CONSOMMATION | PRUDENCE

P. 11

Repas de fêtes : ne pas rompre la chaîne du froid !

Votre santé nous tient à cœur

Le patient

Le magazine de votre hôpital universitaire | Mensuel N°39 | décembre 2019

MOBILITE | CADEAU DE FIN D'ANNÉE

P. 2-3

CINQ NOUVEAUX PARKINGS : ENFIN !

D'ICI L'AUTOMNE 2023, LA CAPACITÉ DES PARKINGS AUGMENTERA DE 70 % AU SART-TILMAN ET AUX BRUYÈRES. LE PÈRE NOËL EST UN PATIENT ! BONNE ANNÉE !

HYGIÈNE | INTERDICTION

P. 10

LE COTON-TIGE NE SERT À RIEN

SANTÉ | GRIPPE

P. 4

C'EST L'HEURE DU VACCIN !

EDITO

BONNE ANNÉE, BONNE SANTÉ

Décembre est le mois des vœux. Le journal «Le Patient» est heureux de vous présenter les siens, même si, depuis près de 40 numéros mensuels, il remplit ses pages de bons conseils «santé» afin que vous passiez de (nombreuses) bonnes années. Ce mois-ci, nous revenons sur le vaccin contre la grippe, sur les implants cochléaires implantés avec l'aide du robot –une première belge-, ou encore sur le problème de l'hypersensibilité. Côté alimentaire, «Le Patient» vous invite à être prudents en cette période de fête avec la nourriture que l'on cuisine en quantité : pour la conserver, nous vous rappelons les conseils pour ne pas rompre la chaîne du froid. Et côté hygiène, nous vous informons de ce qu'il y a lieu de retenir de la prochaine interdiction du coton-tige en plastique. Les choses sont claires: il n'y a pas drame vu que le coton-tige en lui-même fait plus de tort que de bien…

Le Patient révèle aussi le contenu de la hotte du Père Noël: cinq nouveaux parkings pour faciliter l'accès à nos site hospitaliers. Et votre journal évoque aussi la journée des câlins, celle du pull de Noël, la journée mondiale des roux et un retour sur la soirée projets de la Fondation Léon Fredericq: la Fondation, grâce à vous, a distribué 1,34 million € à 141 chercheurs liégeois. Merci à vous et des vœux de succès et de découvertes à eux. Bonne année!

LA RÉDACTION

Editeur responsable:
Sudpresse - Pierre Leerschool
Rue de Coquelet, 134 - 5000 Namur
Rédaction:
- Frédérique Siccard
- Jennifer Devresse
- Marina Gillain
- Martin Leemans
- Caroline Doppagne
- Cécile Vrayenne
- France Dammel

Coordination:
- Louis Maraite
- Rosaria Crapanzano
- Marie Erpicum

Photographies:
- François-Xavier Cardon
- Michel Houet

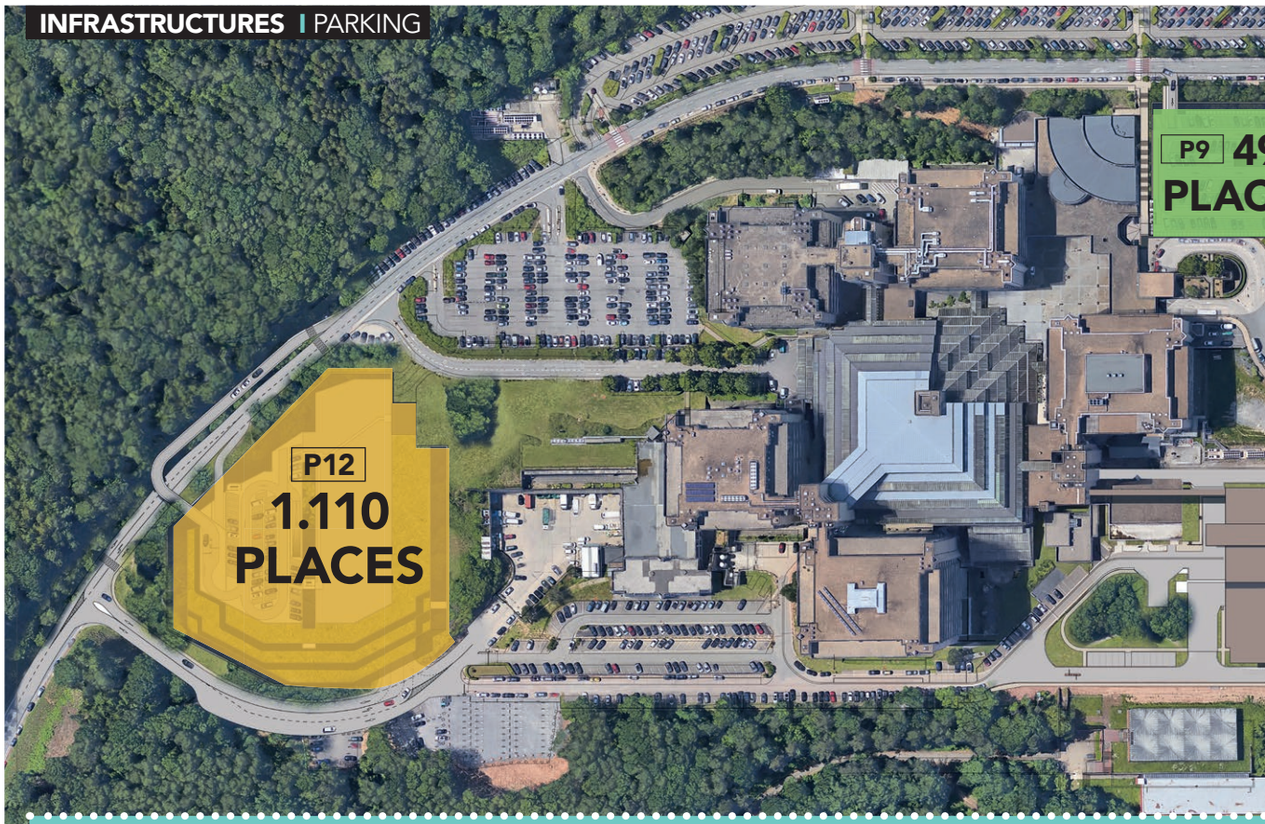
Mise en page:
- Sudpresse Creative

Impression:

LE MOT WALLON

Si pê r'glatih' come ine rozêye
Sa peau a l'éclat de la rosée

Aimé Quernol
«Lambert-d'Au-Moulin»



3660 PLACES EN 2

Le CHU de Liège a lancé le chantier d'agrandissement de ses parkings sur les sites du Sart Tilman et de ND des Bruyères. Au total, ce sont 5 parkings qui seront agrandis, les uns en hauteur (Sart Tilman), les autres au sol (NDB). C'est l'association momentanée "6nergy Park", constituée autour de la société liégeoise ELOY Travaux (Sprimont), qui a obtenu le marché. Les parkings verront leur capacité augmenter de 77 %. Fin des travaux: automne 2023.

Ce vendredi, le CHU de Liège a donné officiellement le coup d'envoi administratif de la construction de cinq nouveaux parkings: trois sur le site du Sart Tilman et deux sur les sites de ND Bruyères. Le parking est un problème au Sart Tilman depuis la création de l'hôpital. Il est devenu plus aigu ces dernières années avec la croissance du nombre de patients et de membres du personnel, tant dans le domaine universitaire qu'aux Bruyères. Pour y répondre, sur les deux sites, de nouveaux parkings seront construits.

AU SART TILMAN

Trois parkings existants verront leurs capacités fortement accrues. Il s'agit du P1, le parking principal, qui sera surmonté de deux niveaux. Il s'agit ensuite du P9, l'actuel petit parking «PMR» qui passera de 64 à 494 places en passant à cinq niveaux. Ce sont deux parkings «patients». Le personnel verra, sur l'emplacement de son actuel P12 s'élever une structure de cinq étages voyant le nombre de places passer de 240 à … 1110 places.

