



contact

.....
Planète Santé

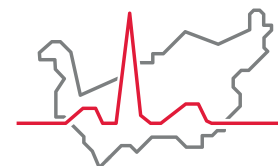
Le Salon valaisan de la santé à Martigny.
.....

Psychiatrie

De l'électrochoc à l'électroconvulsivothérapie.
.....

«Tyromotion»

L'ergothérapie en jouant.
.....





Francesca Genini-Ongaro

Impressum

Contact – Le magazine de l'Hôpital du Valais. Édité en français et en allemand, il est imprimé sur du papier FSC qui garantit une production et une consommation responsables des produits de la forêt.

Éditeur Hôpital du Valais
Direction générale
Service de communication
1950 Sion

Responsable de la publication
Joakim Faiss

Rédaction Prof. Eric Bonvin, Célia Clavien, Diana Dax, Joakim Faiss, Francesca Genini-Ongaro, Laeticia Grimaldi, Jessica Salamin, Malika Storelli

Photos Adobe Stock, Compagnie d'ambulances, Célia Clavien, Diana Dax, Joakim Faiss, Robert Hofer, Francesca Genini-Ongaro, Richard Kuonen, Arnaud Pellissier, Jessica Salamin, Stopgether, Michel Vernimont

Impression Schoechli SA, Sierre
Édition électronique:
www.hopitalvs.ch/contact-mag

Sommaire

L'actualité en bref	4
De l'électrochoc à l'électroconvulsivothérapie	6
Le jeu au service de l'ergothérapie avec «Tyromotion»	8
Planète Santé - Conférences	10 - 11
Planète Santé - Entretien avec Prof. Eric Bonvin	12
Planète Santé - Sur le stand de l'Hôpital du Valais	14
Planète Santé - Conférences	16 - 22
Réadaptation oncologique ambulatoire	23
Don d'organes: m'inscrire dans le registre national ?	25
Inauguration du parking de Sion - Retour en images	26

Une opportunité unique pour se retrouver, s'informer, échanger, débattre...



Prof. Eric Bonvin
Directeur général
de l'Hôpital du Valais
Robert Hofer

.....

L'Hôpital du Valais est très heureux de s'associer à Planète Santé pour organiser la 1^{re} édition du Salon valaisan de la santé qui se déroulera à Martigny du 14 au 17 novembre 2019. Sans cesse en quête d'une meilleure communication avec ses partenaires et les patients qu'ils soignent ensemble, il a ainsi trouvé l'opportunité inédite et exceptionnelle d'atteindre ce but.

Ces quatre journées seront en effet l'occasion pour tous les acteurs du réseau sanitaire valaisan – populations des deux régions linguistiques, patients, soignants, institutions, services, associations, autorités – de se retrouver, de s'informer, d'échanger et de débattre ensemble. Jamais notre canton n'aura connu pareille occasion de valoriser et de faire participer autant d'acteurs à la connaissance et au développement de son système sanitaire.

L'Hôpital du Valais est particulièrement fier de contribuer à cet événement et c'est avec enthousiasme qu'il vous invite à y contribuer activement.

Notre institution sera ainsi présente à Martigny avec un stand qui fera la part belle à l'information en interaction avec les visiteurs. Vous y serez les bienvenus pour expérimenter le parcours d'un patient aux urgences comme le serait une victime d'un accident cérébrovasculaire, d'un accident de montagne, de grippe ou d'une autre maladie infectieuse. Les soucis nécessitant une prise en charge par la psychiatrie de liaison ou la pédiatrie pourront aussi y être expérimentés par des ateliers interactifs.

L'Hôpital du Valais et ses spécialistes seront également présents durant les quatre jours sur les diverses scènes du salon pour de nombreuses conférences dont vous trouverez le détail sur le site internet planetesante.ch/salon

Rendez-vous à Martigny au 1^{er} Planète Santé - Salon valaisan de la santé, vous y êtes les bienvenus et l'Hôpital du Valais se réjouit de vous y accueillir!

.....

Après « J'arrête de fumer », Nicolas Donzé détaille les effets de l'alcool dans « Un verre est rarement solitaire »



En 2015, le CIPRET avait fait appel à Nicolas Donzé, biologiste-chef adjoint à l'Institut Central des Hôpitaux, pour sa campagne « J'arrête de fumer ». Avec une série de brèves vidéos consacrées à la nicotine, le plaisir et l'effet de la substance sur le cerveau, le spécialiste a pu soutenir des dizaines de personnes soucieuses de se libérer de cette dépendance.

« Un Valaisan qui a cessé de fumer grâce à cette campagne du CIPRET m'a dit qu'il trouverait génial de faire la même chose avec l'alcool », explique Nicolas Donzé. Aussitôt pensé, aussitôt fait, ou presque...

Le premier épisode est consacré au déclencheur que peut être un contrôle de police. Combien ai-je bu? Combien puis-je boire sans danger? À quoi dois-je être attentif au cours d'un repas ou d'un apéro? Autant de questions qui trouvent réponse dans cette chronique.

Une dizaine d'autres épisodes suivront, notamment consacrés à l'alcool lui-même, ses effets sur le corps, sur le cerveau et la santé en général. Vous les retrouverez en ligne, sur blog.hopitalvs.ch et dans nos galeries sur Vimeo et YouTube.

Portes ouvertes dans le Service de radiologie de l'Hôpital de Sierre

Le Service de radiologie de l'Hôpital de Sierre a ouvert ses portes au public le samedi 5 octobre 2019. Ses collaborateurs-trices ont accueilli la population dans ces nouveaux espaces dédiés à l'imagerie médicale.

Les visiteurs ont découvert la flambant neuve IRM 3 Tesla à haut champ magnétique et la nouvelle salle diagnostic hybride capable de réaliser de l'imagerie conventionnelle et fluoroscopique. Pour mieux comprendre le corps humain sous l'angle de l'imagerie médicale, les plus jeunes ont pu participer à un atelier ludique.

L'Hôpital du Valais, qui devait renouveler ses équipements sur le site de Sierre, a saisi l'opportunité d'acquérir la dernière génération d'IRM en respectant son budget initial. Avec cette machine qui offre des options et performances inégalées, les examens sont exécutés plus rapidement et confortablement avec en prime un haut niveau de qualité d'image, notamment pour les épreuves ostéo-articulaire, oncologique et neurologique.

Cette acquisition tient compte du développement des activités du site avec l'ouverture du centre de la mémoire à Sierre. Un appareil à haut champ magnétique est nécessaire pour obtenir des résultats significatifs lors d'études de maladies dégénératives touchant la mémoire.

De plus, depuis le mois de mai, une nouvelle salle de diagnostic hybride de dernière génération permet la prise en charge des patients hospitalisés et ambulatoires pour des examens de radiographie standards, des mesures des membres inférieurs et de la colonne totale, ainsi que la réalisation d'examens dynamiques et fluoroscopiques (ponctions, infiltrations et examens digestifs) à faible dose. Grâce à l'investissement important consenti et à la proxi-



Joakim Fais

mité de cet équipement, les médecins et patients du district profitent désormais d'un dispositif complet et à la pointe de la technologie à l'hôpital de Sierre.

Inauguration pour la psychiatrie et psychothérapie ambulatoire à Sierre

Le nouveau bâtiment, à l'avenue Max Huber 6, qui héberge depuis le début de l'été le Centre de compétence en psychiatrie et psychothérapie (CCPP) a été inauguré en parallèle aux portes ouvertes du Service de radiologie (lire ci-dessus). Le CCPP, dont l'activité et les consultations augmentent constamment, bénéficiera désormais d'une plus grande surface pour ses consultations ambulatoires, la prise en charge individuelle et de groupe.

Tabagisme: « arrêter ensemble » avec STOPGETHER



Ensemble, on est plus fort! Ce constat a lancé en septembre le 1er programme collectif national d'arrêt du tabagisme sur Facebook. STOPGETHER, mis en place par les Ligues pulmonaires cantonales et Promotion santé Valais, invite les personnes fumeuses de notre pays à rejoindre un groupe sur le réseau social afin d'arrêter tous ensemble durant le mois de novembre. Les participants bénéficieront également d'une multitude d'offres et de conseils sur une même plateforme.

> Davantage d'informations: facebook.com/stopgether

Recertification «Qualité en soins palliatifs» au Centre Hospitalier du Haut-Valais

Après une première certification en 2014, le Centre de compétences en soins palliatifs du Centre Hospitalier du Haut-Valais a de nouveau obtenu le label «Qualité en soins palliatifs» de palliative.ch en 2019.

Le Service de médecine palliative du Centre Hospitalier du Valais Romand (CHVR), à Martigny, est également au bénéfice de ce label depuis août 2016. Le but des soins palliatifs est de soutenir les personnes atteintes de maladies incurables et/ou chroniques et leurs proches.

Extension du Centre de la mémoire à Sierre et à la Clinique Saint-Amé à Saint-Maurice

En juillet 2019 le Centre Hospitalier du Valais Romand a étendu à Sierre et ouvert à la clinique de Saint-Amé (Saint-Maurice) l'offre de consultations pluridisciplinaires du Centre de la mémoire de l'Hôpital du Valais, afin de répondre à la demande croissante par les médecins traitants.

Placé sous la direction du Service de neurologie et du Prof. Joseph-André Ghika, ce Centre de la mémoire a pour ob-

jectifs de poser un diagnostic pluridisciplinaire, d'améliorer la prise en charge des patients souffrant de troubles cognitifs légers ou avancés en leur proposant des prestations de qualité par du personnel sensibilisé et d'éviter les hospitalisations en urgence.

