



Entre Nous

NOTRE SANTÉ, C'EST NOUS



EDITORIAL

Suite à notre Assemblée Générale ordinaire de fin juin 2023, notre Conseil d'Administration a choisi de me reconduire au poste de président. Je m'efforcerais de poursuivre la défense de notre association et de la représenter auprès de nos interlocuteurs officiels et partenaires.

Lors de notre Assemblée Générale du 22 juin dernier, Odile PICHOT, secrétaire de l'association et Guy JEGOU, administrateur membre de la commission finances ont annoncé leur départ.

Odile et Guy ont servi l'association à différents postes au cours des décennies passées, toujours avec un profond engagement. Au nom du Conseil d'administration, je veux les remercier chaleureusement pour leurs contributions efficaces, leur sérieux, mais aussi pour leur gentillesse.



Bien évidemment nous accueillerons d'éventuels nouveaux candidats avec plaisir.

Cette année, nous allons lancer plusieurs chantiers afin d'adapter notre association à l'évolution des réglementations, comme par exemple, la transformation de notre Service de Soins Infirmiers à Domicile (SSIAD) en Service d'Autonomie à Domicile (SAD). Le décret paru fin juillet 2023 nous donne 2 ans pour nous mettre en conformité.

Notre objectif permanent est d'apporter à nos bénéficiaires des prestations de soins et d'accompagnement à domicile dans le respect des valeurs qui nous animent et avec l'exigence de qualité.

La contribution de tous, salariés, aides-soignantes, infirmières, personnel administratif, administrateurs et bénévoles est un point essentiel pour la réussite de notre activité associative de soins.

Pour terminer, je souhaite remercier l'ensemble de l'équipe salariée pour leur engagement ces derniers mois, notamment pour avoir assuré la continuité du service à nos personnes âgées dans le contexte de fortes chaleurs que nous venons de vivre.

Michel MONIER
Président de l'Association Santé Aujourd'hui.

Membres élus du Bureau de l'Association le 29 juin 2023 :
Michel Monier : Président.
Bernard Gallego : Vice-président - Roger Tabouret : Trésorier.
Pierre Cusin-Masset : Trésorier adjoint - Marie-Claude Vial : Secrétaire.

Sommaire

- Le rôle de l'eau 2-3
- Le mélanome 4-5
- Les origines de la brosse à dents 6
- La vie du centre 7
- Pêle-mêle 8

Vos prochains rendez-vous :

- Réunion d'éducation thérapeutique pour diabète le mercredi 18.10.2023 ;
- Café des Aidants le vendredi 21.11.2023.

Entre nous : Édité par
l'Association Santé Aujourd'hui
5, rue Bel Air
69800 Saint-Priest
Tél. : 04.78.20.90.98

Directeur de la Publication :

M. MONIER
Coordination et rédaction :
Y. ETROY

Imprimé à 200 exemplaires
Dépôt légal à parution ISSN :
2104-7812.

Saisie et maquette :
Y. ETROY

Articles :

Ch. BLANCHETON - N. DIAZ
A. TURPIN - M.C. VIAL

Cette question commence à être abordée.

En effet, jusqu'ici il était habituellement dit que le réchauffement climatique avait des conséquences sur le cycle de l'eau et que les principaux coupables étaient les gaz à effet de serre qui avaient tendance à se concentrer davantage dans l'atmosphère en raison de l'activité humaine.

En 1992, une convention cadre adoptée par les Nations Unies a donc marqué le point de départ d'une série de mesures envisagées pour contrôler les émissions de gaz à effet de serre et ainsi éviter une perturbation dangereuse du système climatique.

Mais depuis d'autres études ont mis en évidence de nouveaux aspects du climat.

L'une d'entre elles, publiée en décembre 1992, a ainsi révélé que l'évaporation de la forêt amazonienne jouait un rôle déterminant au niveau de l'humidité de l'air.

En résumé, les arbres sont générateurs d'humidité. Si cette dernière s'évapore, ce sont de véritables «rivières aériennes» qui circulent dans l'atmosphère et peuvent intervenir dans de graves perturbations. Des études ont ainsi démontré l'existence de liens entre les cyclones tropicaux ou des inondations et une importante présence d'air humide d'origine marine.