Les travaux sur les parkings sont liés à ceux que mènera le SPW dès le début de l'année afin d'améliorer la fluidité d'accès aux et à partir des aires de stationnement. Le P1 sera ainsi accessible à partir de trois entrées. Le phasage des travaux est déjà arrêté: ils débuteront en août 2020 sur les P9 et le P12 tandis que le chantier du P1 débutera quand le P9 sera terminé, soit en fin 2021. La fin du chantier global est prévue en novembre 2023. Pendant les travaux, un deuxième CHUttle sera mis en place..

AUX BRUYÈRES

Il n'a pas été opté pour des parkings en ouvrage mais bien pour l'extension des deux parkings existants en surface. Celui des patients verra sa taille accrue de 140%, passant de 228 à 536 places tandis que celui du personnel, à l'arrière du château, sera agrandi de 100 places (338). Une modification de voirie est également prévue afin de contourner le nouveau parking et rejoindre l'entrée. Les deux chantiers seront menés en même temps et devraient être clôturés à l'automne 2021.

«*Nous avons prévu de mener ces cinq chantiers en 28 mois*» commente David Eloy, de «Eloy Travaux». Eloy travaille, pour ces chantiers-ci, en association momentanée avec cinq partenaires DEMOCO (Hasselt), OPTIMAL Parking (Louvain), BEL Ingénieurs (Liège) pour la stabilité et les bureaux d'architectures AAST (Ateliers du Sart Tilman), les spécialistes du campus, et HGA (Herbiet-Grosch) de Sprimont.

© ND Bruyères

© CHU Sart Tilman

N 2023 !

Mobilité partagée – applications liégeoises de covoiturage

Faites confiance à UGo et Victor

Depuis quelques temps, les solutions de transport en commun et le covoiturage sont de plus en plus sollicités pour se déplacer dans la cité ardente mais également aux alentours du Sart Tilman. En effet, les services du TEC, ainsi que le CHUttle (jusqu'à 1100 personnes/jour), sont toujours plus utilisés par les patients, le personnel, les visiteurs ou encore les étudiants de l'ULiège. Mais qu'en est-il du covoiturage ?

Encore trop souvent sous-estimé, le covoiturage gagne du terrain. Cela n'a d'ailleurs pas échappé à un groupe d'étudiants de l'ULiège ainsi qu'à deux jeunes Liégeois qui ont lancé respectivement UGo et Victor, deux applications de co-voiturage sécurisé.

1. UGO : L'APPLICATION MOBILE(ITÉ) DE L'ULIÈGE

COMMENT ÇA MARCHE ?

Trouvez un covoiturage dans votre zone et ajouter le à votre réseau à la façon d'un site de rencontre • Prévoyez votre covoiturage par messagerie instantanée • Embarquez au lieu de rendez-vous en toute sécurité • Débarquez au lieu choisi et notez votre covoiturage sur l'application

UGo C'EST :

Une application de covoiturage sécurisé créée par l'ULiège • Opérationnel depuis avril 2017 • Près de 8000 usagers • Une des 77 actions prioritaires de #RéinventonsLiège • Plus d'infos sur http://ugo.be

2. VICTOR : L'AUTO-STOP DIGITALISÉ

COMMENT ÇA MARCHE ?

Cherchez un point d'auto-stop « Victor » • Attendez votre covoiturage • Faites le trajet en bonne compagnie • Descendez au point d'auto-stop « Victor » de votre choix • Notez votre chauffeur

VICTOR C'EST :

Une application liégeoise de covoiturage basé sur l'auto-stop digitalisé • Opérationnel depuis début novembre • Une alternative aux moyens de transports classiques • 500 inscrits dont 120 chauffeurs • Un covoiturage sécurisé grâce à la création de votre profil • Plus d'infos sur http://victorliege.com

QUI SONT LES GROUPES À RISQUES ?

- **Les 65 ans et plus**
- **Les immunodéprimés**
- **Les diabétiques**
- **Les personnes souffrant de problèmes cardio-respiratoires**
- **Les femmes enceintes**

LE DÉPISTAGE PORTE SES FRUITS ! SURTOUT CONTINUONS !

Bonne nouvelle : Selon les nouveaux chiffres de Sciensano, le nombre de nouveaux cas de SIDA est en recul. Mais il est important de continuer à dépister puisqu'un patient traité est un patient en meilleure santé et qui ne transmet plus la maladie. Retour avec le Dr Christelle Meuris, infectiologue au CHU de Liège, sur les deux premières journées de dépistage organisées par le CHU de Liège dans la verrière la semaine du 2 au 6 décembre, en collaboration avec Sida Sol.

Le dépistage ici ne portait pas sur toutes les IST mais était axé sur la syphilis et le VIH. « *Cette initiative a rencontré un succès tel qu'une deuxième équipe de dépistage est venue renforcer la première* », rapporte le Dr Meuris.

Un aspect intéressant de ces journées est que le public touché est en large partie un public qui n'aurait pas été dépisté : « *Chaque fois que nous organisons un dépistage de ce type, dans la verrière, nous touchons beaucoup d'étudiants, de Français qui n'ont pour la plupart pas de médecin traitant en Belgique, de personnes sexuellement actives qui n'avaient jamais été dépistées, en ce compris des gens qui font partie des groupes à risques* », souligne l'infectiologue. Une cinquantaine de dépistages ont été effectués. L'an passé, un patient avait été diagnostiqué sero-positif et directement pris en charge.

ENCORE CONTAGIEUX OU NON ?

« *Rappelons-le : Le SIDA est une maladie chronique. Un patient traité et indétectable ne transmet plus le virus* », martèle Christelle Meuris.

En 2018, le nombre de nouveaux diagnostics de VIH a baissé de 2% par rapport à 2017. Sciensano, l'institut belge de la santé, a enregistré 882 diagnostics de VIH en 2018, ce qui correspond à une moyenne de 2,4 nouveaux diagnostics par jour. Et mieux encore : par rapport à 2012, le nombre de nouveaux cas a diminué de 28%. « *Ces chiffres donnent à penser que l'utilisation de la PrEP (Prophylaxie pré-exposition, c-à-d le traitement préventif des personnes n'ayant pas de VIH mais qui courent un risque élevé de contamination) contribue d'une manière positive à la prévention du VIH et à la baisse du nombre de cas* », se réjouit l'infectiologue.

GRIPPE : PAS ENCORE VACCINÉ ? C'EST LE MOMENT !

La grippe n'est pas encore à nos portes. Nous ne sommes pas encore au début de l'épidémie. Mais cela ne tardera plus… Dès lors, si vous faites partie des groupes à risque, c'est le moment. Faites-vous vacciner !

COMMENT SE DÉROULE LE DÉPISTAGE EN PRATIQUE ?

D'une part, le patient est invité à remplir un questionnaire, qu'il complète ensuite de manière plus approfondie avec le médecin.
D'autre part, l'infirmière réalise le test de dépistage proprement dit (TROD : Test Rapide d'Orientation Diagnostique) : elle prend une goutte de sang au bout du doigt de la personne. Elle la met dans un réactif. Puis, elle verse un second réactif et enfin, un révélant.
En une poignée de secondes, le patient est ainsi fixé.
Attention toutefois que si le test donne un résultat positif, il peut s'agir d'un faux-positif. En effet le test a l'avantage d'être très rapide, mais manque un peu de spécificité.

FINANCER DES PROJETS INNOVANTS !

Le 15 novembre dernier, la Fondation Léon Fredericq organisait au Studio 40 à Média Rives sa grande soirée PROJETS. Pour sa seconde édition, cette prestigieuse soirée de gala, présentée par Jacques Cremers de la RTBF, a rassemblé plus de 500 personnes de tous les horizons (académique, scientifique, économique et politique) pour fêter la Recherche à Liège et mettre à l'honneur les jeunes chercheurs.