Tetris challenge: que trouve-t-on dans une ambulance?

Comme d'autres services d'urgences, à la fin de l'été et avec la participation du CSI de Crans-Montana, la Compagnie d'ambulances de l'Hôpital du Valais a relevé le défi du Tetris Challenge lancé par la police cantonale de Zürich. Cette photo permet de voir tout ce qui se trouve dans une ambulance.



Compagnie d'ambulances

235 bébés en 10 ans pour la maison de naissance Gaïa

La maison de naissance Gaïa fête ses 10 ans, dont 9 passés dans les murs de l'hôpital de Sion. Depuis 2009, 235 enfants sont nés dans l'intimité d'un cadre extrahospitalier tout en bénéficiant de la proximité du bloc d'obstétrique en cas de problèmes. Avec un taux de transfert d'environ 10 %, tous les 235 bébés sont nés en bonne santé.



Francesca Genini-Ongaro

Isabelle Braïmi (à gauche), sage-femme indépendante et fondatrice de Gaïa avec Anne-Cécile Bouligand, sage-femme indépendante

Psychiatrie : de l'électrochoc à l'électroconvulsivothérapie.

Une unité d'électroconvulsivothérapie (ECT) a ouvert ses portes à l'hôpital de Martigny en mai 2019. Si la thérapie, anciennement dénommée « électrochoc, » souffre toujours d'une mauvaise réputation, l'efficacité de l'ECT a été prouvée, notamment dans le traitement de maladies psychiatriques comme les dépressions sévères, les troubles bipolaires et parfois certaines schizophrénies. Nous avons fait le point avec le Dr Sacha Celik, psychiatre au Centre Hospitalier du Valais Romand (CHVR) et responsable de l'unité d'ECT à Martigny.

L'histoire du traitement est pour le moins mouvementée, notamment en raison des dérives connues par cette technique inventée en 1938. Tout le monde se souvient du film Vol au-dessus d'un nid de coucou qui met en scène et, surtout, dénonce l'enfermement et la psychiatrie asilaire. En raison du grand succès de ce film, des images très im-



Dr Sacha Celik, psychiatre
Centre Hospitalier du Valais Romand (CHVR)
Responsable de l'unité d'ECT à Martigny

pressionnantes d'électrochocs utilisés de manière punitive et non pas thérapeutique sont restées gravées dans la mémoire collective. Les malades psychiques étaient considérés comme des « fous » et « l'électrochoc était utilisé dans des indications qui n'étaient pas toujours adéquates, comme l'alcoolisme ou l'homosexualité », raconte de Dr Celik. Mais les dérives qui ont touché la psychiatrie dans la première moitié du XXe siècle ne concernent pas uniquement les traitements par électrochocs : maltraitance et enfermements abusifs faisaient également partie du lot.



Francesca Gemini-Ongaro

Effectuée sous anesthésie générale et curarisation ainsi que sous une surveillance cardiovasculaire et respiratoire permanente, chaque séance dure environ vingt minutes.

Avec la découverte, dans les années 50, des médicaments psychotropes, le traitement par électrochoc est tombé en désuétude. Dans les années 80, on observe un regain d'intérêt pour cette technique qui se modernise et engendre ainsi moins d'effets secondaires, avec des stimulations électriques du cerveau de faible intensité pratiquées sous anesthésie générale et curarisation. On appelle actuellement cette technique électroconvulsivothérapie ou ECT.

.....

Tout le monde se souvient du film Vol au-dessus d'un nid de coucou qui met en scène et dénonce l'enfermement et la psychiatrie asilaire.

.....

L'électroconvulsivothérapie de nos jours: un complément au traitement médicamenteux et psychothérapeutique

Dans les années 80, la communauté scientifique constate que les médicaments et la psychothérapie ne résolvent pas tout. Parallèlement, plusieurs études démontrent l'efficacité et l'innocuité de l'électroconvulsivothérapie. « Contrairement à certaines croyances, l'ECT n'abîme pas le cerveau », souligne le Dr Celik, « les effets secondaires, qui affectent principalement la mémoire, sont transitoires. Une fois le traitement terminé, le patient récupère entièrement ses capacités mnésiques ». Grâce à une littérature scientifique solide et aux témoignages de patients et de médecins qui ont pu faire appel à l'ECT avec des bénéfices avérés, cette thérapie regagne petit à petit son droit de cité dans la panoplie des outils à disposition du psychiatre. Pour le Dr Celik, « l'ECT n'est ni une baguette magique ni un traitement de la dernière chance: il s'agit d'un outil parmi d'autres qui, dans des cas bien précis, peut amener à de bons, voire très bons résultats ».

Une nouvelle unité d'électroconvulsivothérapie à Martigny

Les électrochocs sont pratiqués à l'Hôpital du Valais depuis les années 70, mais la nouvelle unité d'électroconvulsivothérapie (ECT) de Martigny les a rendus plus facilement accessibles. « Il s'agit avant tout de déstigmatiser ce traitement et de le proposer dans les meilleures conditions possible », souligne le psychiatre. En gestation depuis plusieurs années, la nouvelle unité d'ECT est avant tout

un projet pluridisciplinaire, fruit d'une collaboration très étroite entre le Pôle de psychiatrie et le Service d'anesthésie. Une équipe formée d'un psychiatre, d'un anesthésiste, d'un-e infirmier-ère spécialiste en ECT, d'un-e infirmier-ère anesthésiste ainsi que d'un-e infirmier-ère en soins généraux est dédiée à la pratique de cette thérapie deux matinales par semaine.

Comment se déroule une séance d'ECT?

L'ECT peut se pratiquer en ambulatoire. Effectuée sous anesthésie générale et curarisation ainsi que sous une surveillance cardiovasculaire et respiratoire permanente, chaque séance dure environ vingt minutes. Une stimulation électrique est délivrée afin de provoquer une crise convulsive généralisée qui dure entre 20 et 120 secondes. Les effets de l'anesthésie se dissipent quelques minutes après la convulsion. Lorsqu'il a retrouvé conscience avec un état respiratoire et cardiovasculaire satisfaisant, le patient est conduit en salle de réveil et surveillé pendant environ une heure.

Dans quels cas l'électroconvulsivothérapie est-elle utile?

« Il s'agit du traitement le plus efficace pour soigner la dépression sévère, également dans le cadre d'un trouble bipolaire, avec plus de 80 % de réponses positives », note le Dr Celik. Plus rarement, l'ECT est également utilisée en cas de manie, de schizophrénie résistante ou de catatonie. Parfois l'électroconvulsivothérapie est utilisée en première intention, notamment pour les dépressions sévères ou les catatonies comportant un risque vital important.

Pour une efficacité du traitement à long terme

Si le taux de réponse positive à l'ECT est élevé, le taux de rechute l'est également. Cependant, « il est possible de diminuer fortement ce risque grâce à plusieurs stratégies », souligne le Dr Celik. Un suivi psychiatrique et psychothérapeutique du patient reste central et à cela s'ajoute la médication. Il est parfois possible d'utiliser l'ECT en prévention de la rechute, en espaçant progressivement les séances sur une durée de 6 mois. L'ECT est parfois utilisée sur du plus long terme, « elle devient alors un traitement préventif de nouveaux épisodes », ajoute le Dr Celik.

Francesca Genini-Ongaro



Davantage d'informations sur
[#ect](http://blog.hopitalvs.ch)

Le jeu au service de l'ergothérapie avec « Tyromotion ».

Diego, Amadeo, Pablo, Tymo et Myro sont les cinq appareils de la gamme « Tyromotion » utilisés au Centre Hospitalier du Haut-Valais depuis maintenant un an. Quelque 220 patients ont déjà pu bénéficier de cette rééducation assistée par ordinateur pour la thérapie des bras et des mains. Une méthode qui enchante spécialistes et patients.



Dre Anke Baumgartner, gestionnaire de la clinique Gériatrie et réadaptation et médecin-chef de la réadaptation du Centre Hospitalier du Haut-Valais

« La rééducation assistée par ordinateur ou robotisée avec les appareils Diego, Amadeo, Pablo, Tymo et Myro est une forme moderne d'entraînement ciblé du mouvement, particulièrement pour l'épaule, le bras et la

main. Les possibilités d'utilisation de ces appareils sont encore plus variées, car ils permettent également l'entraînement des fonctions mentales telles que la concentration, la réactivité et la mémoire ainsi que la stabilité et l'équilibre du tronc.

Pour les patients, la pratique répétée de mouvements individuels et ciblés grâce à l'animation à l'écran est très motivante. Nous constatons souvent que les patients perdent leur peur des mouvements ou de la douleur grâce à cette thérapie ludique à l'ordinateur. Ils progressent ainsi plus rapidement. Les fonctions de mesure intégrées dans les appareils permettent d'évaluer et de documenter facilement les progrès du patient au cours de la thérapie. »



Joakim Faiss

La prise en charge avec Tyromotion nécessite une formation spécifique. Les ergothérapeutes, en collaboration avec les médecins traitants, élaborent un programme de rééducation adapté aux objectifs individuels des patients.