En 2006, deux chercheurs russes, Victor GORSHKOR et Anastassia MAKARIERA, ont quant à eux formulé le principe d'une «pompe biotique» qui, générée par l'addition de rivières de vapeur au dessus de grandes forêts (type Amazonie, Congo, Sibérie) et d'humidité aspirée des océans, pouvait entraîner des précipitations sur des milliers de kilomètres. Ils ont ainsi prouvé le rôle essentiel des arbres et des forêts sur le climat mondial.

Au Brésil, un scientifique dénommé Antonio DONATO NOBRE, de l'Institut National de Recherche Spatiale brésilien et de l'Institut National brésilien de Recherche sur l'Amazonie, a publié une étude sur le climat futur de l'Amazonie.

Ses conclusions sont claires :

D'une part, la forêt amazonienne joue un rôle essentiel sur le climat de toute l'Amérique du Sud et d'une partie de l'Amérique du Nord en expliquant le régime des pluies ;

d'autre part, la déforestation a des conséquences dramatiques car elle tarit en partie les rivières aériennes.

A terme, l'Amazonie peut donc se transformer en savane et une vaste région autour de Sao Paulo pourrait se transformer en désert à l'instar de ce qui existe déjà en Australie à une latitude voisine.

Depuis, d'autres publications se sont multipliées, apportant la preuve que l'évolution du système climatique ne peut pas s'interpréter uniquement sur la base des gaz à effet de serre car d'autres processus interviennent au niveau du cycle de l'eau.



Par conséquent, même si nous arrivions à stopper l'accroissement des gaz à effet de serre dans l'atmosphère, le changement climatique continuerait car la déforestation et nos modes d'occupation des sols transformeraient des régions entières en déserts.

Il faut donc cesser de confondre «réchauffement climatique» et «changement climatique».

Ce dernier recouvre une notion bien plus large qui inclut toutes les conséquences des modifications de l'eau dues à l'être humain, notamment celles liées à la déforestation, aux pratiques agricoles productivistes et à l'urbanisation.

Rôle de l'eau dans le changement climatique (suite)

Il est à remarquer que dès 2008, un groupe d'hydrologues slovaques et tchèques avait appelé à conserver l'eau là où elle tombe et à éviter le ruissellement pour lutter contre les inondations. Il a ainsi dirigé un programme d'aménagement des bassins versants de Slovaquie avec la réalisation de milliers de petits ouvrages destinés à ralentir l'écoulement et augmenter l'infiltration de l'eau de pluie.

Plus récemment, un texte publié en 2021 par le Programme des Nations Unies pour l'environnement a mis clairement en avant le rôle du cycle de l'eau dans le climat et l'importance de l'évapotranspiration en matière d'élévation de température.

Ces conclusions rejoignent celles citées précédemment : si nous voulons éviter une catastrophe climatique, alors il faut immédiatement cesser la déforestation et au contraire reboiser et modifier les pratiques agricoles.

Alain TURPIN

Source :

Intervention de Daniel Hofnung, co-président de la Coordination Eau Ile de France lors du colloque international «Gestion de l'eau et changement climatique» des 24 et 25 janvier 2023 à Dharwad en Inde.



Octobre rose est une campagne annuelle de communication organisée chaque mois d'octobre, destinée à sensibiliser les femmes au dépistage du cancer du sein et à récolter des fonds pour la recherche. Le symbole de cet événement est le ruban rose.

La campagne est originaire des États-Unis où elle a lieu pour la première fois en 1985. La première campagne en France a lieu en 1994, à l'initiative du groupe Estée Lauder qui a créé l'association « Le Cancer du sein, parlons-en ! » et du magazine Marie Claire.

Cette année, à Saint Priest de nombreuses manifestations vont avoir lieu.

Santé Aujourd'hui y participera le 9 octobre en partenariat avec le Secours Populaire.

Rendez-vous à notre centre du 5 rue Bel Air de 9H à 12H pour une information concernant la détection du cancer du sein.

DEFINITION :

Le mélanome est un cancer de la peau, il est dû aux rayons ultraviolets émis par le soleil. Il se développe à partir de cellules appelées mélanocytes qui fabriquent la mélanine, pigment colorant la peau. Dans 80% des cas, le mélanome apparaît de façon spontanée sur une peau saine et dans 20% des cas, le mélanome se développe à partir d'un nævus appelé plus couramment grain de beauté.