« Ma thèse en 180 secondes », une magnifique histoire de Natacha Delrez. ©Michel Houet

Cette soirée a été ponctuée d'interventions très appréciées, avec notamment Natacha Delrez, la lauréate de « *Ma thèse en 180 secondes* », qui a une nouvelle fois conquis le public avec un exposé intitulé « *Il était une fois l'anguille, le virus et la luciole* », ou encore le chef du service d'ORL, le Pr. Philippe Lefèbvre, qui a quant à lui fortement intéressé le public avec une conférence sur « *la surdité : fatalité ou espoir ?* »

La Fondation, par le biais de son Secrétaire, le Pr. Vincent Geenen, a également remis le Caius du meilleur mécène 2019 à la Fondation pour la Recherche médicale du Rotary de Liège, qui soutient la Fondation depuis de très nombreuses années.

Une tombola, largement soutenue par de nombreux partenaires liégeois, était aussi organisée au profit de projets en faveur de patients atteints de cancer, en revalidation et en cours de traitement. « *Elle a, à nouveau, rencontré un beau succès et nous a permis de récolter près de 10.000€, qui seront attribués à un jeune chercheur à l'issue du prochain appel à candidatures de la Fondation qui sera lancé en avril 2020* », commente Caroline Mazy, directrice de la Fondation Léon Fredericq.

Un bilan très positif donc pour cette deuxième édition !

France Dammel

75.000 EUROS POUR DES PROJETS INNOVANTS

Grâce au budget initial prévu et aux recettes de deux grands événements de golf (le Smile Green Day et le Smile Yellow Day), un budget de 75.000 euros a pu être dégagé pour soutenir des projets innovants. Pour cette première édition, la thématique retenue était l'oncologie.

Cet appel à projets innovants a pour objectif de soutenir des projets permettant d'améliorer la prise en charge, le suivi et le bien-être des patients, mais ne bénéficiant actuellement d'aucun financement par les pouvoirs publics et en particulier par l'Inami.

Il s'agit d'une nouveauté de 2019. « *Lors de la mise en place de la Fondation Léon Fredericq, nous souhaitions bien entendu continuer à soutenir la recherche médicale et biomédicale et la lutte contre le cancer à Liège, dans la continuité de ce que faisaient le Fonds Léon Fredericq asbl et le Centre Anticancéreux, mais nous avions à cœur aussi d'encourager des projets innovants au bénéfice du patient au cœur de l'hôpital universitaire* », rapporte Caroline Mazy.

DU CONCRET

« *Dans le cerveau, il est difficile de faire la distinction entre une tumeur et les zones saines. Le but de notre recherche est d'utiliser des techniques mises au point au Cyclotron notamment pour délimiter la zone atteinte de la zone qui doit être préservée lors des traitements* », explique le Dr Gilles Reuter, neurochirurgien au CHU de Liège, chercheur au Cyclotron et lauréat.

« *C'est important quand nous opérons pour ne pas toucher les zones saines, mais aussi et surtout après, notamment pour la radiothérapie car plus on irradie des parties de cerveau normales, plus les gens vont développer des problèmes cognitifs* », poursuit-il.

Grâce à cette bourse, le Dr Reuter et ses confrères espèrent pouvoir déterminer si grâce à l'amélioration de la résolution, il est encore possible d'affiner la détection de la tumeur.

F.D.

VOUS VOULEZ FAIRE UN DON À LA FONDATION ?

BE16 2400 7780 1074
Communication : FLF cc4012
(Déductibilité fiscale à partir de 40 €).

LES DEUX LAURÉATS 2019 SONT :

Le Projet « *Centre de Bien-Etre OASIS de l'Institut de Cancérologie Arsène Burny* » porté par le Pr. Marie-Elisabeth FAYMONVILLE, Coordinatrice du projet Centre de Bien-Etre OASIS.

Le Projet « *Quantification IRM de la microstructure cérébrale prédictive de la récidive d'un glioblastome* » porté par le Dr Gilles REUTER, Neurochirurgien au CHU de Liège.

LES IMPLANTS COCHLÉAIRES SONT POSÉS AVEC UN ROBOT

Tandis qu'en août dernier, la ministre sortante de la Santé publique, Maggie De Block, annonçait qu'elle allait étendre le remboursement des implants cochléaires en abaissant le seuil de déficience auditive à 70 décibels, le CHU de Liège innove en la matière. Il est désormais le premier hôpital en Belgique à recourir à un robot pour placer ces implants. Rencontre avec le Pr Philippe Lefebvre, chef du service d'ORL au CHU de Liège.

Au CHU de Liège, chaque année, ce sont environ 70 patients qui bénéficient de la pose d'un implant cochléaire, c'est-à-dire ce petit dispositif médical électronique destiné à restaurer l'audition en cas de perte d'audition sévère à profonde.

Pour réaliser ces interventions, le Pr Philippe Lefebvre et son équipe ont désormais recours à la chirurgie robotique. « *En effet, en juillet dernier, une équipe du service d'oto-rhino-laryngologie de l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière AP-HP en France réalisait, pour la première fois au monde, une procédure d'insertion robotisée du porte-électrodes d'un implant cochléaire chez un patient atteint de surdité sévère bilatérale. Nous en avons immédiatement perçu les avantages. Nous avons donc décidé de nous former à cette nouvelle technique. Et trois mois plus tard, nous pouvons nous targuer d'être le premier hôpital belge à recourir également au robot pour cette intervention* », se félicite le Pr. Lefebvre.

Pr. Philippe Lefebvre a présenté la nouveauté à la soirée de la Fondation Léon Fredericq.

Les robots s'invitent de plus en plus souvent dans les salles d'opération y compris en Oto-rhino-laryngologie pour le traitement de certains cancers depuis quelques années, mais pas dans le domaine de la chirurgie de l'oreille. « *Plus personne ne nie les avantages de la chirurgie robotique. En ORL, nous sommes également convaincus de la plus-value du robot. Depuis novembre 2018, nous avons la chance de pouvoir utiliser un robot dans notre quartier opératoire ORL. Jusqu'ici, nous l'utilisions en chirurgie endoscopique de l'oreille moyenne. Depuis le mois dernier, nous l'utilisons désormais également pour poser les implants cochléaires* », rapporte Philippe Lefebvre.

Plus personne ne nie les avantages de la chirurgie robotique.

DES AVANTAGES INDÉNIABLES

Si le Pr. Lefebvre et son équipe ont décidé d'introduire le robot (système RobOtol®) dans leur pratique de pose des implants cochléaires, c'est clairement en raison des nombreux avantages qu'il comporte, tant pour le patient que pour le chirurgien.

« *L'utilisation du robot permet une insertion à une vitesse lente inférieure à 0,5 mm/s, régulière, sans à coup et sans tremblement, ce qui offre une stabilité remarquable au chirurgien pendant toute la durée de l'implantation* », *commente le chef de service ORL.* « *Avoir recours à ce système offre un meilleur contrôle de l'insertion de l'implant, ce qui permet de réduire le traumatisme lié à son insertion. C'est bien sûr tout bénéfice pour le patient.* »

En effet, plus le traumatisme durant l'intervention chirurgicale est limité, plus les structures de l'oreille interne sont préservées et meilleurs sont les résultats fonctionnels de l'implant. « *Les suites post-opératoires immédiates sont en effet très simples. Nous réalisons un contrôle radiologique afin de nous assurer que l'implant a été positionné correctement. Trois semaines après le placement de l'implant, nous l'activons afin de déjà démarrer la réhabilitation de l'audition du côté de l'oreille implantée* », détaille le chirurgien.

COMMENT FONCTIONNE ROBOTOL® ?

Concrètement, RobOtol® est un bras robotisé télé-opéré destiné au positionnement d'un porte-instrument. Ce système utilise des instruments spécifiques à la chirurgie otologique et est actuellement piloté à l'aide d'une souris 3D.

Ce système a pu obtenir son marquage CE en 2016.