Sophie Ritz, cheffe de l'ergothérapie somatique du Centre Hospitalier du Haut-Valais

« En tant qu'ergothérapeute, j'admire la faculté des mains et des bras à maîtriser les exigences complexes de la vie quotidienne. Des blessures impliquent des restrictions à plusieurs niveaux. C'est pourquoi nous consacrons une grande partie de notre travail thérapeutique à ces membres. Les appareils robotisés et bardés de capteurs de "Tyromotion" constituent un complément précieux à notre prise en charge, même s'ils ne remplacent pas l'ergothérapie et la physiothérapie traditionnelles.

"Tyromotion" offre une thérapie de haute qualité pour un large éventail de patients. C'est l'idéal, car nous traitons de nombreuses pathologies différentes dans le cadre de l'ergothérapie somatique, tant en hospitalier qu'en ambulatoire. En raison des différentes possibilités de réglage des appareils, nous travaillons de manière très spécifique et toujours dans l'amplitude de mouvement propre au patient. Les jeux vidéo rendent la thérapie efficace et sympathique. Quand un patient gériatrique travaille par exemple sur "Myro" avec étonnement et bonheur et me remercie de pouvoir travailler sur un si bel appareil, alors mon monde est parfait. »



Therese Loretan, patiente en réadaptation au Centre Hospitalier du Haut-Valais

« Mes épaules me causent du souci depuis que je suis née. L'an dernier, j'ai opté pour une prothèse complète de chaque articulation. Je n'ai bien sûr pas pu faire usage de mes bras tout de suite et j'étais souvent très limitée. J'ai eu la chance de bénéficier de ce nouveau programme "Tyromotion" — avec l'appareil "Diego". Au début, j'étais un peu sceptique, mais enthousiaste après les 45 premières minutes... La thérapie dans l'eau faisait également partie du programme de réhabilitation. Mais "Diego" reste mon préféré. Une ergothérapeute est toujours présente et me motive. Elle corrige la posture si l'exercice n'est pas effectué correctement et m'indique immédiatement les progrès réalisés. Tout est visible à l'écran. Après 8 mois de thérapie, je peux à nouveau m'habiller seule, sans l'aide de mon mari. Je me suis aussi entraînée à boucler ma ceinture en auto, et ça marche. Ces programmes ludiques sont également, en plus d'un entraînement corporel, une bonne gymnastique de la mémoire. J'ai été très satisfaite de bénéficier d'une thérapie appropriée en Valais. » **Diana Dax**



Conférence «Tyromotion» (en allemand) de Dre Anke Baumgartner et Sophie Ritz
Vendredi 15/11/2019, 14h-15h, scène D

Tyromotion : bref portrait des cinq appareils



Diego – l'épaule au centre

Mesure du mouvement de l'épaule et du coude, soulagement du poids des bras réglable individuellement, initiation au mouvement, thérapie ciblée du mouvement.



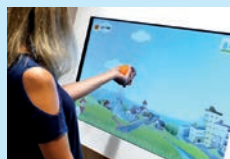
Amadeo – le spécialiste du doigt

Mesure du mouvement des doigts, mesure de la force, mesure de la spasticité et le traitement, la thérapie ciblée du mouvement, l'entraînement de la sensibilité.



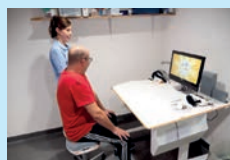
Pablo – le polyvalent

Diverses mesures de force manuelle, mesures articulaires, traitement ciblé de tous les mouvements du poignet.



Myro – le plateau géant

Entraînement cognitif, exercices de pression et de traction, entraînement bilatéral, exercices de motricité globale et fine, coordination œil-main.



Tymo – le joker

Thérapie du tronc assis et debout. Traitement ciblé du contrôle postural.



Une session avec Tyromotion en vidéo sur blog.hopitalvs.ch #tyromotion

Insomnie : comment y remédier ?

Se mettre au lit et attendre impuissant que notre corps daigne s'endormir, se réveiller durant la nuit et ne plus pouvoir retrouver les bras de Morphée, dormir de façon saccadée par de courts sommeils légers, réveils difficiles ou, au contraire, précoces... des situations qui illustrent parfaitement ce que près de 10 % de la population endure durant la nuit : l'insomnie.

Ces nuits blanches ou irrégulières s'accompagnent d'une série de symptômes qui rendent notre quotidien difficile : lendemains rythmés par la fatigue, épuisement, baisse d'efficacité, négativité émotionnelle, etc. Bien que très souvent minimisé par la société, ce trouble est cause d'une grande souffrance pour de nombreuses personnes.

Les causes de l'insomnie

Selon le Dr Grégoire Gex, responsable du Laboratoire valaisan de médecine du sommeil de l'Hôpital du Valais, il n'existe pas vraiment de cause à l'insomnie. « Parfois, elle peut être secondaire à une maladie ou à un trouble psychique, mais la plupart du temps il n'y a pas vraiment de raison particulière. » Néanmoins, on constate que certains traits de personnalité favorisent ce trouble : « Une personne de nature soucieuse, contrôlante, perfectionniste, hyperactive ou ayant peu d'estime de soi est plus sujette à souffrir de mauvaises nuits de sommeil », précise le spécialiste.

Une thérapie cognitivo-comportementale

Afin d'aider les personnes souffrant d'insomnie, le laboratoire du sommeil offre une thérapie cognitivo-comportementale basée notamment sur la rééducation à dormir. Le



Dr Grégoire Gex
Médecin-chef
Service de pneumologie
Centre Hospitalier du
Valais Romand

Dr Gex nous livre l'une des clefs les plus efficaces du traitement : « Même si cela paraît totalement contre-intuitif, nous recommandons au patient de réduire le temps passé au lit. Souvent, lorsque l'on dort mal, on a tendance à penser qu'il faut rattraper son sommeil en allant au lit plus tôt ou en se levant plus tard. Cependant, cela s'accompagne de longues périodes d'éveil dans le lit qui perturbent les mécanismes biologiques favorisant le sommeil. En réduisant la durée alitée, on va ressentir plus de fatigue, qui agit alors comme un somnifère naturel. Le but principal est de réapprendre au cerveau à dormir ». **Malika Storelli**



Conférence du Dr Grégoire Gex
« Insomnie : comment y remédier ? »
Samedi 16/11/2019, 15h-16h, scène B

Consultations à Sion et Martigny

Le Laboratoire valaisan de médecine du sommeil est intégré au Service de pneumologie de l'Hôpital du Valais. Il collabore étroitement avec d'autres services, tels que la neurologie, l'Oto-Rhino-Laryngologie (ORL) ou la psychiatrie. Il offre non seulement l'ensemble des tests somnologiques actuels, mais également des consultations sur les sites de Sion et Martigny permettant de diagnostiquer et prendre en charge tous les

troubles du sommeil, notamment :

- l'insomnie
- l'hypersomnie
- la narcolepsie
- les troubles respiratoires du sommeil
- le syndrome des jambes sans repos
- les parasomnies
- les troubles du rythme circadien.

Prédispositions génétiques au cancer : ce que vous devez savoir.

Les cancers sont des maladies très complexes, impliquant des facteurs de risques génétiques et environnementaux. Aujourd'hui, plus d'une centaine de prédispositions génétiques distinctes sont connues et, grâce aux progrès technologiques, il est relativement facile d'étudier ces gènes. L'interprétation des résultats demeure toutefois complexe comme l'expliquent les spécialistes du Service de génétique médicale de l'Institut Central des Hôpitaux (ICH).

Le cancer est-il héréditaire?

Plus d'une personne sur trois développe dans sa vie un cancer. Le cancer, en tant que maladie, n'est pas héréditaire, c'est-à-dire qu'il ne se transmet pas d'une génération à l'autre. Toutefois, dans 5 à 10 % des cas, les cancers sont causés par des prédispositions génétiques, qui peuvent être héréditaires. Ces prédispositions sont responsables d'un haut risque de développer diverses tumeurs malignes. Des analyses génétiques peuvent donc aider à mieux évaluer le risque de cancer. Dans les cas de prédisposition identifiée, des mesures efficaces peuvent être recommandées par un oncogénéticien pour réduire les risques.

Quelles sont les caractéristiques de ces prédispositions génétiques au cancer?

Aujourd'hui, plus d'une centaine de prédispositions génétiques distinctes sont connues et, grâce aux progrès technologiques, il est relativement facile d'analyser les gènes incriminés. Les risques associés peuvent concerner différents organes. Si une mutation est détectée, le risque qui en découle de développer un cancer peut être réduit grâce à des mesures de surveillance et de prévention ciblées sur les organes à risque.

La génétique a-t-elle aussi un rôle dans le traitement du cancer, sans prédisposition familiale?

Pour les patients déjà atteints d'un cancer, un test génétique peut influencer et personnaliser le traitement oncologique. On parle alors de « médecine personnalisée » ou « médecine de précision ». A noter que les mutations retrouvées lors de telles analyses génétiques dans le tissu cancéreux ne sont habituellement pas transmises d'une génération à l'autre, car elles sont présentes uniquement dans les cellules de la tumeur.



Dr Thomas von Känel
Biologiste chef
Service de génétique
Institut Central
des Hôpitaux

Qui peut prescrire une analyse génétique concernant les prédispositions au cancer?

En Suisse, seuls des oncogénéticiens peuvent prescrire des analyses pour identifier des prédispositions au cancer. Un haut niveau d'expertise est requis: si l'on examine les gènes non appropriés, on risque de passer à côté d'une mutation importante. De plus, l'interprétation des résultats pour déterminer l'impact réel d'une mutation identifiée peut être très complexe.