SYMPTÔMES ET DIAGNOSTIC :

Le mélanome se manifeste par l'apparition d'une tache brun foncé ou noire sur la peau. Elle est le plus souvent localisée sur le torse, les bras, les jambes et chez les personnes plus âgées sur le cuir chevelu. Un prélèvement sera demandé avec une analyse anatomopathologique afin de confirmer le diagnostic. La personne ayant une peau sujette aux nævus doit pratiquer régulièrement un auto-examen. Toute tache sur la peau ou grain de beauté changeant d'aspect, de couleur, de dimension, s'épaississant ou ne ressemblant pas aux autres doit amener à consulter.

La « règle ABCDE » peut aider à reconnaître un mélanome.

A comme Asymétrie ; le grain de beauté n'est pas régulier, ni rond, ni ovale.

B comme Bords irréguliers ; le bord du grain de beauté est mal délimité.

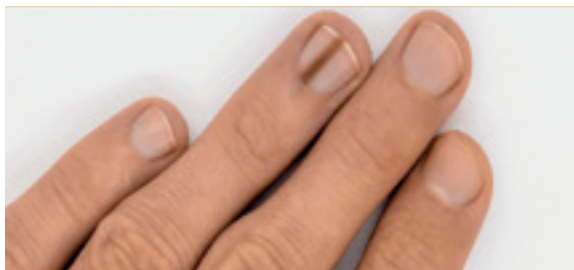
C comme Couleur ; il a plusieurs couleurs (noir, bleu, marron, rouge ou blanc).

D comme Diamètre ; il est de grande taille (plus de 6 mm) ;

E comme Evolution ; le mélanome évolue et grossit, change d'épaisseur et de couleur.

Le mélanome peut aussi se situer sous un ongle, une bande brune ou noire apparaît dans le sens de la longueur. La bande s'élargit lentement et ne disparaît pas comme le ferait un hématome sous-unguéal. Dans ce cas il faut demander un avis médical sans attendre.

Le médecin traitant enverra le patient chez un dermatologue qui pratiquera un examen de la lésion et de l'ensemble de la peau du corps (y compris le cuir chevelu, les ongles, les paumes des mains et les plantes des pieds) à la recherche d'anomalies. Il pourra s'aider d'un appareil grossissant (le dermatoscope) pour pratiquer cet examen.

**TRAITEMENT :**

Si une lésion paraît suspecte, elle est retirée en totalité (c'est l'exérèse diagnostique) faite en générale sous anesthésie locale. C'est l'analyse anatomopathologique de cette lésion qui confirmera le diagnostic. L'examen permettra de déterminer le type, la gravité et le stade du mélanome afin d'orienter dans le choix du traitement. C'est le dermatologue qui demandera plusieurs types d'examen, un bilan sanguin, une échographie abdominale et des ganglions lymphatiques, un scanner, une IRM, un Pet scanner. Enfin un test moléculaire réalisé grâce à l'analyse en laboratoire des cellules cancéreuses prélevées lors de l'exérèse diagnostique, recherchera sur des cellules des anomalies moléculaires appelées mutations au niveau d'un gène. Elles permettront de choisir le meilleur traitement pour certaines thérapies ciblées.

L'immunothérapie peut aussi être proposée en traitement adjuvant. Les anticorps sont administrés en intraveineux afin que le système immunitaire du patient détruise les cellules cancéreuses.

Une radiothérapie peut aussi être demandée.

Le mélanome (suite)

EVOLUTION :

Le mélanome est d'abord localisé dans les cellules de l'épiderme, il sera dit « in situ », son ablation permet sa guérison. Si le mélanome évolue, il progresse en profondeur, il est dit « invasif ». Les cellules cancéreuses envahissent les ganglions proches de la tumeur et les canaux lymphatiques et sanguins. Elles provoquent des métastases.

PREVENTION :

70% des mélanomes superficiels intensifs apparaissent à causes d'expositions trop répétées au soleil avec des « coups de soleil » trop importants dans le passé de la personne. Attention aux expositions prolongées au soleil sans protection solaire. Veillez à ne pas s'exposer aux heures les plus chaudes de la journée. Prévoir un chapeau, des vêtements bien couvrants, voire un parasol pour se protéger du soleil.