La structure du robot optimise la préservation du champ de vision, augmente la précision des gestes chirurgicaux et permet d'éliminer tout tremblement de la main du chirurgien. (DR)

Fondation Léon Fredericq
Fondation d'utilité publique

1.341.000 € au profit de la recherche médicale, des projets innovants au bénéfice du patient et de la lutte contre le cancer à Liège en 2020:
UN RECORD !
Les Lauréats 2019-2020 de la Fondation Léon Fredericq vous remercient du fond du coeur !
Ils se battent pour la vie. Engagez-vous à leurs côtés. Faites un don à la Fondation Léon Fredericq.
IBAN : BE16 2400 7780 1074 - Communication: FLF CC4012

ÊTES-VOUS UN(E) HYPERSENSIBLE ? STOP !

Le concept est à la mode. Si on croit tout ce qu'on lit, près d'une personne sur quatre appartiendrait à cette « catégorie à part » des hypersensibles. Que faut-il en penser ? Et qu'est-ce au juste que l'hypersensibilité ? 4 questions au Pr. Michel Hansenne (ULiège), spécialiste en psychologie de la personnalité.

PR. MICHEL HANSENNE

COMMENT SAVOIR SI JE SUIS HYPERSENSIBLE OU NON ?

Nous sommes tous caractérisés, à des degrés divers, par une sensibilité émotionnelle ! La réponse ne peut pas être « oui » ou « non » : l'hypersensibilité n'est pas une catégorie à part ni un seuil mais plutôt une échelle où chacun se situe de manière plus ou moins marquée. Les deux extrêmes, caractérisés par un excès ingérable d'émotions ou au contraire une absence totale de ressenti (hyposensibles) sont en réalité hyper rares, de l'ordre de 6 % chacun !

QU'EST-CE QUE L'HYPERSENSIBILITÉ ÉMOTIONNELLE ?

Il n'existe aucun diagnostic de l'hypersensibilité. Ce n'est pas une pathologie ni même un problème dans la plupart des cas, mais un trait naturel et exacerbé de la personnalité. Cette sensibilité aux perceptions et aux émotions que chacun a en soi peut être plus marquée chez certains. Dans les cas extrêmes, les personnes sont en permanence en train de percevoir et décoder tous les signaux qui les entourent, sans répit. Le moindre détail, invisible pour les autres, sera comme perçu à la loupe. Il peut en résulter une difficulté à gérer les émotions, positives comme négatives, qui les envahissent en permanence.

Plus on est hypersensible, plus on va percevoir les moindres signaux, les surinterpréter et risquer de réagir de manière démesurée

COMMENT DEVIENT-ON HYPERSENSIBLE ?

On ne devient pas hypersensible à 30 ans ! C'est une caractéristique qui se marque très tôt dans l'enfance. Tenter d'endurcir un enfant hypersensible risque de provoquer de la souffrance, car c'est aller contre sa nature… Cette hypersensibilité va ensuite évoluer différemment au fil de la vie et de la façon dont on apprend à gérer ses émotions. Elle peut aussi s'accentuer durant certaines périodes (changement hormonal, stress au travail, conflit familial, etc.) ou avec la prise de certains médicaments ou psychotropes.

EST-CE DIFFICILE À GÉRER AU QUOTIDIEN ?

Nous mettons tous en place des stratégies pour canaliser nos émotions. Cela dit plus on est hypersensible, plus on va percevoir les moindres signaux, les surinterpréter et risquer de réagir de manière démesurée. Tout paraît amplifié : un léger demi-sourire pourra être compris comme une moquerie ou un froncement de sourcil comme un signal de détresse par exemple. Dans les cas rares de perte de contrôle, les émotions submergent la personne et l'empêchent de se concentrer sur autre chose ou d'analyser une situation rationnellement. Cela peut mener au surmenage, voire dans les cas extrêmes provoquer de l'anxiété, des symptômes dépressifs ou des phobies sociales. Mais on peut apprendre toute une série de techniques (relaxation, pleine conscience, réévaluation cognitive, suppression émotionnelle etc.) pour pouvoir mettre ses émotions à distance, les relativiser et les gérer dans la vie de tous les jours.

JEN. D

Nous avons tous une sensibilité émotionnelle © DR

MIREILLE MONVILLE

(HYPER)SENSIBILITÉ, « UNE RESSOURCE EXCEPTIONNELLE POUR LES SOIGNANTS »

Mireille Monville est psychologue, responsable du Service Valorisation de l'humanisation des soins-service-travail (SST) du CHU de Liège.

« La société a oublié que l'être humain comprenait le monde et les autres grâce à ses sens. Elle promeut depuis longtemps l'anesthésie des sens, comme s'ils représentaient une faiblesse. C'est particulièrement vrai dans le milieu médical : la science serait rationnelle et la sensibilité n'y aurait pas sa place, alors même que l'intuition naît des sens. On trouvera naturel qu'un artiste exprime ses émotions, mais pas un médecin ni une infirmière ! Même si c'est une ineptie, cette idée répandue explique que beaucoup de soignants craignent d'être trop sensibles pour pouvoir exercer leur métier.

C'est pourtant tout l'inverse : la sensibilité est le socle de l'empathie, au cœur de la démarche médicale. L'hypersensibilité chez un soignant peut être une ressource extraordinaire pour comprendre le patient et sa souffrance sans toutefois la ressentir lui-même. A condition d'accepter ses émotions, de les apprivoiser et de les mobiliser de manière constructive, l'hypersensibilité est une forme d'intelligence relationnelle et intuitive très précieuse, capable de sublimer la relation avec les patients. »

PAPRIKA, ROSSÈ, POIL DE CAROTTE : VIVE LES ROUX !

MARCIA CROSS
Actrice

RUPERT GRINT
Acteur

REBELLE
Dessin animé

JULIANNE MOORE
Actrice

ED SHEERAN
Chanteur

VINCENT VAN GOGH

PRINCE HARRY

MYLÈNE FARMER
Chanteuse

OBÉLIX
Bande dessinée

Les créateurs de la série culte US « Southpark » avaient imaginé une journée intitulée « Kick a Ginger Day » (Journée nationale des coups de pieds aux roux). Le second degré n'étant pas de mise partout, certains se sont sentis obligés d'accepter cette invitation. En réaction, un Canadien, Derek Forgie, a lancé sur Facebook sa propre journée, appelée celle-ci « Kiss a ginger day » (Journée nationale des baisers aux roux), célébrée le 12 janvier avec davantage de succès. Qu'est-ce qui rend les roux si spéciaux ?

On estime que 1 à 2% de la population mondiale seulement présentent (naturellement) une chevelure de couleur rousse. On la retrouve plus fréquemment (2 à 6%) chez les peuples originaires du Nord et de l'Ouest de l'Europe, avec une large préférence pour l'Écosse (13% de la population, l'Irlande (10%) et le Pays de Galle.

« *La couleur des cheveux et de la peau dépend des gènes impliqués dans la production de mélanine. La couleur rousse naît d'une mutation récessive du gène MC1R, qui code pour le récepteur αMSH, lequel transforme la phéomélanine (qui donne une couleur jaune orangé) en eumélanine (qui donne une couleur brune, plus protectrice). Présente en proportions variables chez chaque individu, la phéomélanine a tendance à se concentrer, chez les personnes rousses, au niveau des éphélides, également appelée taches de rousseur* », explique Eve Lebas, dermatologue au CHU de Liège. « *En théorie, une personne rousse ne peut donc bronzer que là. Cependant certaines bronzent, ou dorent légèrement* », précise le Dr Lebas. « *Leur peau très claire est naturellement moins protectrice qu'une peau brune : sous l'effet des UV, elle présente donc un risque accru de cancérisation. Plus encore qu'un vacancier lambda, une personne rousse veillera à appliquer une photoprotection de minimum SPF 50 toutes les 2 heures. Elle évitera également le soleil entre 11h et 15h, et veillera à éviter les coups de soleil. La sensibilité de la peau de nos patients roux s'arrête là. Leur spécificité aussi.* »

Il est donc bon de démentir tous les préjugés liés aux roux. Ceux-ci ont été de tout temps, des boucs-émissaires, la couleur rousse étant synonyme de luxure et de sensualité exacerbée, les taches de rousseur étant considérées au Moyen-Age comme la preuve d'une relation sexuelle avec Satan… On apprendra alors que Judas aurait été roux et d'autres énormités du même tonneau. En 1880, Zola sort « Nana », prostituée rousse, mais il faudra attendre 1894 pour que Jules Renard publie « Poil de Carotte » et y raconte l'enfance d'un enfant roux, les brimades, l'ostracisme et la dépersonnalisation dont il est victime.