Où consultent ces oncogénéticiens?

Une liste des consultations spécialisées en oncogénétique est disponible à l'adresse suivante: <http://sakk.ch/fr>. Dans le Valais central, l'Institut Central des Hôpitaux propose une consultation oncogénétique à Sion. Dans la région Riviera-Chablais, l'Institut Central des Hôpitaux, en collaboration avec l'Hôpital Riviera-Chablais, propose une consultation oncogénétique à l'Hôpital de Rennaz.

Célia Clavien



Conférence du Dr. Thomas von Känel
«Prédispositions génétiques au cancer»
Samedi 16/11/2019, 15h-16h, scène D

«Une occasion de créer un lien unique, dans un contexte ludique et interactif».

.....

Présent dès la première édition du Salon Planète Santé en 2014, l'Hôpital du Valais est cette année co-organisateur de l'événement à travers une édition valaisanne inédite. Explications avec son directeur général, le Prof. Eric Bonvin.

D'où est née l'idée du Salon valaisan de la santé?

Ce qui nous a par-dessus tout intéressés est la possibilité qu'offre le salon Planète Santé d'entrer en contact avec la population d'une façon exceptionnelle, dégagée des logiques commerciales et marketing, malheureusement omniprésentes dès qu'il s'agit de santé. Or aujourd'hui, les mutations dans ce domaine sont telles, que pouvoir prendre le temps de montrer ce que fait l'hôpital, la façon dont il s'organise et évolue, est extrêmement précieux. Par ailleurs, de par la multitude de sujets santé abordés par le biais des animations et des conférences, le salon possède une dimension didactique inestimable.

Cet événement est donc aussi une façon de démystifier ce qui se passe dans et autour de l'hôpital?

Absolument, car, de plus en plus, l'organisation des hôpitaux relève d'autorités politiques et de logiques opaques pour les patients. Dans le Valais par exemple, la gestion de l'Hôpital est passée il y a une dizaine d'années des mains d'autorités locales à celles du canton. Immanquablement, des questionnements et des crises en ont découlé, l'une des craintes étant que le lien s'estompe avec la population.

Malgré les crises, l'hôpital demeure un repère incontournable...

En effet, l'hôpital reste pour chacun de nous une figure centrale, effrayante, indispensable et rassurante à la fois. Mais il doit évoluer. La population vieillit, le système de santé est à bout de souffle: les défis sont nombreux.

Quelle est la place des patients dans tout cela?

Elle est cruciale. Quand on interroge les patients sur leurs attentes vis-à-vis des soins, ils parlent avant tout de l'importance de la qualité relationnelle avec les soignants, du souhait d'être mieux impliqués et informés des traitements, des interventions qu'ils vont subir.

Or le système fait tout l'inverse, en faisant passer la technique avant tout et en délaissant bien souvent la dimension humaine, faute de temps, de personnel, etc. Et pourtant cet aspect est fondamental d'un point de vue purement médical, mais également pour l'évolution du système de soin elle-même.

Il est par exemple urgent de développer des soins communautaires ambulatoires dans le cadre de vie des patients, de traquer vigoureusement les actes inutiles, d'organiser les institutions en pôles de compétences qui répondent prioritairement aux besoins sanitaires de la population. Si on n'implique pas les patients dans ces changements, la démarche peut être d'une violence inouïe.

.....

« Il est urgent de développer des soins communautaires ambulatoires dans le cadre de vie des patients, de traquer vigoureusement les actes inutiles, d'organiser les institutions en pôles de compétences qui répondent prioritairement aux besoins sanitaires de la population. »

.....

L'Hôpital du Valais proposera au salon son propre stand, avec des animations autour des urgences, de la pédiatrie, de la grippe et de la prise en charge des AVC. Pourquoi ces sujets?

L'idée est d'interagir avec les visiteurs sur des thématiques concrètes et « concernantes ». L'objectif est double. Tout d'abord, profiter de cette occasion pour expliquer le fonctionnement de l'hôpital. Aborder la question des urgences nous semblait incontournable. Mais également, avec des thématiques comme celles de l'AVC, du suicide ou de la grippe, l'idée est d'informer les visiteurs sur ce qu'ils

.....



Michel Vermimont

peuvent faire d'eux-mêmes, en comprenant mieux la maladie, son évolution et sa prise en charge.

L'hôpital a absolument besoin de cette complémentarité avec les patients. Le salon Planète Santé est une occasion de créer un lien unique, dans un contexte ludique et interactif, bien plus aisée que dans les situations de crise qui

peuvent conduire une personne à l'hôpital.

Laeticia Grimaldi



Conférence de Prof. Eric Bonvin
«L'hypnose, présence à l'être vivant»
Dimanche 17/11/2019, 16h-17h, scène C



Planète Santé - Le salon valaisan de la santé

Du 14 au 17 novembre 2019 à Martigny.

L'Hôpital du Valais est ravi de pouvoir accueillir sur ses terres et co-organiser le salon Planète Santé du 14 au 17 novembre 2019 au CERM à Martigny.

Il invite la population et les professionnels de la santé sur son stand pour:

- expérimenter un parcours patient aux urgences
- visualiser les nouveaux hôpitaux de Sion et de Brigue
- découvrir les centaines de collaborations que l'hôpital entretient au quotidien.

Ces thématiques lui sont chères et représentent aussi les particularités de l'Hôpital de Valais.

Parcours patient aux urgences

Outre le bilinguisme et la répartition de huit sites hospitaliers et un Institut Central des Hôpitaux sur son territoire, l'Hôpital du Valais est seul dans le canton à proposer des

urgences 7/7 j, 24/24 h sur ces sites de Sion et Viège. Le visiteur, jeune ou moins jeune, sera, de façon ludique, sensibilisée au triage aux urgences. Quelle est la 1re mission des urgences? Pourquoi dois-je attendre?

Il vivra ensuite une expérience au sein des cinq ateliers proposés qui sont:

- accident cérébrovasculaire,
- accident de montagne,
- grippe et maladies infectieuses,
- psychiatrie de liaison,
- pédiatrie.

Espace infrastructures

Une opportunité pour échanger et présenter les maquettes des extensions des hôpitaux de Sion et de Brigue. Les collaborateurs-trices en charge de ces chantiers répondront volontiers aux questions des visiteurs au sujet de ces futures structures d'accueil/leurs futurs hôpitaux.



Le stand de l'Hôpital du Valais tel qu'il se présentera aux visiteurs.

Espace collaborations

Les collaborations qu'entretient l'hôpital en Valais et ailleurs sont essentielles pour offrir des soins de qualité et sécurisés à ses patient-e-s. Par l'intermédiaire d'un de ces partenaires, l'Association Savoir Patient, l'institution souhaite échanger sur l'hôpital idéal. Dessinateur renommé, Pécub, sera présent pour croquer quelques idées que l'Hôpital du Valais pourrait approfondir.

Conférences et atelier d'autohypnose

En plus de ces activités sur le stand, l'Hôpital du Valais propose des ateliers d'autohypnose au sein du salon et ses spécialistes partageront leurs connaissances au travers d'une quarantaine de conférences.



Programme détaillé et informations: planetesante.ch/salon



Planète Santé Live 2016

Présent dès la première édition du Salon Planète Santé en 2014, l'Hôpital du Valais est cette année co-organisateur de l'événement en Valais.

Ma mémoire est défaillante, que se passe-t-il à l'hôpital ?

Nous connaissons tous trous de mémoire ou petits oublis, qui n'ont rien d'inquiétant. Les troubles de la mémoire qui affectent la vie quotidienne constituent toutefois une maladie grave. Dans le Service de gériatrie du Centre Hospitalier du Haut-Valais (SZO), une grande attention est portée aux patients atteints et à leurs proches.

Le Dr Rolf Koch, médecin-chef et chef du Service de gériatrie du SZO, rappelle que les performances physiques et mentales diminuent dès l'âge de 35 ans. «Une performance physique réduite et une tendance aux oublis font partie du processus normal de vieillissement.»

Des petits oublis à la démence

«Lorsque la baisse des capacités cérébrales affecte toujours davantage la vie quotidienne, c'est une maladie», souligne le Dr Koch. «On parle de démence légère, modérée ou sévère, selon que la personne rencontre des difficultés dans la vie quotidienne, mais qu'elle est encore capable de s'en sortir seule, qu'elle a besoin d'une aide occasionnelle ou qu'elle doit être prise en charge 24 heures sur 24.»

Qu'est-ce que je veux quand je ne peux plus décider ?

«Dans les premiers stades de la démence, nous informons le patient et ses proches qu'il est important d'évoquer leurs souhaits et de prendre les décisions importantes lorsque le patient en est encore capable. Il s'agit avant tout du projet anticipé des soins (advance care planning), de la rédaction de directives anticipées, du choix d'une maison de retraite, du type d'inhumation ou de questions juridiques. Il est important que les membres de la famille s'impliquent dès le début et qu'ils soient soutenus. La prise en charge du patient par les membres de la famille représente un énorme fardeau physique et émotionnel au quotidien. Il est important de rapidement pouvoir bénéficier de l'aide de bénévoles, des soins à domicile, de foyers de jour ou de lits de vacances en EMS. Cela permet aux proches de se reposer et de garantir à long terme une bonne prise en charge à domicile.»