CONCLUSION :

Détecté très rapidement le mélanome peut être traité plus facilement. Il est reconnu au titre d'affection longue durée (ALD). Enfin une équipe de chercheurs étudie les mécanismes responsables de la résistance du mélanome et cherche de nouvelles pistes thérapeutiques. Cette équipe a identifié une protéine SPARC qui serait responsable de la formation de métastases. En France le taux de survie à 5 ans après le diagnostic est de 87%, 83% pour les hommes et 89% pour les femmes.

Noëlle DIAZ

Sources : amélie.fr

ACTION DEPISTAGE DU DIABETE



Le diabète est une maladie grave et qui peut être sournoise d'où l'intérêt de faire des actions de dépistages dans la population. Santé Aujourd'hui participera avec d'autres partenaires à un dépistage organisé dans notre commune :

- ☞ Le samedi matin 14 octobre de 9H à 12H, à l'espace Mosaïque, stand de dépistage diabète et tension.
- ☞ Le 14 novembre de 8H à 11H, prévention du diabète sur le marché du mardi.



N'hésitez pas à venir rencontrer nos infirmières, une petite piqûre au bout du doigt et vous serez renseigné.

Histoire de la brosse à dents

Comment nos ancêtres se brossaient-ils les dents ? Et comment est née la première brosse à dents ?

La brosse à dents n'a pas toujours existé telle que nous la connaissons aujourd'hui. Bien que le premier homme ait croqué une pomme, bien connue pour ses effets bénéfiques pour l'hygiène dentaire, on était loin du compte.

Hippocrate, le célèbre médecin grec, fut l'un des premiers à recommander le nettoyage des dents. Les romains utilisaient déjà des cure-dents et des brosses à dents et pratiquaient des bains de bouche d'urine humaine pour se blanchir les dents !!!

Les égyptiens, quant à eux, étaient très soucieux de leur hygiène dentaire. Ils utilisaient des tiges en bois sur lesquelles ils mettaient de l'opiat (mélange de miel et de glycérine) en guise de dentifrice. D'autres techniques étaient utilisées, comme la mastication d'écorces ou de bâtons aux extrémités effilochées, de plumes, d'os de poissons et de piquants de porc-épic.

Au Moyen-Age, l'usage de la brosse à dents disparaît ! Au cours du règne du roi Louis IX (Saint Louis), les gens n'accordaient pas vraiment d'importance à leur hygiène buccale. Le roi lui-même ne se brossait les dents que durant les fêtes religieuses, soit six fois par an ! On se contentait de faire des bains de bouche avec du vin ou d'utiliser un cure-dent.

Les européens se lavaient les dents avec des chiffons roulés dans du sel ou de la suie. Pendant longtemps, pour se laver les dents, on se les frottait aussi avec des végétaux ou en mâchonnant un bâton.

C'est en 1498 que l'idée de la brosse à dents est née en Chine : un manche avec à son extrémité des poils de sangliers très rigides. Problème : ils sont trop durs, irritent les gencives et avec leur forme de mini tuyaux, les bactéries y pullulent.

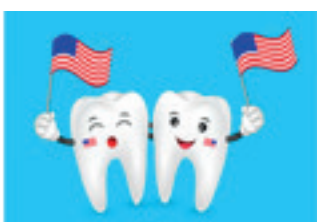


L'invention chinoise est au début mal accueillie par la noblesse européenne. Malgré ce mauvais départ, elle devient à cette période un objet de luxe, que les plus fortunés portent fièrement à leur cou.

Au XVIIIe siècle, Napoléon Bonaparte emmenait des brosses à dents dans chacune de ses campagnes. Il employait même un chirurgien-dentiste pour lui nettoyer les dents de fond en comble.



Le 14 décembre 1818, premier brevet d'une brosse à dents dite « française ». L'entreprise La Brosse et Dupont, créée en 1846, devient la plus importante fabrique du pays. Le poil des brosses est fait de soies de blaireau, de chèvre, de sanglier ou de porc.



Si en 1885 apparaissent les premières productions de brosses à dents en série, il faudra attendre la seconde guerre mondiale pour voir se généraliser l'usage de la brosse à dents. Les GI qui débarquèrent en Europe amenaient avec eux des chewing gum, chocolat et brosses à dents. En quelque sorte, le poison et l'antidote ! Cette mesure d'hygiène devient plus courante à partir du moment où elle est rendue obligatoire pour les militaires américains à qui on demande de se brosser les dents dans le cadre de leur pratique d'hygiène quotidienne.