« *Il n'y a pas de lien direct entre le fait d'être roux et certains traits de personnalité ou de caractère. A côté des caractéristiques génétiques, ce qui est très déterminant dans la construction psychologique de l'individu, c'est son environnement. Si vous avez été raillé plus jeune, en pleine construction identitaire, en raison d'une caractéristique physique, il est fort probable que la souffrance occasionnée ait contribué à la personne que vous êtes aujourd'hui. Cela dépend des critiques auxquelles vous avez été confronté, mais aussi de la manière dont vous y avez réagi, dont vous avez été entouré, en gros de la manière dont vos ressources ont permis de faire face à la menace. Certains développeront une fragilité, tandis que d'autres se montreront plus résilients. Mais cela n'a rien à voir avec la rousseur* », explique Delphine Gilman, psychologue.

La cote du roux a évoluée depuis lors en fonction des « roux célèbres » : on a ainsi vu le prince Harry et Nicole Kidmann redorer l'image de tous les « poils de carotte » du monde !

FRÉDÉRIQUE SICCARD

KISS A GINGER DAY

LE SAVIEZ-VOUS ?

01. En Europe, les femmes rousses ont longtemps été soupçonnées **de pactiser avec le diable : leur chevelure avait la couleur des flammes de l'enfer !**

02. Dans la culture polynésienne, en revanche, la rousseur était traditionnellement vue comme **un signe d'ancêtres de grande lignée, et une marque de domination.**

03. Le gène responsable de la « rousseur » est récessif : **il peut sauter une ou plusieurs génération(s), ou ne concerner qu'une partie d'une fratrie.**

GUILLAUME,

« BIEN DANS SA PEAU DE ROUX »

« Ce que ça fait d'être roux ? » Guillaume, 13 ans et demi, esquisse un mouvement d'épaules. « C'est cool. Au moins tu n'es pas comme tout le monde. »

La transition de sa petite école primaire (300 élèves) à son établissement secondaire (1.800 élèves) n'a pourtant pas toujours été simple : « Au début, quand j'étais avec des copains, on a souvent entendu « Hé, tu traînes avec des roux ». Je répondais, ou pas. Aujourd'hui je m'en fiche un peu : c'est ma couleur de cheveux, voilà tout, ça ne détermine pas qui je suis. C'est plus facile d'ennuyer quelqu'un à ce sujet, forcément, mais c'est petit, je trouve. Et si mes potes m'appellent parfois « poil de carotte », je sais que c'est gentiment. »

Et dans le cas contraire ? « J'invite simplement les personnes ayant des difficultés d'acceptation ou autre à être aidées (par un suivi par exemple), comme elles pourraient le faire pour bien d'autres raisons », indique Julie Luthers, psychologue clinicienne au CHU de Liège.

BANNISSEZ LE COTON-TIGE QUI NE SERT À RIEN !

LES COTONS-TIGES EN PLASTIQUE SERONT INTERDITS EN 2021. CELA TOMBE BIEN : ILS NE SERVENT À RIEN. « LES OREILLES SONT AUTONETTOYANTES », PRÉVIENT LE DR CAROLINE SALMON, MÉDECIN ORL AU CHU DE LIÈGE, SPÉCIALISÉE EN OTOLOGIE.

D'ici un an, nos traditionnels cotons-tiges en plastique auront disparu des rayons. Depuis l'annonce de leur interdiction, on voit fleurir toute une série d'alternatives plus ou moins loufoques, plus ou moins chères et plus ou moins écolo. Attention, toutes ne sont pas sans risques ! Petit tour d'horizon des bonnes et des moins bonnes idées pour se nettoyer les oreilles.

DR SALMON CAROLINE

Au top 10 des déchets qui polluent les mers et les océans, les cotons-tiges en plastique seront interdits à la vente en UE à partir de 2021, ainsi que 9 autres produits en plastique à usage unique (assiettes, couverts, pailles, touillettes, etc.) qui représentent à eux seuls 70 % des déchets marins. On en retrouve même dans l'organisme des tortues de mer, phoques, oiseaux, poissons ou coquillages et au final dans nos assiettes.

« LE CÉRUMEN LUBRIFIE LE CONDUIT AUDITIF ET PROTÈGE DES INFECTIONS »

C'est peut-être l'occasion de changer nos habitudes. Mais faut-il vraiment se nettoyer les oreilles ? « *Non ! Les oreilles sont autonettoyantes* », prévient le Dr Caroline Salmon, médecin ORL au CHU de Liège, spécialisée en otologie. « *Le cérumen s'évacue naturellement vers le méat ; il suffit de laver cette partie externe de l'oreille. Nettoyer le conduit est inutile et peut provoquer diverses affections* ». Si on y tient vraiment, « *dans tous les cas pas plus d'une fois par semaine, et à environ 1 cm maximum dans le conduit. Mais plus on nettoie ses oreilles, plus on empêche l'évacuation naturelle du cérumen en le collant sur les parois du conduit auditif externe ou en le poussant dans le tiers profond du conduit d'où il ne sait pas s'éliminer spontanément, et plus il est gênant* ».

LES VERSIONS CARTON OU BOIS : BIO MAIS PAS ÉCOLO

Écologique ou pas, rien à faire, jamais vous ne pourrez vous passer de ces petits bâtons ouatés ? Pas de panique : les cotons-tiges en bois, en bambou ou en carton ont déjà débarqué dans les commerces. Un peu plus chers que leurs prédécesseurs, ils ont le mérite d'être entièrement biodégradables. Mais ils restent à usage unique, et on en jette des milliers au cours d'une vie. Un fameux gaspillage.

De plus, les cotons-tiges bio ont les mêmes défauts que leurs homologues en plastique. « *Ils provoquent des bouchons en piégeant le cérumen dans la partie profonde de l'oreille* ». Franchement désagréables, les bouchons ne sont pas le seul danger. Le Dr Salmon reçoit aussi en consultation « *beaucoup de patients qui souffrent d'otites externes à répétition : les cotons-tiges provoquent des micro-traumatismes qui favorisent les infections* ». Sans compter le risque de perforation du tympan, qui « *arrive typiquement lorsqu'on se bouscule dans la salle de bains au mauvais moment* ».

Jen D.

OUI MAIS… SI ÇA CHATOUILLE ?

Les inconditionnels du bâton ouaté s'y reconnaîtront : quand ça chatouille, rien de tel qu'un bon grattage au coton-tige ! « Pourtant cela aggrave le problème. Les démangeaisons ne sont pas dues à un excès de cérumen, mais au contraire à une sécheresse du conduit auditif. Plus on nettoie, plus on l'assèche, pouvant même entraîner de l'eczéma. Il faut au contraire l'hydrater, par exemple avec de l'huile d'amande douce ».

Ils ne servent à rien. « Les oreilles sont autonettoyantes »

LES ORICULI ET CURE-OREILLES RÉUTILISABLES : ATTENTION AUX BLESSURES

Lavables et écologiques, les oriculi et cure-oreilles ne sont pas non plus la solution idéale : « si la version en bambou est un peu moins traumatisante que celle en métal, ces grattoirs réutilisables sont plus susceptibles de causer des plaies dans le conduit et donc des infections », insiste l'otologiste. « À éviter en particulier chez les patients à risque (diabétiques ou immunodéprimés) ».

LES SAUGRENUS : POURQUOI FAIRE SIMPLE QUAND ON PEUT FAIRE COMPLIQUÉ ?

On trouve aussi toutes sortes d'alternatives farfelues, comme les nettoyeurs d'oreille en spirale de silicone, ou les bougies en cire d'abeille qu'on place dans l'oreille, tête penchée de côté. « Il faut être deux, et on risque surtout de se brûler », s'amuse le Dr Salmon.