Les causes des pertes de mémoire

«En plus de la démence, les maladies physiques telles que les hémorragies cérébrales, les infections urinaires, les troubles électrolytiques ou la prise de médicaments peuvent également être des causes de faiblesse cérébrale.»



Dr Rolf Koch
Médecin-chef et
chef de service
Clinique gériatrique
Centre Hospitalier du Haut-Valais

La dépression ou une perte auditive sévère peut également affecter notre mémoire. Une conversation détaillée a lieu avec le patient et ses proches et un examen physique est réalisé lors de l'entrée en gériatrie. S'y ajoutent divers tests de laboratoire, un examen radiologique de la tête et diverses évaluations des troubles cognitifs. Sur la base de ces résultats, un diagnostic peut être posé. Le cas échéant, patient et proches sont alors informés des investigations supplémentaires qui peuvent être réalisées dans un centre de la mémoire, des thérapies possibles et des besoins de soutien à domicile après avoir quitté l'hôpital.»

Diana Dax



Conférence du Dr Rolf Koch: «Mein Gedächtnis versagt – was passiert im Spital»
Jeudi 14/11/2019, 12h-13h, scène D

Entraînez votre mémoire !

«Utilisez-le ou perdez-le», c'est le «dicton» magique pour le cerveau. Faites-le travailler tous les jours avec des exercices comme le Sudoku, les mots croisés et les jeux de société. Vie sociale, alimentation saine et variée, maîtrise de son poids, renonciation au tabac, consommation modérée d'alcool et exercice régulier sont tout aussi importants pour la bonne santé du cerveau.

Qu'est-ce que la « médecine du sport » et pour qui est-elle réellement ?

Faire de l'exercice est bon pour la santé, mais peut aussi entraîner des accidents ou endommager le système musculo-squelettique. Le Service de médecine du sport du Centre Hospitalier du Haut-Valais (SZO) accueille un large éventail de patients, qui ne sont pas tous des sportifs de haut niveau.

Devrais-je me rendre au travail en vélo électrique? Ma jambe droite est plus longue que ma jambe gauche: y a-t-il de l'usure? Je ne mange rien et je prends du poids: pourquoi? Prothèses et sport: est-ce possible? Est-ce que je peux encore faire du sport de compétition quand j'ai plus de 50 ans? Est-ce que ma tendinite vient de la chaussure de jogging? Mon fils peut-il faire du sport s'il a mal à la gorge? Autant de questions, parmi bien d'autres encore, que les patients posent au Service de médecine du sport du SZO.

Reconnaître correctement les besoins des patients est une fin en soi et « cela ressemble souvent à un mystère », s'enthousiasme le Dr Claus Cremer, médecin-chef en médecine du sport à la Clinique d'orthopédie du SZO. « La palette va du sportif amateur à l'athlète de haut niveau, en passant par les personnes qui ne font pas de sport ou qui s'inscrivent dans une association sportive. Nous proposons des conseils individuels et des traitements ciblés. En tant que père de quatre enfants, je suis particulièrement intéressé par la prise en charge de jeunes talents tels que l'équipe de football des jeunes du Haut-Valais ou les skieurs et snowboarders de la base Swiss Olympic à Brigue en matière de médecine sportive. »

« Nous avons la chance au SZO de pouvoir compter sur l'expertise de nos collègues de la cardiologie, de la médecine interne, de la chirurgie traumatologique, de la réadaptation, du conseil nutritionnel et, bien sûr, de l'orthopédie. »

Mieux vaut prévenir que guérir

« Nous encourageons le sport et l'exercice, dosés, chacun



Dr Claus Cremer
Médecin-chef
Médecine du sport
Clinique d'orthopédie
Centre Hospitalier du Haut-Valais

selon ses moyens. La motivation du patient est primordiale: qu'est-ce que je veux changer et qu'est-ce que je suis prêt à faire pour maintenir ma santé et ne pas devoir traiter des dommages plus tard? Ces réflexions débutent lorsque vous prenez l'escalier plutôt que l'ascenseur ou que vous vous informez sur le jogging aquatique.»

« Un bilan du système cardiovasculaire et de l'appareil locomoteur est particulièrement utile pour les nouveaux arrivants et ceux qui reviennent dans la profession à un certain âge. La consultation et le traitement de l'ostéoporose peuvent également être effectués dans le cadre de notre centre de compétence colonne vertébrale, où le mouvement et l'entraînement jouent un rôle très important dans le maintien de la densité osseuse. » **Diana Dax**



Conférence du Dr Claus Cremer
« Was und für Wen ist eigentlich die Sportmedizin »
Dimanche 17/11/2019, 13h-14h, scène B

Ces exercices sont-ils utiles?

Gymnastique pour le ski Oui. Elle prépare le corps à la prochaine sortie. Sauts et « squats » sont bénéfiques pour la forme physique de base et peuvent être pratiqués à la maison. La charge induite par les accélérations de 0 à 100 km/h peut entraîner des déchirures musculaires ou des tendons aussi bien chez les personnes âgées que les skieurs plus jeunes.

Étirements

Il est conseillé de faire des étirements avant et après le sport. Les étirements « actifs » ou « en ressort » améliorent la mobilité et aident à s'échauffer. Les exercices d'étirement « passifs », en continu, réduisent le tonus musculaire et favorisent la régénération. Ils ne doivent donc pas être pratiqués avant le sport.

Faudrait-il se faire vacciner contre l'encéphalite à tiques ?

L'encéphalite à tiques est une maladie à déclaration obligatoire en Suisse. C'est-à-dire que tout laboratoire ou médecin qui fait ce diagnostic doit le déclarer à l'Office fédéral de la santé publique (OFSP). Depuis 2016, une importante augmentation de cas d'encéphalite est constatée. C'est pourquoi les morsures de tique inquiètent de plus en plus de personnes. Afin d'apaiser certaines préoccupations, le prof. Nicolas Troillet, chef du Service des maladies infectieuses, répond à quelques questions à ce sujet.

Quelles sont les maladies pouvant être transmises par les tiques ?

Il y a deux maladies principales: la maladie de Lyme, appelée également borréliose, due à une bactérie, et la méningo-encéphalite à tique, due à un virus. Alors que la maladie de Lyme peut être guérie par un traitement antibiotique, la méningo-encéphalite à tique, quant à elle, n'a pas de traitement spécifique, seul un vaccin préventif est disponible. Ce vaccin n'empêche toutefois pas les tiques de piquer. Il faut donc toujours bien se protéger en portant des vêtements clairs et longs, en utilisant des produits répulsifs que l'on trouve dans le commerce et en ôtant dès que possible toute tique attachée à notre peau. Il est toutefois important de noter que le virus de l'encéphalite est transmis en début de morsure si la tique en est porteuse et que la durée de fixation de la tique n'a donc pas la même influence que pour la borréliose, dont la transmission survient plus tardivement, à la fin de son repas sanguin qui peut prendre 2 à 3 jours.

Comment reconnaît-on l'encéphalite à tiques ?

Bien que rare, l'encéphalite à tiques est une maladie grave qui, une fois contractée, peut avoir des conséquences lourdes sur la santé. Toutefois, moins de 5 % des tiques sont porteuses de ce virus dans les zones géographiques où il est présent. De plus, même si l'on a été infecté par le virus, cette infection passe totalement inaperçue dans 85 à 95 % des cas et n'a alors aucune répercussion sur la santé. Cependant, chez une minorité de personnes, une maladie (l'encéphalite à tiques) se déclare et se manifeste par divers problèmes graves qui peuvent laisser des séquelles: paralysies, troubles de l'état de conscience, maux de tête, fatigue, vertiges, troubles neurologiques. Le taux de mortalité s'élève à 1 %.



Prof. Nicolas Troillet
Chef du Service des
maladies infectieuses
Institut Central
des Hôpitaux

Est-ce qu'il faudrait se faire vacciner ?

Le vaccin contre l'encéphalite est maintenant recommandé dans toute la Suisse (sauf les cantons de Genève et du Tessin) pour les personnes qui ont des activités professionnelles ou de loisir dans la nature, en particulier dans les zones qu'apprécient les tiques: lisières de forêts, champs de hautes herbes, sous-bois denses. Le vaccin est généralement recommandé dès l'âge de 6 ans, mais il peut être administré plus jeune si jugé nécessaire. Une formulation pour enfants est disponible.

Est-ce que le vaccin a des effets négatifs et est-il cher ?

Ce vaccin est très efficace. Il offre une protection de plus de 95 %. Sauf exception, il est bien supporté. Il n'a pas de contre-indication autre qu'une allergie connue à l'un de ses constituants. Les coûts de la vaccination sont maintenant pris en charge par l'assurance maladie obligatoire. Elle peut être effectuée par un médecin de famille qui appréciera son indication.

Quand devrait-on se faire vacciner ?

Il est généralement recommandé de commencer la vaccination en automne pour être protégé au printemps (début de la saison des tiques), mais on peut la pratiquer à toute saison. La vaccination comprend trois doses pour être pleinement efficace et les injections se font sur plusieurs mois selon le schéma choisi par le médecin. Un rappel tous les dix ans est recommandé.

Jessica Salamin

Crise cardiaque : les gestes qui sauvent.

