

LA QUESTION

L'ÉTUDE



## J'ai peur au volant, suis-je amaxophobe ?

Prendre le volant est parfois une source d'anxiété. Les bouchons, les klaxons, l'angoisse de ne pas arriver à l'heure sont autant de facteurs mis en avant par les automobilistes effrayés. Cette peur a un nom et est classifiée au registre des maladies. Appelée amaxophobie, la peur de conduire pousse les possesseurs du permis à éviter leur véhicule. En dehors des traumatismes liés à un accident, l'amaxophobie trouve son origine dans un trouble de l'apprentissage et une certaine difficulté à se prendre en main et à modifier ses habitudes. Souvent dépendants de leur entourage, les amaxophobes souffrent de palpitations ou de vertiges quand il s'agit de prendre la voiture. Il faut consulter.

## Arthrose : des Canadiens veulent la mettre à genoux !

Selon l'Inserm, 10 millions de Français sont concernés par l'arthrose, dont 65% des plus de 65 ans. Les problèmes d'arthrose seraient d'ailleurs la première cause de consultations après les maladies cardiovasculaires dans les pays développés. Des chercheurs canadiens auraient développé un médicament capable d'arrêter la progression de la maladie. C'est ce que rapporte une étude parue cette semaine dans la revue *Annals of the Rheumatic Diseases*. Ils expliquent avoir créé et testé, avec succès, sur des animaux et des échantillons de tissus de personnes souffrant d'arthrose, une molécule capable de stopper la dégénérescence du cartilage, ce qui suscite l'espoir quant à un futur traitement sous forme d'injection.



### UNE QUESTION, un expert

## Peut-on atténuer les douleurs nerveuses ?

Elle est difficilement oubliable et c'est bien là le problème. La douleur neuropathique est liée à une lésion des nerfs périphériques ou de la moelle épinière. Décrite par les patients comme des décharges électriques, brûlures ou piqûres, elle peut être ressentie comme des fourmillements qui handicapent au quotidien.



*"Lorsqu'on parle de douleur neuropathique, c'est lorsqu'il y a une part du système nerveux qui est abîmée, que ce soit un petit nerf périphérique, une lésion au niveau de la moelle ou cérébrale,"* décrit Brigitte Planchet Barraud, médecin du centre d'évaluation et de traitement de la douleur à l'hôpital St-Joseph (photo).

Caractérisée par la longévité de la gêne, cette pathologie est difficilement détectable. *"Le nerf c'est comme un câble électrique, une fois qu'il est endommagé cela peut être définitif. Donc on ne peut pas enlever complètement une douleur neuropathique, mais on peut dévier l'attention du cerveau pour que le patient oublie pendant un laps de temps sa souffrance."* Sans examen paraclinique existant, les médecins utilisent un questionnaire qui leur permet de préciser le mécanisme neuropathique. *"Certains patients hésitent à exprimer ce qu'ils ressentent car c'est très difficile pour eux de décrire leurs sensations. On connaît mal le système nerveux. Pour faire le diagnostic, le médecin doit penser qu'un patient souffre de cette pathologie. Il faut réussir à diagnostiquer le trajet d'un nerf pour pouvoir la déceler."*

Il existe peu d'armes pour affronter ces douleurs, les traitements médicamenteux ne guérissent pas et peuvent même frustrer le patient car les résultats ne sont pas assez satisfaisants à son goût. Des médicaments sont prescrits, mais aucun n'a été conçu pour traiter cette pathologie précisément. *"On utilise des antiépileptiques ou certains antidépresseurs qui soulagent seulement la douleur mais ne la guérissent pas."* Face à ce mur thérapeutique, les spécialistes ont développé des techniques de soins plus souples qui ont pour but de détendre le patient. *"Ces patients qui sont dans une souffrance permanente retrouvent des intérêts avec des choses qui leur font plaisir, ça peut être par du yoga, de l'art-thérapie, ou de la sophrologie par exemple."* F.Ca.

### L'AGENDA

**AUJOURD'HUI** ● Mobilisation contre les douleurs neuropathiques. Le hall de l'hôpital Saint-Joseph se transformera en un lieu d'exposition d'œuvres entièrement réalisées par les patients eux-mêmes, illustrant leur perception de la douleur. Des boîtes à sensations permettront de ressentir les symptômes vécus par les patients. Enfin, un arbre à questions pour partager ses interrogations sur les douleurs chroniques sera à disposition.

→ De 11h à 15h, hall de l'hôpital Saint-Joseph, 26 bd de Louvain, Marseille 8<sup>e</sup>. Métro 2 Périer.

**MERCREDI 17 OCTOBRE** ● Bien-être à La Casamance. L'hôpital privé La Casamance se mobilise contre le cancer du sein en organisant un après-midi bien-être. Le hall de l'hôpital accueillera un village associatif articulé autour de plusieurs stands de sensibilisation à la maladie. Une oncoesthéticienne présentera des soins destinés à conserver sa féminité malgré la maladie, des stands de massage et de relaxation seront également proposés.

→ De 13h30 à 17h30, hall de l'hôpital privé La Casamance, Aubagne.

● Ce que vous devez savoir sur l'allaitement maternel au CH d'Aubagne. L'hôpital Edmond-Garcin d'Aubagne organise une journée autour de l'allaitement maternel. Conférences et ateliers seront proposés aux jeunes mamans pour améliorer leur bien-être.

→ De 9h30 à 17h, salle du Bras d'Or à Aubagne

**JEUDI 18 OCTOBRE** ● Le cancer du sein à l'Hôpital Européen.

L'Hôpital Européen participe à Octobre Rose en proposant une journée d'information autour du dépistage du cancer du sein.