LES SPRAYS AUDITIFS : COÛTEUX ET INUTILES

Vendus en pharmacie, les sprays auditifs « sont simplement composés d'eau salée. C'est une produit purement commercial, qui n'est pas plus performant que l'eau de la douche ».

ÉCOLOGIQUE ET GRATUIT : LA DOUCHE, TOUT SIMPLEMENT

« La manière la plus simple, la plus sûre et la plus écologique est encore d'utiliser le jet d'eau de la douche, sans savon, puis d'essuyer soigneusement l'oreille. Attention toutefois, jamais de douche auriculaire ni de spray auditif lorsqu'on a le tympan perforé ! »

NE JAMAIS ROMPRE LA CHAÎNE DU FROID !

Il y a les gourmands, qui reprendraient bien un peu de cette délicieuse entrée quand tout le monde rêve déjà du plat. Les fatigués, qui attendront demain pour emballer correctement le reste de la dinde. Les lèves-tard, qui réchauffent les restes de la veille 2 heures après les autres membres de la maisonnée… Qu'importe la météo, hivernale ou non : en cette période de fêtes non plus, on ne rompt pas la chaîne du froid !

« *La notion de chaîne du froid est un principe d'hygiène selon lequel un produit est maintenu à une température basse pour pouvoir être conservé* », rappelle Philippe Ledent, chef du service de logistique hôtelière et diététique du CHU de Liège. « *Selon le type de produits réfrigérés, il y a rupture de la chaîne du froid dès que la température recommandée est dépassée, généralement au-delà de 7°C pour un produit réfrigéré.* »

Avec ses 1038 lits, qui équivalent à environ 900 à 1000 repas servis 3 fois par jour, le CHU surveille cette chaîne de près, et applique rigoureusement le principe de liaison froide sur les sites du Sart Tilman et de ND des Bruyères : « *Il s'agit de refroidir très rapidement les aliments cuisinés, de 65° à 10°C en moins de deux heures, puis de les maintenir à une température maximale de 7°C, avant d'être remis à température en moins d'une heure dans des chariots spécifiques. Nous travaillons en collaboration avec le Bois de l'Abbaye, qui nous livre en vrac les repas des patients sur ces deux sites, les repas du site d'Esneux et de Fraiture étant préparés en interne en liaison chaude (les repas ne subissent pas l'étape du refroidissement intermédiaire, mais sont maintenus au chaud à 65 °C minimum). Nous sommes intransigeants sur la température de livraison : si un repas nous parvenait à 7,1°C, nous le refuserions, parce que nous ne pouvons faire courir le moindre risque à nos patients* », résume M. Ledent.

L'intransigeance laisse souvent la place au bon sens dans les allées des grandes surfaces : si l'idéal est de séparer produits secs, frais et surgelés, et de glisser ces derniers dans une glacière, la plupart des familles se contentent d'un sac isotherme, et de ramener rapidement les courses à la maison. « *En plein hiver, cela ne pose pas de problème, mais quand les températures redeviennent printanières, voire estivales, hors de question de faire les courses puis d'assister au match de foot du petit dernier en laissant les aliments dans le coffre* », sourit Christelle Meuris, infectiologue au CHU de Liège. « *La rupture de la chaîne du froid implique en effet des risques d'intoxication alimentaire, puisque l'élévation de la température peut entraîner la prolifération de certains germes et rendre le produit impropre à la consommation. En règle générale, le résultat se limitera à une gastro-entérite, ou une « tourista »* sévère. Mais chez les personnes malades ou fragilisées (jeunes enfants, personnes âgées, femmes enceintes), cela peut entraîner des complications. »

Pour les mêmes raisons, on veillera à éviter de réchauffer et refroidir le même aliment à plusieurs reprises, même le lendemain du Nouvel An ! Voire à fractionner les portions avant réfrigération : « *Dans les crèches par exemple, préparer les portions séparément est un principe de précaution : les enfants mangent rarement tous en même temps, et le personnel ne peut pas rompre 15 fois la chaîne du froid, pour des questions d'hygiène.* » A la crèche ou à la maison, le principe est facile à retenir : « *On rompt la chaîne du froid un minimum de temps et un minimum de fois.* »

FRÉDÉRIQUE SICCARD

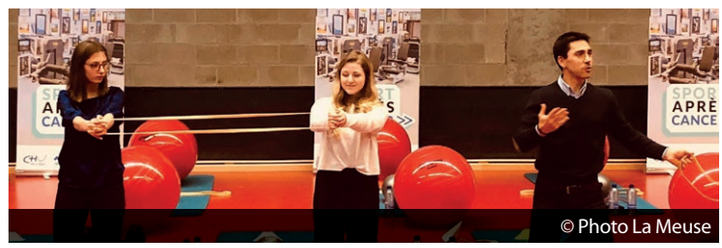
À RETENIR

- Un produit congelé se conserve à -18°C.
- On parle de produit surgelé quand il a subi le processus industriel qui consiste à le refroidir rapidement à très basse température (-40 à -50°C), de façon à l'endommager le moins possible.
- On ne congèle jamais plus d'un kilo à la fois, pour faciliter une décongélation uniforme. On ne conservera pas, en principe, un produit congelé par nos soins plus 6 semaines.
- On décongèle de préférence un produit « en ambiance réfrigérée », c'est-à-dire au frigo.
- On ne recongèle jamais un produit dégelé.
- Le fond du frigo est l'endroit le plus froid. Le bac à légumes, l'endroit le moins froid.

«SPORT APRÈS CANCER»: TROIS COMMUNES AGISSENT POUR LA SANTÉ DE LEURS CITOYENS

Le CHU de Liège, l'ULiège, la Fondation contre le Cancer et les communes de Ans, Chaudfontaine et Waremme s'associent pour proposer une activité physique gratuite de proximité aux personnes qui sortent d'un cancer. Il s'agit d'une expérience-pilote : chaque patient qui a été soigné pour un cancer se verra proposer, gratuitement, une séance d'activités physiques encadrée par les experts du CHU. Ils recevront aussi un « kit actif » pour reproduire les exercices à la maison !

Renseignements : revacancer@chuliege.be 04/366.21.89.



© Photo La Meuse

LES CÂLINS, NOS MEILLEURS AMIS

Hug ! Non, pas le salut indien, mais le signe de ralliement des câlins ! De l'autre côté de l'océan, la Journée mondiale des câlins, célébrée chaque 21 janvier depuis 1986, s'appelle « Hug Day ». L'occasion de se serrer dans les bras. Parce que ça fait un bien fou et que ce bien-être réciproque est contagieux (ce n'est pas une raison pour se refiler la grippe).

STEVEN LAUREYS,
NEUROLOGUE ET SPÉCIALISTE DES ÉTATS DE CONSCIENCE MODIFIÉS AU CHU DE LIÈGE

Et si cette année, plutôt que de lancer des « hugs » virtuels tous azimuts sur Facebook, on s'étreignait en chair et en os ? De vrais bons câlins qui provoquent une cascade de réactions biochimiques, excellentes pour la santé physique et morale.

Si si, c'est scientifiquement prouvé. A condition de se prendre dans les bras les uns des autres au moins 20 secondes (un minimum syndical).

Deux phénomènes s'enclenchent. Le premier est hormonal : le « hug » cause une déferlante d'ocytocine, hormone bien connue associée à l'attachement. C'est l'antidote du stress par excellence ! Elle confère un sentiment de bien-être et de sécurité. On se sent moins seul, et pas seulement grâce aux bras qui nous serrent.

LE CERVEAU « CONTAMINÉ »

Car un deuxième effet gagne très vite le cerveau : « *L'échange d'émotions positives va nous affecter au travers des neurones miroirs* », explique Steven Laureys, neurologue et spécialiste des états de conscience modifiés au CHU de Liège. Les neurones miroirs ont la particularité de 'mimer' l'activité neuronale. « *Ce n'est pas magique, c'est scientifiquement démontré* », poursuit le professeur et chercheur au GIGA. « *Et nous ne sommes pas les seuls 'animaux' à posséder ce système-là. C'est d'ailleurs chez le singe que ces neurones ont été découverts, un peu par accident, à cause d'une banane.* » L'expérience avait montré que la même zone du cortex du singe réagissait, qu'il reçoive le fruit ou qu'il voie quelqu'un le recevoir. Voir active le même circuit neuronal que chez l'autre qui nous fait face. C'est également le principe de l'empathie. Laissons donc venir à nous tous les hugs de la terre, les bras grands ouverts.