L'infarctus du myocarde, ou crise cardiaque est une urgence médicale qui touche principalement les hommes après 45 ans, mais également les femmes et les jeunes. En Suisse, l'infarctus du myocarde est la première cause de décès et on estime que près de 350 personnes chaque année en Valais sont victimes d'un arrêt cardiaque, souvent fatal. Beaucoup de victimes pourraient être sauvées si les premiers témoins intervenaient rapidement et correctement. Le Dr Grégoire Girod, médecin-chef du Service de cardiologie à l'Hôpital du Valais souligne l'importance de se former aux gestes de premiers secours.

Nous sommes tous susceptibles d'être un jour témoins d'une crise cardiaque chez un proche ou une personne dans la rue. En cas de suspicion d'un infarctus du myocarde (douleurs ou sensation de serrement dans la poitrine, au cou, dans le dos ou les bras, fatigue, vertiges, rythme cardiaque irrégulier, anxiété, absence de réaction, difficulté à respirer) ou, pire, d'un arrêt cardiaque, il faut immédiatement appeler les secours et entreprendre les gestes qui sauvent.

Trois gestes pour sauver des vies

1. Appeler le 144

Aux premiers symptômes d'une crise cardiaque, il est essentiel d'appeler immédiatement le 144, « Mieux vaut appeler les secours une fois de trop qu'une fois de pas assez » souligne le Dr Girod, « dans ma pratique, je constate que les victimes d'une crise cardiaque consultent parfois tardivement ».

2. Massage cardiaque

En cas d'arrêt cardiaque, le massage cardiaque permet au sang de continuer à circuler et à oxygéner



Dr Grégoire Girod
Médecin-chef
Service de cardiologie
Centre Hospitalier du
Valais Romand

les cellules du corps et surtout le cerveau. Cela peut sauver une vie en attendant l'arrivée des secours

3. Défibriller le cœur

Le défibrillateur automatique externe permet, par un choc électrique, de relancer la pulsation cardiaque. Très simple d'utilisation, il n'est plus réservé exclusivement aux professionnels. L'appareil guide vocalement l'utilisateur étape par étape et déclenche automatiquement, si nécessaire, un choc électrique. De plus en plus de défibrillateurs sont disponibles 24 h/24 dans l'espace public.

Francesca Genini-Ongaro



Conférence du Dr Girod « Crise cardiaque :
quels gestes pour sauver une vie ? »
Samedi 16/11/2019, 12h-13h, scène B

« Toute personne adulte devrait savoir faire un massage cardiaque. »

« Il est absolument indispensable que toute personne adulte sache faire un massage cardiaque. En cas d'arrêt du cœur, chaque minute compte et il est crucial d'intervenir immédiatement afin d'augmenter les chances de survie de la victime. En principe, toute personne ayant suivi un cours de samaritain est à même de réaliser un massage cardiaque, et il est important de faire des cours de rappel afin de garder les bons réflexes.

Ainsi, toutes et tous sont invités à s'enregistrer en tant que Public Responder auprès de l'association Coeur Wallis. Grâce à un système de géolocalisation coordonné par la centrale d'alarme 144, ce réseau de bénévoles permet de fournir une intervention plus rapide auprès des personnes victimes d'un arrêt cardiaque. »

> www.coeurwallis.ch/fr

Vaccination : pour moi... mais pas uniquement !

Si certains sont convaincus de l'efficacité des vaccins, d'autres sont indécis, voire contre cette pratique. Quels sont les facteurs motivant cette contestation et comment y faire face? Point de situation avec le Dr Frank Bally, médecin-chef au Service des maladies infectieuses de l'Institut Central des Hôpitaux.

Premièrement vient la question des effets secondaires ainsi que de l'association vaccin-maladie. Par définition, une personne vaccinée est en parfaite santé, le vaccin ne doit donc, en aucun cas, avoir un effet délétère durable. On parle notamment de la relation entre la vaccination contre la rougeole et l'autisme, l'hépatite B et la sclérose en plaques ou encore le papillomavirus en lien avec les suicides. Cependant, les données récoltées par l'épidémiologie ont permis de démontrer que la corrélation entre ces phénomènes n'est que temporelle, et non pas causale. Par exemple, l'autisme se manifeste autour des 2 ans, période à laquelle le vaccin contre la rougeole est généralement administré. L'autisme n'est pas plus fréquent chez les enfants vaccinés que chez ceux qui ne le sont pas; d'ailleurs, la maladie serait décelable bien avant.

Un autre aspect considérable est « l'oubli ». En effet, si le risque perçu de l'infection devenue rare peut être faible — tel est le cas pour la poliomyélite — c'est aussi grâce à la vaccination. Les conséquences d'une telle infection sont souvent méconnues dans l'actualité. Une baisse du taux de vaccination augmenterait le risque d'un retour d'infection.

Enfin, l'un des grands défis auquel doit faire face la santé publique est la prolifération d'informations pas toujours fiables, ou devrait-on dire « la désinformation ». Notam-



Dr Frank Bally
Médecin-chef
Service des maladies
infectieuses
Institut Central des Hôpitaux

ment sur internet, où la masse d'informations est importante. Qu'elle soit correcte ou fausse, l'information retenue comme étant vraie est couramment associée à ce qui est dit le plus souvent. L'enjeu est donc d'augmenter l'information scientifique afin de contrer les indications erronées qui sont encore trop courantes. **Malika Storelli**

> [Davantage d'informations sur la vaccination en Suisse: infovac.ch](http://infovac.ch) et bag.admin.ch (Office fédéral de la santé publique)



Conférence du Dr Frank Bally
« Pourquoi et de quoi se faire vacciner ? »
Vendredi 15/11/2019, 15h-16h, scène A

Un acte individuel ou solidaire

La vaccination est à la fois un acte individuel et une question de santé publique. Bien que certains vaccins permettent de se protéger soi-même, pour d'autres, le concept de collectivité est de mise. Dans le premier cas, le choix est simple: l'individu (ou le parent) décide s'il souhaite être vacciné ou non.

Pour d'autres maladies, la dimension est politique. Le cas notamment de la rougeole ou de la poliomyélite dont l'Organisation mondiale de la Santé souhaite éradiquer l'infection en immunisant toute la population. Ainsi, le virus, ne trouvant pas de victime, disparaîtra...

Changement climatique : des risques tropicaux en Suisse ?

Le 21e siècle a été témoin d'un changement total de paradigme: la globalisation. Nous ne sommes plus tributaires uniquement de nos actes et de ce que font nos voisins directs, mais bien de ce qui se passe sur la planète entière.

Aujourd'hui, avec ce que l'on a appelé la « grande accélération », tout va plus vite: le nombre et la vitesse des déplacements de personnes et des échanges commerciaux, permettant une dissémination rapide des agents infectieux et de leurs vecteurs; la croissance de la population mondiale; le changement climatique avec l'augmentation globale des températures et ses conséquences sur la disponibilité de nourriture ou d'eau à l'origine de conflits et de déplacements de populations. Cette « grande accélération » concerne également les maladies infectieuses. Tout est lié: pour qu'il y ait une épidémie, il faut des hôtes susceptibles, éventuellement affaiblis par le manque de nourriture ou d'eau potable, regroupés dans des villes ou dans des camps de réfugiés. Il faut également que l'agent pathogène et son vecteur aient pu venir jusque là (transports maritimes et aériens intenses), se reproduire dans le bon micro-environnement et ainsi de suite.

Des conditions réunies en Europe et en Suisse

Depuis quelques années, toutes les conditions sont réunies pour voir émerger des maladies infectieuses « tropicales » en Europe et en Suisse. On sait que le moustique tigre (*Aedes albopictus*), vecteur important de maladies telles que la Dengue (fièvre en général bénigne, mais parfois hémorragique, fréquente en Asie et Amérique du Sud), le Chikungunya (infection caractérisée essentiellement par des arthralgies fébriles, fréquente dans l'océan indien) et le Zika (virus d'encéphalites fœtales ayant été à l'origine d'une épidémie de microcéphalie au Brésil) a pu s'adapter au climat européen et a été retrouvé en Suisse depuis 2003. Il a déjà été à l'origine de petites épidémies locales de Dengue en France (Bouches-du-Rhône) et de Chikungunya en Italie.

Les anophèles, moustiques vecteurs de la malaria, ont besoin de températures un peu plus élevées que le moustique tigre et cette maladie sévère reste pour l'instant limitée aux tropiques. Cependant, cette « fièvre des marais » était déjà présente en Valais au XIXe siècle, avant les travaux d'endiguement du Rhône, et une petite épidémie locale a eu lieu en 2018 en Grèce...

Dr Stéphane Emonet



Dr Stéphane Emonet
Médecin-chef
Service des maladies
infectieuses
Institut Central
des Hôpitaux

Les mesures « techniques » ne suffisent pas

Le développement très rapide dans les dernières décennies d'une économie mondiale basée sur la loi de la croissance « à tout prix », nous a entraînés dans un cercle vicieux où l'activité humaine influence tellement l'environnement que ce dernier lui devient de moins en moins favorable (augmentation de la température, assèchement des ressources naturelles, acidification des océans et diminution majeure de la biodiversité). L'impact majeur sur le climat, associé à une urbanisation intense (promiscuité) et une explosion des transports internationaux, a favorisé le développement de maladies infectieuses et leur dissémination jusqu'en Europe et en Suisse.

La lutte pour éviter de futures « épidémies tropicales » en Europe passe bien sûr par une surveillance épidémiologique accrue des maladies infectieuses accompagnée de stratégies de prévention coordonnées à l'échelon national et européen. Mais les mesures purement « scientifiques » et « techniques » sans actions sur le fond, sans améliorer les inégalités sociales à l'origine de migrations ou limiter l'impact négatif de l'Homme sur l'environnement, ne permettront pas d'arrêter la progression des maladies infectieuses tropicales du Sud vers le Nord...



