brieuc et Réseau Prévention Vasculaire 22. Partenaires : centre hospitalier Yves Le Foll, Mutualité Française, Chambre des Métiers, Caisse Primaire d'Assurance maladie.

De nombreuses actions à Saint-Brieuc

Saint-Brieuc s'est inscrite dans le réseau des Villes Santé de l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) en 1988. La Ville entend bien jouer son rôle en matière de prévention. Elle ne cesse de développer des actions de sensibilisation et d'information, «une volonté municipale», précise Marie-Claire Diuron.

La mairie relaie les grandes causes mondiales et nationales, toujours en partenariat avec les professionnels de santé et les associations

(Ligue contre le cancer, SAMH, Diab'Armor, Sid'Armor, etc.). La Ville apporte aussi son soutien aux initiatives venant des associations ou de partenaires de santé. Elle est enfin porteuse d'actions dans les écoles, les centres de loisirs : c'est important de donner de bonnes habitudes dès le plus jeune âge, notamment en matière d'hygiène (brossage des dents par exemple..) et surtout d'équilibre alimentaire : «c'est une priorité. L'alimentation peut être

A l'école, les enfants apprennent à se brosser les dents



© Madeleine Ropars

source de bonne santé si on y prête attention», appuie le Dr Madeleine Bihet. Ou occasionner de sérieux soucis dans le cas contraire.

Maladies vasculaires : des ateliers de prévention



Myriam Journay, diététicienne, Le Dr Blais, tabacologue, Fabien Stagliano, pédicure podologue, le Dr Le Cuziat et Bénédicte Menu, une équipe pluridisciplinaire.

Les accidents vasculaires sont la première cause de mortalité en France. A Saint-Brieuc, le réseau Prévention Vasculaire 22 (Adoptir), né en 2003, rassemble des professionnels de santé et des associations d'usagers. Il accueille des personnes qui présentent un risque de diabète, de cholestérol élevé, d'hypertension, qui ont déjà subi un accident vasculaire ou ont des antécédents familiaux... Elles doivent être « motivées par un projet de santé », dit Bénédicte Menu, infirmière coordonnatrice. Elle travaille avec le Dr Le Cuziat, médecin coordonnateur, des diététiciennes, des tabacologues, une animatrice en activité physique adaptée, des pédicures-podologues (prenant en charge notamment les diabétiques). Cette équipe

pluridisciplinaire propose des ateliers : elle apporte au patient des connaissances sur la maladie, ses causes, son fonctionnement, ses risques, pour mieux faire comprendre la nécessité d'adapter son mode de vie. Elle propose un suivi individualisé, et conseille des pratiques « simples, abordables. On définit avec la personne un projet à sa portée, sur l'activité physique, l'alimentation, le sevrage tabagique. Chacun va à son rythme, l'important étant de ne pas se décourager. Ce changement de comportement peut déjà permettre une diminution du risque d'accident vasculaire. »

• Prévention vasculaire 22, 15 bis rue des Capucins à Saint-Brieuc, 02 96 75 47 63.

Les rendez-vous de la santé

Les soirées de la santé. Elles se dérouleront le mardi de 18 h 30 à 20 h au centre de congrès Équinoxe, environ tous les deux mois, sur le mode du « pourquoi, comment », avec un exposé médical suivi de questions/réponses.

Mardi 7 novembre : «contrôler le mauvais cholestérol». Le 23 janvier : «contrôler son poids dès l'enfance». Le 13 mars : «arrêter de fumer». Le 15 mai : «réduire sa consommation de sel». Le 19 juin : «normaliser sa tension». Ces conférences s'adressent à tout public, des adolescents aux personnes âgées.



Les autres rendez-vous. Courant novembre, la Ligue contre le Cancer et le Centre communal d'action sociale (CCAS) s'adresseront aux femmes des quartiers sur la prévention du cancer du sein. Le 16 novembre, journée autour du diabète avec Diab'armor. Vers le 1^{er} décembre, quinzaine d'information sur le sida avec la Commission Sida et Sid'Armor. En mars, Journée de l'audition et semaine consacrée aux maladies psychiques (avec le CCAS). Semaine de la Fraich'attitude autour de l'alimentation en mai. Et pour préparer l'été, opération « Sida et soleil » le 21 juin.

• Service municipal hygiène santé : 02 96 62 55 47.

Peace & Lobe à La Citrouille

La prévention prend aujourd'hui toutes les tournures et traite de tous les thèmes.

A la Citrouille, on se sent concerné par l'audition. La scène de musiques actuelles a mis en place un partenariat avec la Mutualité française autour de l'opération « Peace and Lobe ». Écouter très fort de la musique au casque, se coller aux enceintes pendant les concerts, répéter dans de mauvaises conditions peut entraîner des troubles sévères de



l'audition... au même titre que manier le marteau piqueur ou travailler en usine : on n'entend plus certaines fréquences, on devient acouphène. Dans le pire des cas, la surdité survient.