PATIENTS/SOIGNANTS : CULTIVONS LA BIENVEILLANCE !

Cet effet de réciprocité positive grâce à nos neurones miroirs prend une importance très intéressante dans le contexte de la relation patient-médecin. « *C'est important dans la cognition sociale, par exemple pour le rôle des soignants* », poursuit le Pr. Laureys. « *Si l'on va vers les patients avec un grand sourire, le contexte est déjà plus favorable. Patients et soignants sont gagnants et en plus, ça ne coûte rien.* »

La science n'a pas (encore) montré si certains d'entre nous ont davantage de capital neuronal en miroir que d'autres mais, au-delà du bagage génétique, nous pouvons cultiver la bienveillance.

CHU de Liège

LE CHU PRÈS DE CHEZ VOUS !

Nos centres de prélèvements vous accueillent sans rendez-vous

CHU, Sart Tilman
04 366 83 17
Domaine du Sart Tilman, B35 – 4000 LIEGE (Route 872) (Parking possible au Country Hall)
Du lundi au vendredi de 7H à 17H30.
Le samedi de 8H à 12h

CHU, N.-D. des Bruyères
04 367 96 46
Rue de Gaillarmont, 600 – 4032 CHENEE (Aile D, niveau 0)
Du lundi au vendredi de 7H à 17H45.
Le samedi de 8H à 12H

CHU, Esneux / Ourthe-Amblève
04 380 97 15
Rue de Grandfosse, 31-33 – 4130 ESNEUX (Policlinique, niv. 0)
Du lundi au vendredi de 8H à 15H30

CHU, Brull
04 270 30 07
Quai Godefroid Kurth, 45 – 4000 LIEGE (Niveau +14)
Du lundi au vendredi de 8H à 16H45

CHU, Ougrée
04 336 68 67
Esplanade de la Mairie, 1 – 4102 OUGREE
Mardi et jeudi de 7H à 11H30
Lundi, mercredi et vendredi de 7H00 à 12H00

CHU, Centre de Santé de l'Amblève
04 384 30 30
Rue de Septroux, 3 – 4920 AYWAILLE
Du lundi au vendredi de 8H00 à 12H00

CHU, Chaudfontaine
04 242 54 01
Rue Hauster, 9 – 4050 CHAUDFONTAINE (dans le Domaine du Château des Thermes, au fond du parking)
Du lundi au vendredi de 7H30 à 9H30

CHU, Beaufays
04 366 76 65
Voie de l'air pur, 133A – 4052 BEAUFAYS
Du lundi au vendredi de 7H30 à 9H30

CHU, CNRF de Fraiture-en-Condroz
085 51 91 27
Rue Champ des Alouettes, 30 – 4557 FRAITURE (situé du côté de l'entrée de la polyclinique)
Du lundi au vendredi de 7H30 à 9H00

CHU, Maison médicale Trooz - Santé
04 267 08 90
Grand'rue, 64 – 4870 TROOZ
Du lundi au vendredi de 7H30 à 9H30

CHU, Botanique
0475 52 27 00
Rue du Jardin Botanique, 4 – 4000 LIEGE
Du lundi au vendredi de 7H15 à 10H15

CHU, Haccourt
0473 98 10 52
Av. Reine Elisabeth, 26/b15 – 4684 HACCOURT (au Centre Médical Haccourt)
Du lundi au vendredi de 7H30 à 9H30

Quality soins, Ans
0488 27 96 55
Chaussée du Roi Albert 34 – 4430 ANS
Du lundi au samedi de 7h00 à 10h00
(samedi sur rdv via le n° du centre)

Nouveau ! CHU, Angleur
0488 27 96 55
Chaussée du Roi Albert 34 – 4430 ANS
Du lundi au samedi de 7h00 à 10h00
(samedi sur rdv via le n° du centre)

Unilab Lg.
www.chuliege.be/Unilab
E-mail : Unilab.Lg@chuliege.be

Prises de sang sans rendez-vous
sauf pour les prélèvements à domicile
04 366 76 65 / 04 367 96 46
Les tests dynamiques et les saignées thérapeutiques
04 242 52 52

"ON A VOLÉ MES PROTHÈSES AUDITIVES!"

Il est vivement recommandé aux patients de laisser leurs objets de valeur (bijoux, montres, cartes bancaires, lunettes et… prothèses auditives) à leur domicile. Ou d'utiliser les tables de nuit sécurisées.

45 cas de vols recensés en 2019 soit -50% par rapport à 2018
© Photo CHU

SITUATION :

L'époux de Madame X s'est rendu en consultation de médiation pour faire part de la perte de prothèses auditives de son épouse lors de son séjour à l'hôpital, suite à une malaise cardiaque, fin octobre.

Il s'avère que, dans les suites de la prise en charge, il y a eu un va-et-vient entre les services par lesquels la patiente a transité.

Vers le 4ème jour d'hospitalisation, un membre du personnel avait demandé à l'époux de rapporter ses appareils auditifs afin de pouvoir communiquer avec elle.

Le surlendemain, malheureusement, la patiente n'avait plus l'appareil auditif au niveau de l'oreille droite. Celui-ci était introuvable et on a signalé « qu'il était probablement parti dans le nettoyage des draps de lit ». L'infirmière a signalé qu'elle allait le stipuler dans le rapport et la patiente a également vu en cours d'hospitalisation un ORL. L'époux a alors pensé que cela signifiait certainement « une reconnaissance de la situation afin que de nouveaux appareils soient represcrits ».

Par après, la patiente a été en revalidation dans une autre institution. L'époux n'a plus eu de nouvelle quant à la perte. Il s'est alors rendu à la mutuelle où on lui a recommandé de rencontrer la médiatrice de l'hôpital.

Un rendez-vous fut pris et l'époux a également transmis, dans le cadre de ce dossier, les factures relatives aux prothèses auditives.

La réponse de la médiatrice du CHU

Caroline DOPPAGNE
Médiatrice

Dans le cas présent, l'époux de la patiente a été dirigé vers le service de médiation hospitalière dont les missions sont de traiter les situations en lien avec la loi du 22-08-2002 relative aux droits du patient. Cette perte de prothèses auditives n'est donc pas directement en lien avec les soins.

De ce fait, la Médiatrice explique alors au patient, ou à son représentant, la procédure institutionnelle en cas de « perte de biens »

Il faut savoir que dans le cadre des hospitalisations programmées, il est vivement recommandé aux patients de laisser leurs objets de valeur (bijoux, montres, cartes bancaires,…) à leur domicile. A défaut, en cas d'oubli de procéder de la sorte, il est fortement conseillé de confier ces objets de valeur au Bureau des Admissions, durant les heures ouvrables (du lundi au vendredi, de 07h00 à 18h00. Le dimanche et les jours fériés, de 14h00 à 18h45). Un reçu est délivré au patient en vue d'une récupération ultérieure.

Il convient également de noter que les chambres sont, à présent, munies de tables de nuit avec un coffre-fort intégré. Chaque patient peut, dès lors, déposer ses objets de valeur dans ce coffre-fort sécurisé au moyen d'une combinaison de chiffres que lui seul connait.

En cas d'oubli de ce code, seuls les vigiles peuvent intervenir pour procéder à l'ouverture du coffre-fort.

En cas de non-respect de ces consignes, le CHU décline toute responsabilité lors de pertes ou vols qui pourraient survenir durant l'hospitalisation.

La notion de « biens des patients » peut également être étendue à tout matériel médical nécessaire à sa vie quotidienne (prothèses, lunettes, appareil auditif…). Celui-ci étant nécessaire au patient durant son hospitalisation, il est géré par lui-même et ôté lors de tout examen médicotechnique ou lors d'une intervention chirurgicale.