Plus près de nous, en 1960 apparaît la brosse à dents électrique et sa démocratisation suit. Aujourd'hui, il existe des dizaines d'outils de nettoyage buccal : fil dentaire, brossettes, bains de bouche, toute une gamme de dentifrices et une grande variété de brosses à dents spécifiques. Les enfants et les seniors n'apprécient pas les mêmes brosses à dents, n'ont pas besoin de la même taille de brosse, du même manche... chaque détail compte.

Après de nombreuses anciennes pratiques, on peut dire que l'hygiène bucco-dentaire a bien évolué et son importance est considérable.

Christiane BLANCHETON

Carrefour des Associations 2023... une édition chaude et colorée

Cette année nous avons étoffé la palette de couleurs de notre stand : Après les ballons jaunes et bleus, aux couleurs de notre logo inaugurés l'année passée, nous y avons ajouté un chapiteau orange, bien assorti à la couleur du soleil de ce dimanche 10 septembre.

Les bénévoles de notre association ont dressé son stand tout en haut du parc du château pour ce carrefour des associations, organisé par la ville de Saint-Priest.

Beaucoup de contacts tant avec les élus de la ville, qu'avec les adhérents et surtout avec les San Priots, toujours présents malgré la chaleur.

Notre équipe a présenté aux visiteurs les services de soins infirmiers et les services de soins à domicile. Lors de son interview en direct sur Radio-Pluriel, notre président a également relayé l'étendue de nos prestations et lancé un appel pour accueillir de nouveaux bénévoles (Radiopluriel.fr 91,5MHz)

Et toujours un franc succès de nos ballons bleus et jaunes auprès des enfants!



PÊLE-MÊLE

Réunion d'éducation thérapeutique pour diabétique Calendrier du second semestre 2023

les mercredis 18 oct. 15 nov. et
20 déc. de 14h à 16h

Inscriptions au 04 78 76 58 46 ou
inscription@reseau-lyre.fr

Pour en savoir plus sur ces réunions, consultez
notre site : www.sante-aujourd'hui.com



Réunions
14h à 15h30
au centre de
Santé Aujourd'hui

CALENDRIER 2023

Dernier RDV de l'année : mardi 21 nov.
Pour connaître les thèmes, nous vous
invitons à consulter notre site internet.

Le coin du lecteur



Après la mort de sa mère à Londres, Anna découvre d'étonnantes lettres écrites en italien. Emue, elle décide de partir sur les traces de son histoire familiale et elle quitte l'Angleterre pour le petit village de Toscane dont parle les lettres.

Anna ne tarde pas à comprendre que le charmant village, chargé de souvenirs, abrite également des secrets qui, des générations après, vont bouleverser sa propre vie.

CAMPAGNE DE VACCINATION

CONTRE LA GRIPPE

A partir du 17 octobre 2023
Pendant les permanences du centre
de Santé Aujourd'hui

CONTRE LA COVID 19

Uniquement sur rendez-vous

Chères adhérentes, chers adhérents, ceci n'est pas une relance, faites circuler le journal et proposez le bulletin d'adhésion ci-dessous à vos proches, amis et voisins.

Qu'est-ce qu'une cotisation ?

C'est une somme minimum demandée à tout adhérent ou nouvel adhérent. Elle permet de valider l'adhésion pour l'année en cours et donne le pouvoir de participer à l'Assemblée Générale qui a lieu l'année suivante. Elle est donc annuelle, renouvelable mais aussi individuelle. En effet, chacun dans son couple ou sa famille, peut formuler son engagement personnel de soutenir l'Association. Montant de la cotisation 10 € (inchangé depuis plus de 10 ans).

✂️ =====

OUI je souhaite soutenir l'action de l'Association SANTE AUJOURD'HUI en adhérant :

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Montant de la cotisation : 10 € minimum

En espèces ou par chèque au nom de SANTE AUJOURD'HUI 5 rue de Bel Air - 69800 SAINT-PRIEST

Si vous souhaitez un reçu fiscal, pour toute cotisation supérieure à 10 €, veuillez cocher cette case.