L'action Peace and Lobe sera menée en novembre dans les collèges et lycées bretons, sur un mode ludique. Le groupe Lugo proposera un « concert pédagogique » alternant morceaux de musique et informations sur ce thème.

• Contact : Elisabeth Joncour à la Citrouille (02 96 01 51 40) ou Sabrina Rohou à la Mutualité Française (02 96 75 44 58).

Des soins à la pointe

La santé, c'est avant tout des soins, assurés par des professionnels (médecins, infirmiers...) libéraux et des hôpitaux publics et privés, entre autres. Toutes ces structures travaillent de plus en plus en réseau. Ainsi la mise en commun de moyens (l'exemple de l'IRM le montre) ou d'informations favorise une prise en charge efficace des patients.

Répondre aux besoins de la population

Pour donner un ordre de grandeur, le seul centre hospitalier de Saint-Brieuc, troisième de Bretagne après les CHU de Rennes et Brest, emploie plus de 3 200 personnes, dépense 168,5 M€ par an pour son fonctionnement et investit chaque année 11,5 M€ dans les bâtiments et autres équipements. Il développe ses services pour répondre aux besoins croissants de la population, liés notamment au vieillissement de la population (médecine et soins de suite gériatriques aux Capucins), à l'épidémiologie et au développement des techniques de soin. Au cours des dernières années, il a ainsi modernisé et étendu tout son plateau technique, le bloc opératoire, le secteur de médecine physique et de réadaptation, les urgences, le laboratoire, créé un centre d'angioplastie... Au delà, l'hôpital s'affirme dans des domaines de pointe comme la « télémedecine ». Il est ainsi le seul à pratiquer l'hémodialyse à distance : le patient se trouve à Lannion, avec un infirmier. Une caméra web équipée d'un

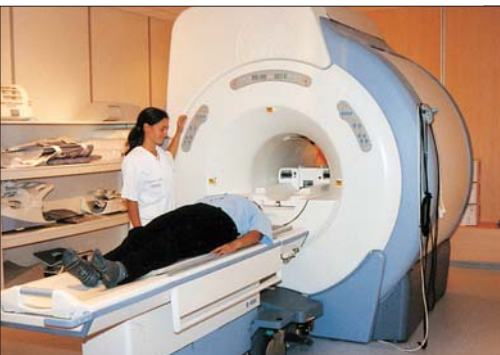


Le zoom très puissant de la caméra permet au docteur Kim-Seng Ang de suivre la dialyse d'une patiente de Lannion en toute sécurité.

zoom très puissant permet au médecin de suivre l'hémodialyse et d'intervenir depuis Saint-Brieuc. La télémedecine, c'est aussi des avancées moins spectaculaires mais tout aussi importantes, comme le dossier médical unique par patient, comprenant tous les comptes-rendus et examens médicaux, informations dont les différents services de l'hôpital peuvent disposer (uniquement en cas de besoin), tout en respectant les règles de confidentialité et la fiabilité dans la transmis-

sion. Yves-Le-Foll est capable d'intégrer les éléments fournis pas d'autres établissements, ou de les transférer. L'air de rien ce dossier est très complexe. Il repose sur un gros travail du service informatique de l'hôpital et la présence du réseau haut débit Mégalis sur le territoire breton.

Les axes de développement du centre hospitalier pour les années 2006-2010 seront bientôt planifiés dans le cadre d'un contrat avec l'Agence régionale de l'hospitalisation. ■



Une 2^e IRM, un très lourd investissement au service du diagnostic.

Une 2^e IRM pour Saint-Brieuc

La constitution d'un groupement d'intérêt économique (GIE) par le centre hospitalier de Saint-Brieuc et la clinique armoricaine de radiologie a permis de financer une deuxième IRM (Imagerie par Résonance Magnétique) à Saint-Brieuc, pour un coût de 1 M€. Elle est implantée dans les locaux de la clinique Jeanne d'Arc, la première étant installée à Yves-le-Foll. Les deux IRM sont accessibles au centre hospitalier, à la clinique et aux radiologues libéraux. Cette coopération vise à répondre « au mieux aux besoins des usagers ».

L'IRM est appelée à se développer. Cette technique évite l'irradiation et l'injection d'iode. Plus précise que le scanner, elle favorise un diagnostic précoce. En cancérologie, elle permet de bien

identifier les organes proches des tumeurs et de les protéger en ciblant mieux les rayons. Ce deuxième équipement permettra de réduire les délais d'attente, qui passeront de 1 à 2 mois à 15 jours. D'ici 5 ans, le GIE souhaite se doter d'un Pet Scann, pour affiner encore les diagnostics.