→ De 10h à 16h, dans le grand hall. Rue Désirée-Clary, Marseille 3<sup>e</sup>. Métro 2 Désirée-Clary.

# L'été indien ne doit pas faire oublier la grippe !

La campagne de vaccination est lancée. 16 millions de personnes concernées

Ironie du destin, la campagne de vaccination contre la grippe a été lancée il y a une semaine alors que le thermomètre affichait encore 25 °C (et ça continue cette semaine). Pour la Direction générale de la santé, l'Assurance Maladie et Santé Publique France, ce climat particulièrement clémente ne doit pas faire oublier que la grippe peut être lourde de conséquences, notamment chez les personnes à risque.

Pour preuve, au cours de l'hiver 2017-2018, elle aurait été responsable d'environ 13 000 décès en France selon Santé Publique France. 2,4 millions de personnes auraient consulté un médecin pour un syndrome grippal et plus de 75 000 passages aux urgences ont été comptabilisés. De même que près de 10 000 personnes auraient été hospitalisées à cause de la grippe et 80% des cas admis en réanimation étaient des sujets à risque. En Paca, sur cette même période, 238 cas graves ont été recensés et parmi les patients ayant séjourné en réanimation, 70% n'étaient pas vaccinés.

Des chiffres qui s'expliquent par une épidémie qui a joué les prolongations au printemps, comme le souligne le Dr Delphine Segond, de l'Agence régionale de Santé (Ars) Paca. *"Habituellement, l'épidémie de grippe saisonnière s'étend sur 9 semaines. L'hiver dernier, elle s'est étendue sur 16 semaines."* Mais pour s'en prémunir, la vaccination reste *"le meilleur moyen de se protéger de cette grippe et de limiter les complications"*.

Plus de 16 millions de Français sont donc invités dès à présent à se faire vacciner. *"La priorité est donnée aux personnes dites à risque. Ce sont les personnes de plus de 65 ans, les femmes enceintes, les personnes atteintes de pathologies cardiovasculaires, pulmonaires, hépatiques et d'affections de longue durée, et les personnes obèses. La Direction Générale de Santé, dans une circulaire, recommande particulièrement aux professionnels de santé de se faire vacciner car ils sont un re-*



Le vaccin de la grippe est pris en charge à 100% par l'Assurance Maladie pour les personnes dites à risque. /PHOTO DR

lais possible du virus", poursuit le Dr Segond. Mais comment différencier le virus de la grippe d'un gros rhume ? Oh, quand, comment se faire vacciner ? Comment éviter la contagion ? Comment se soigner ? Voici quelques éléments de réponse.

Le vaccin de la grippe est pris en charge à 100% par l'Assurance Maladie pour les per-

**13 000 personnes seraient décédées de la grippe en France l'hiver dernier.**

sonnes dites à risque (pour les autres il coûte environ 7 euros et s'achète sans ordonnance en pharmacie, on va ensuite chez son médecin se faire vacciner). Ces personnes recevront une invitation à se faire vacciner et devront retirer le vaccin auprès de leur pharmacien en lui présentant le bon de prise en charge. Les personnes habilitées à vac-

ciner dans notre région sont toujours les médecins, les infirmières ou les sages-femmes. Si quatre régions expérimentent en France la vaccination en officine, en Paca, il faudra encore attendre.

Concernant la grippe, c'est une infection respiratoire aiguë virale qui circule toute l'année avec un pic hivernal se situant souvent en janvier. Mais, ce n'est pas parce qu'il fait doux qu'il ne faut pas se faire vacciner car la protection devient effective deux semaines après l'injection. Même malade (rhume, angine...), il n'y a pas de contre-indications pour se faire vacciner.

La grippe est une maladie sévère, douloureuse, invalidante, qui engendre de la fièvre, des maux de tête, de la fatigue ou des syndromes ORL. La "vraie" grippe ne doit pas être confondue avec d'autres affections pseudo-grippales, bénignes et courantes. Particulièrement contagieuse, la durée d'incubation est en principe de 24 à 48 heures. On reste contagieux

pour les autres jusqu'à cinq jours après le début des premiers signes, sept jours chez l'enfant.

Pour soigner une grippe, l'antibiotique est inefficace sur le virus, sauf en cas de surinfection. En revanche, le repos est recommandé et la prise d'antipyrétiques conseillée pour diminuer la fièvre et les douleurs.

Enfin, le vaccin protège contre la grippe mais pas des autres virus donnant des syndromes grippaux. L'immunité que l'on acquiert avec le vaccin couvre une période de 6 mois. D'autre part, le vaccin change tous les ans car les différents types de virus en présence évoluent. Celui qui est proposé cette année contient pour la première fois quatre souches virales qui sont en circulation actuellement selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS). En France, seulement 7 millions de personnes dites à risque, soit 50% environ, se font vacciner. Dans la région, c'est encore moins avec 42%.

Florence COTTIN

CÉCILE LÉVY / AGENCE GARDIENNE - SEPTEMBRE 2018

SACHA A UNE SANTÉ DE FER GRÂCE À SON MÉDECIN TRAITANT.



### DÉCLAREZ UN MÉDECIN TRAITANT POUR VOTRE ENFANT

Il coordonne la prévention et le suivi médical personnalisé de votre enfant. Parlez-en avec lui, il peut effectuer cette déclaration sur simple présentation de votre carte Vitale.

AGIR ENSEMBLE, PROTÉGER CHACUN.

ameli.fr