Conférence du Dr Stéphane Emonet
« Changement climatique: des risques
tropicaux en Suisse ? »
Samedi 16/11/2019, 16h-17h, scène D

Piqûres d'abeilles, de guêpes, de frelons : comment réagir ?

Les piqûres d'insectes sont toujours désagréables, voire douloureuses, mais le plus souvent bénignes. Plus rarement, les réactions peuvent être plus importantes ou mener à des réactions allergiques sévères.

«Les piqûres d'insectes sont relativement fréquentes en période estivale et il y a plusieurs familles d'insectes piqueurs», rappelle la Dre Amélie Borgeat, médecin adjointe au Service d'immunologie-allergologie de l'Institut Central des Hôpitaux. «Chez nous, ce sont surtout les hyménoptères qui posent problème, avec la famille des abeilles et des bourdons d'un côté, des guêpes et des frelons de l'autre.» Il est difficile de prévenir les piqûres, mais certaines personnes sont plus à risque que d'autres, comme les apiculteurs et les jardiniers par exemple. Ne pas marcher à pieds nus, éviter les parfums et les couleurs vives sont quelques petites astuces qui peuvent limiter le risque lors des activités en plein air.

«Sur le moment même, il faut essayer d'enlever l'insecte le plus rapidement possible, le venin étant injecté en quelques secondes. S'il s'agit d'une abeille et que le dard est resté, il faut l'enlever. Ensuite, pour limiter la réaction locale, on peut appliquer du froid comme pour d'autres réactions inflammatoires.»

L'ampleur des réactions varie ensuite fortement d'un individu à l'autre, mais elle demeure bénigne la plupart du temps. «Dans 9 cas sur 10, on observe simplement une rougeur locale qui ne dure que quelques heures et qui disparaît spontanément. De temps en temps, on constate une réaction plus importante au niveau du site de la piqûre qui peut durer plusieurs jours, gonfler de manière impressionnante, faire mal, démanger et parfois nécessiter un traitement, mais qui n'est pas une réaction allergique à



Dre Amélie Borgeat
Médecin adjointe, Service
d'immunologie-allergologie
Institut Central des Hôpitaux

proprement parler. Elle n'augmente pas non plus le risque de développer une réaction allergique par la suite.»

Des allergies plutôt rares

«Beaucoup plus rarement, on peut assister à une réaction qui implique le reste de l'organisme avec des réactions allergiques plus sévères qui peuvent évoluer vers une crise d'asthme voire un choc anaphylactique. Dans ce cas, cela implique un traitement particulier, un bilan allergologique et éventuellement une désensibilisation par la suite.»

Joakim Faiss



Conférence de la Dre Amélie Borgeat: «Piqûres d'abeilles, de guêpes, de frelons : comment réagir ?», vendredi 15/11/2019, 18h-19h, scène C

Des piqûres plus « agressives que d'autres » ? Quel traitement ?

Abeille, bourdon, guêpe, frelon... Qui a le venin le plus... venimeux? «Les venins ne sont pas les mêmes, mais ils n'induisent pas forcément des réactions plus ou moins violentes en soi. Cela dépend vraiment de chaque personne», explique la Dre Amélie Borgeat.

Outre le froid comme pour les réactions bénignes, lors de réactions plus sévères et en cas de gêne importante, le médecin peut prescrire des antidouleurs ou des médicaments contre les démangeaisons. Dans certains cas, ces dernières peuvent également être traitées par des crèmes à base de cortisone.

Réadaptation oncologique ambulatoire : identifier les risques et intervenir assez tôt.

Les progrès et les innovations dans le domaine de la santé ont permis de prolonger l'espérance de vie après un diagnostic de cancer. Cela signifie aussi que le nombre de « survivants du cancer » ne cesse d'augmenter.

Le cancer est une maladie chronique qui évolue de manière stable pendant des années et ceci indépendamment du type de traitement ou de son absence. Or, pour 30 à 40 % des personnes guéries, la maladie ou les traitements suivis entraînent des séquelles. Il peut s'agir de fatigue ou de déficits physiques, mais aussi de problèmes d'ordre professionnel, financier ou social, tout comme de maladies psychiques et de peurs liées à une récurrence. Certaines personnes ne parviennent pas à reprendre pied dans leur vie professionnelle ou sociale, ce qui entraîne des conséquences d'ordre économique et sanitaire.

Le concept de réadaptation oncologique est né de ce constat. Dans le meilleur des cas, la réadaptation débute de manière préventive avant le traitement oncologique,

ou pendant celui-ci. L'objectif consiste à identifier les situations à risque et à intervenir suffisamment tôt. Pour la Stratégie nationale contre le cancer, ce thème représente un champ d'action essentiel. De son côté, la Ligue suisse contre le cancer exige depuis des années la mise en place de programmes de réadaptation dans toutes les régions de Suisse.

Dans 80 % des cas, la réadaptation oncologique peut avoir lieu en ambulatoire. Grâce à des instruments de dépistage éprouvés, les spécialistes évaluent la nécessité de réadaptation des patients, ainsi que la capacité de ceux-ci à suivre un tel programme. Une équipe pluridisciplinaire (personnel soignant, médecins, assistants sociaux, psychologues, physiothérapeutes, diététiciens, etc.) propose et vérifie les mesures pertinentes. Si nécessaire, elle adapte la thérapie. Un accompagnement continu et coordonné pendant toute la réadaptation est indispensable pour que les patients atteignent les objectifs fixés.

Célia Clavien



L'équipe de la réadaptation oncologique du Centre Hospitalier du Haut-Valais (SZO): Reanne Schmid, Dr Reinhard Zenhäusern, Dr Sandra Sieber, Max Braunisch, Caroline Kreuzer, Doris Zeller



Don d'organes : et si je m'inscrivais dans le registre national ?



Stéphanie Gay
Coordinatrice locale
pour le don d'organes et tissus
Centre Hospitalier du Valais Romand

À l'occasion de la Journée nationale du don d'organes, le 7 septembre dernier, la population suisse a été sensibilisée aux thématiques du don d'organes et de la transplantation lors de rencontres d'information. L'Hôpital du Valais a invité ses collaborateurs, patients et visiteurs à se positionner et communiquer leur décision sur le sujet.

Quasiment toutes les personnes en état de mort cérébrale ou décédées d'un arrêt cardiaque dans une unité de soins intensifs d'un hôpital peuvent faire un don d'organes. Il est donc très important que vous consigniez votre décision, pour ou contre ce don par une inscription dans le registre national du don d'organes. Il n'y a pas d'âge limite pour être donneur. Les critères décisifs sont l'état des différents organes et le consentement au don.

Communiquer sa décision

« Communiquer de son vivant sa volonté de donner ou non ses organes, c'est important », insiste Ivan Manuelli, coordinateur local pour le don d'organes et tissus au Centre Hospitalier du Valais Romand (CHVR). Il y a plusieurs moyens d'exprimer sa décision. Le registre national en fait partie et permet d'être inscrit dans une base fiable. Il s'agit d'une base de données en ligne sécurisée dans laquelle la décision personnelle de faire ou non un don d'organes et/ou de tissus peut être enregistrée. Fin 2018, plus de 40 000 personnes étaient déjà enregistrées dans le registre national de Swisstransplant. Les anciennes cartes de donneur conservent toutefois leur validité.

« La version numérique de la carte de donneur offre toutefois plusieurs avantages, dont la clarté du choix et le fait de soulager les proches, qui sont assurés du respect des souhaits du défunt », explique Stéphanie Gay, coordinatrice locale pour le don d'organes et tissus au CHVR. « Mais, dans tous les cas, un entretien a lieu avec les proches ». L'entrée dans le registre s'effectue sur une base volontaire. Il suffit de quelques minutes pour s'inscrire et les informations peuvent être modifiées en tout temps.

Diana Dax



Ivan Manuelli
Coordinateur local
pour le don d'organes et tissus
Centre Hospitalier du Valais Romand



Vidéo du fonctionnement du registre national:
youtu.be/J4fOs_2CdbQ
Site internet www.registre-don-organes.ch

Le parking couvert inauguré, place aux travaux d'extension de l'hôpital de Sion.

Initiateurs, élus et partenaires du projet se sont rassemblés pour l'inauguration officielle du parking couvert de l'Hôpital du Valais le 27 août 2019 à Sion. La place libé-

rée sur les anciennes aires de stationnement va permettre l'agrandissement de l'hôpital de Sion. Les travaux préparatoires ont ainsi pu débuter au mois de septembre 2019.



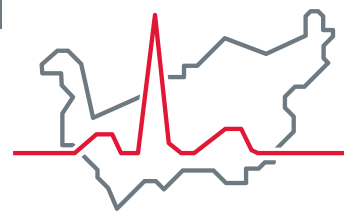
Arrivée en voiture de collection, la conseillère d'État Esther Waeber-Kalbermatten a procédé au couper du ruban en compagnie de Prof. Eric Bonvin, directeur général de l'Hôpital du Valais (HVS), Philippe Varone, président de Sion, Pascal Bruchez, chef des Projets stratégiques de l'HVS et Prof. Dominique Arlettaz, président du Conseil d'administration de l'HVS. Davantage d'images sur infrastructures.hopitalvs.ch

Répartition des disciplines principales

En 2018, l'Hôpital du Valais a pris en charge près de 40'300 patient(e)s hospitalisé(e)s et a assuré 480'300 visites ambulatoires. Près de 5'300 collaboratrices et collaborateurs mettent le patient au centre de leurs préoccupations.

Aufteilung der wichtigsten Disziplinen

2018 behandelte das Spital Wallis 40'300 Patientinnen und Patienten stationär und wies 480'300 ambulante Besuche aus. 5'300 Mitarbeitende stellen ihre Schaffenskraft in den Dienst unserer Patientinnen und Patienten.



Hôpital du Valais
Spital Wallis

MONTHEY (0800 012 210)

Pôle de psychiatrie et psychothérapie du Valais romand

- MÉDECINE ET PSYCHIATRIE PÉNITENTIAIRE
- PSYCHIATRIE DE LIAISON tous les établissements hospitaliers du Valais romand
- PSYCHIATRIE-PSYCHOTHÉRAPIE COMMUNAUTAIRE POUR TOUT ÂGE traitements de jour et consultations ambulatoires à Monthey, Martigny, Sion et Sierre
- PSYCHIATRIE-PSYCHOTHÉRAPIE HOSPITALIÈRE Enfants-adolescents à Sierre Adultes à Monthey et Montana Personnes âgées à Monthey et St-Maurice

ST-MAURICE (027 604 6655)

Clinique St.-Amé

- CENTRE DE LA MÉMOIRE
- DIÉTÉTIQUE
- ERGOTHÉRAPIE
- GÉRIATRIE
- LOGOPÉDIE
- NEUROPSYCHOLOGIE
- PHYSIOTHÉRAPIE
- PSYCHIATRIE DE LA PERSONNE ÂGÉE

MARTIGNY (027 603 9000)

- ANESTHÉSIOLOGIE ET RÉANIMATION
- CENTRE DE COMPÉTENCE EN PSYCHIATRIE-PSYCHOTHÉRAPIE CCPP
- CENTRE DE TRAITEMENT DE LA DOULEUR
- CHIRURGIE GÉNÉRALE
- DIÉTÉTIQUE
- ERGOTHÉRAPIE
- GASTROENTÉROLOGIE
- GÉRIATRIE ET ORTHO-GÉRIATRIE
- GYNÉCOLOGIE
- HÉMATOLOGIE AMBULATOIRE
- LOGOPÉDIE
- MÉDECINE INTERNE
- NÉPHROLOGIE + HÉMODYALYSE
- NEUROLOGIE
- NEUROPSYCHOLOGIE
- ONCOLOGIE AMBULATOIRE
- OPHTALMOLOGIE (ADULTES ET ENFANTS)
- ORL & CCF
- ORTHOPÉDIE / TRAUMATOLOGIE + POLYCLINIQUE
- PHYSIOTHÉRAPIE
- PNEUMOLOGIE
- PSYCHIATRIE DE LIAISON

- RADIOLOGIE
- SOINS CONTINUS
- SOINS PALLIATIFS
- UNITÉ ÉVALUATION PRÉ OPÉRAIRE
- URGENCES + SMUR
- UROGYNÉCOLOGIE
- UROLOGIE

SION (027 603 4000)

- ANESTHÉSIOLOGIE ET RÉANIMATION
- ANGIOLOGIE
- AUDIOMÉTRIE
- CARDIOLOGIE
- CENTRE AMBULATOIRE DE RÉADAPTATION CARDIAQUE
- CENTRE DE FERTILITÉ
- CENTRE HÉPATOBIOLAIRE
- CENTRE DE REFLUX ŒSOPHAGIEN
- CENTRE DU SEIN
- CENTRE DU VERTIGE ET TROUBLE DE L'ÉQUILIBRE
- CHIRURGIE BARIATRIQUE
- CHIRURGIE CARDIAQUE
- CHIRURGIE GÉNÉRALE
- CHIRURGIE MAXILLO-FACIALE
- CHIRURGIE PÉDIATRIQUE
- CHIRURGIE THORACIQUE
- CHIRURGIE VASCULAIRE
- CHIRURGIE VISCÉRALE
- DIABÉTOLOGIE
- DIÉTÉTIQUE
- ERGOTHÉRAPIE
- GASTROENTÉROLOGIE
- GYNÉCOLOGIE / OBSTÉTRIQUE
- LABORATOIRE DU SOMMEIL
- LOGOPÉDIE
- MÉDECINE INTERNE + UNITÉ D'INVESTIGATION BRÈVE
- MÉDECINE NUCLÉAIRE
- NÉPHROLOGIE + HÉMODYALYSE
- NEUROCHIRURGIE
- NEUROLOGIE
- NEUROPSYCHOLOGIE
- NEURORADIOLOGIE
- ONCOLOGIE
- ORL & CCF
- ORTHOPÉDIE / TRAUMATOLOGIE
- PÉDIATRIE / NÉONATOLOGIE
- PHYSIOTHÉRAPIE
- PNEUMOLOGIE
- PSYCHIATRIE DE LIAISON
- RADIOLOGIE
- RADIO-ONCOLOGIE
- SOINS INTENSIFS ET CONTINUS
- STROKE UNIT
- UNITÉ ÉVALUATION PRÉ OPÉRAIRE
- URGENCES (ADULTES ET ENFANTS) + TRAUMA CENTER
- UROLOGIE

MONTANA (027 603 8000)

Centre valaisan de pneumologie

Walliser Zentrum für Pneumologie

- RÉADAPTATION CARDIO-VASCULAIRE
- RÉADAPTATION EN MÉDECINE INTERNE ET ONCOLOGIQUE
- RÉADAPTATION MUSCULO-SQUELETTIQUE
- LITS D'ATTENTE

SIERRE (027 603 7000)

- ANESTHÉSIOLOGIE ET RÉANIMATION
- CENTRE DE LA MÉMOIRE
- CENTRE MÉTABOLIQUE
- CHIRURGIE GÉNÉRALE
- CHIRURGIE MAXILLO-FACIALE
- CHIRURGIE PLASTIQUE, RECONSTRUCTIVE, ESTHÉTIQUE ET DE LA MAIN
- CHIRURGIE VISCÉRALE, PROCTOLOGIE
- DERMATOLOGIE
- DIÉTÉTIQUE
- ERGOTHÉRAPIE
- EXPERTISES MÉDICALES
- GÉRIATRIE
- HÉMATOLOGIE AMBULATOIRE
- LOGOPÉDIE
- MÉDECINE INTERNE
- NÉPHROLOGIE + HÉMODYALYSE
- NEUROLOGIE
- NEUROPSYCHOLOGIE
- ONCOLOGIE AMBULATOIRE
- PERMANENCE MÉDICO-CHIRURGICALE
- PHYSIOTHÉRAPIE
- PSYCHIATRIE DE LIAISON
- PSYCHIATRIE ET PSYCHOTHÉRAPIE DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT
- RADIOLOGIE
- RÉADAPTATION NEUROLOGIQUE DE LA PERSONNE ÂGÉE
- UNITÉ ÉVALUATION PRÉ OPÉRAIRE
- UROLOGIE

INSTITUT CENTRAL DES HÔPITAUX (027 603 4700)

Les disciplines suivantes sont disponibles pour tous les sites de l'Hôpital du Valais.

- CONSULTATIONS Expertises médicales Génétique médicale Hématologie Immuno-allergologie Maladies infectieuses
- HISTOCYTOPATHOLOGIE
- MALADIES TRANSMISSIBLES
- MÉDECINE DE LABORATOIRE
- MÉDECINE DU TRAVAIL

- MÉDECINE LÉGALE
- MÉDECINE TRANSFUSIONNELLE
- PHARMACIE HOSPITALIÈRE
- PRÉVENTION ET CONTRÔLE DES INFECTIONS
- STÉRILISATION CENTRALE

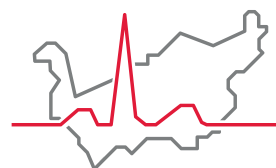
VISP (027 604 3333)

- ANESTHÉSIOLOGIE UND REANIMATION
- CHIRURGIE
- GASTROENTEROLOGIE
- GYNÄKOLOGIE / GEBURTSHILFE
- HNO
- INNERE MEDIZIN
- INTENSIVMEDIZIN
- KARDIOLOGIE
- KINDERCHIRURGIE
- NEPHROLOGIE
- NEUROLOGIE
- NOTFALL
- PÄDIATRIE – NEONATOLOGIE
- RADIOLOGIE
- TRAUMATOLOGIE
- UROLOGIE
- VISZERALCHIRURGIE

BRIG (027 604 3333)

- ANESTHÉSIOLOGIE UND REANIMATION
- GASTROENTEROLOGIE
- GERIATRIE
- INTERMEDIATE CARE
- KARDIOLOGIE
- ONKOLOGIE – HÄMATOLOGIE
- OPHTHALMOLOGIE
- ORTHOPÄDIE MIT HANDCHIRURGIE, RÜCKENCHIRURGIE, SPORTMEDIZIN
- PALLIATIVMEDIZIN
- PNEUMOLOGIE
- PSYCHIATRIE (MIT ALTERSPSYCHIATRIE SOWIE KINDER- UND JUGENDPSYCHIATRIE)
- RADIOLOGIE
- REHABILITATION
- SCHMERZTHERAPIE

contact



Hôpital du Valais
Spital Wallis