Dans l'hypothèse où, lors de l'hospitalisation, ce matériel devrait être égaré ou endommagé, une déclaration d'événement indésirable est réalisée au niveau de l'unité de soins.

En parallèle, le patient doit, quant à lui, adresser un courrier ou courriel relatant l'incident à la Direction médicale :

- par courrier :

CHU de Liège - Direction Médicale
Domaine Universitaire du Sart Tilman
B.35 - 4000 Liège

- par courriel :

direction.medicale@chuliege.be

Dans notre situation, le patient a alors écrit officiellement à la Direction médicale qui a ensuite transmis le dossier au service Juridique du CHU. Une enquête a été menée en interne afin que l'assureur puisse disposer de tous les éléments requis pour analyser le dossier en termes de responsabilité. La transmission d'un dossier à l'assurance n'équivaut pas à une reconnaissance des faits. Chaque situation est analysée au cas par cas, selon des critères stricts qui permettent, ou pas, un dédommagement.

CONTACT : mediation.hospitaliere@chuliege.be

giques, familiales, etc… Ce sont

Comité de Patients

Nous retrouvons la plume de Marina Gillain pour cette rubrique qui est, autant que celle de la Médiatrice, un «incontournable» du «Patient».

Bonne lecture.

ÊTRE BÉNÉVOLE AU COMITÉ DE PATIENTS : C'EST QUOI ? POURQUOI ? AVEC QUI ?

«Un bénévole c'est une personne qui rend service sans demander de rémunération en retour, sans en tirer de profit.»

LE BÉNÉVOLAT C'EST QUOI ?

C'est participer de façon libre, sans rémunération et se tourner vers les autres dans une structure organisée. Vous avez du temps à consacrer à une activité tournée vers l'intérêt général ?

Que vous soyez pensionné, invalide, actif, ou en attente d'un emploi, vous pouvez vous investir dans une activité solidaire enrichissante dans de nombreux domaines, en fonction des besoins, de vos capacités, de votre disponibilité et de vos envies. Se sentir utile et faire quelque chose pour autrui est le moteur des bénévoles.

POURQUOI ?

Le bénévolat au Comité de patients du CHU de Liège, c'est participer activement et positivement avec le CHU de Liège à l'amélioration de la relation entre les patients (familles) et l'hôpital. En s'appuyant sur l'expérience et le regard particulier des patients qui le composent.

Lors de nos parcours de soins nous avons rencontré des difficultés que certains pourraient qualifier de dysfonctionnements.

Les expériences vécues nous apportent un regard critique qui nous permet de prétendre à proposer des pistes pour améliorer le bien-être des patients au sein de l'hôpital.

Nous sommes convaincus que LA TECHNIQUE DOIT RESTER AU SERVICE DE l'HUMAIN ! Et non l'inverse.

Concrètement, il est important de souligner que nous ne sommes pas un bureau de plaintes, ni un syndicat.

Nous travaillons activement à l'amélioration de la qualité des soins pour tous les patients du CHU de Liège, tous sites confondus. Et pour cela il faut d'abord améliorer la relation entre les soignants et les patients.

En pratique, nous répondons à des « demandes d'avis » ou des « demandes diverses » venant de tous les secteurs et niveaux de l'hôpital. D'autre part, des demandes nous parviennent également de l'extérieur : enseignants, étudiants, chercheurs, etc.. Nous pouvons aussi formuler des recommandations de notre propre initiative sur n'importe quel sujet qui retient notre attention, ou interpeller l'hôpital sur des sujets que nous souhaitons aborder. Nous pouvons intervenir dans tous les domaines touchant la prise en charge des patients suivis en consultation ou hospitalisés.

Voici quelques exemples de demandes :

- Participation à un focus group sur l'amélioration du site internet du CHU.

- Participation à un focus group sur le développement d'une application : « Compagnon thérapeutique ».

- Intervention au cours Education Thérapeutique du Patient.

- Intervention au Certificat interuniversitaire en Hygiène Hospitalière.

- Intervention lors des Cérémonies de proclamation des Médecins.

- Etc…

Concernant nos actions concrètes, nous les portons sur trois axes, qui reprennent ci-dessous des exemples de démarches entreprises :

Axe 1 – Relation entre les patients et le Comité de patients.

Nous avons soumis des questionnaires portants sur la facturation, les consultations, les examens (et analyses) aux patients fréquentant le CHU. L'analyse de ces questionnaires nous a permis d'orienter nos actions.

Axe 2 – Relation entre le personnel soignant et le Comité de patients.

Nous avons été reçu avec enthousiasme par un bon nombre de Chefs de Service pour nous faire connaître et organiser une visite dans leur service afin d'y rencontrer les acteurs de terrain.

Axe 3 – Relation entre les différentes autorités du CHU et le Comité des patients.

Nous avons invité l'Administrateur Délégué du CHU à une de nos réunions de travail pour lui présenter nos activités, nos projets et nos besoins. Nous sommes pleinement soutenus dans nos démarches.

Parallèlement, nous sommes aussi des « Patients Experts », nous devons aussi veiller à développer nos connaissances. Nous suivons donc des formations telles que :

Les Droits et Devoirs des patients, le fonctionnement de l'hôpital, l'éducation thérapeutique du patient qui passe par la littératie en santé, la dynamique de groupe, la gestion du stress, etc…

AVEC QUI ?

Les patients ou accompagnants de patients du CHU de Liège.

Toute personne motivée, volontaire, qui souhaite partager ses expériences, réfléchir en équipe sur les difficultés rencontrées par les patients, familles de patients et les acteurs de terrain.

Le but est de dégager des pistes pour trouver des solutions qui contribueront à améliorer le bien-être de tous.

Vous qui vous retrouvez dans ces descriptions, venez nous rejoindre.

Votre vécu peut nous aider.

Venez partager votre expérience.

Votre expérience peut enrichir notre futur.

Nous avons besoin de vous.

Pour déposer votre candidature, écrivez-nous à :

comitedepatients@chuliege.be

OU,

Comité de patients du CHU de Liège
Domaine universitaire, Bât. 35
4000 Liège.

LES MOTS FLÉCHÉS «SANTÉ»

PAR STÉPHANE DROT

Chaque mois, «*Le Patient*» propose une grille exclusive et liégeoise de mots fléchés sur le thème de la santé. Chaque grille propose un mot clé final. Chaque participant qui le souhaite, peut envoyer ce mot clé avec ses coordonnées à l'adresse mail lepatient@sudpresse.be . Un vainqueur est mensuellement tiré au sort. Bonne chance et amusez-vous bien !

douleur dorsale
convulsion en fin de grossesse
Europe
processus créatifs
sur la Somme
base d'un art
vaisseau principal
nourris-sant
plante des dunes
échelle d'acidité
signes de fatigue
membra-ne fibreuse de l'oeil
cellule de la peau
don à une divinité
cardinaux opposés
hormone du placenta
produit anorexigène
offre commer-ciale
fleuve noir
coule en Russie
déçu
devint vache
équipage
liquide séreux abdominal
médicaments anti-cholestérol
sortie des eaux
douleur
échec d'un film
sismo-thérapie
au bout des idées
village de la Gomera
pilote de ligne
vive hostilité
nid de pontes
mer de sable
écrit d'agent
entre deux portes
tireur embusqué
instrument à dents pour le travail du sol
mauvaise sensation
bas de gamme
moineau
xénon
apparu
canal entre viscères
toxique
fières
suit le ouf à Liège
blêmes
flan breton
opération postale
bien à toi
spécialiste
disque gravé ou à graver
numéro 25 au labo
contrit
artifices
fin de journée
lieu de culte
activité de l'esprit
anneau de cordage
sol de Ré
généreux donateur
enlever
voile en triangle
non flamand
onéreuse
habitude
grand ouvert
élement d'un test
ancien oui
base d'un précompte
maladie virale infantile
affluent du Gers
sans doute vieux
poussé dans la mine
lieu de tir
revenu garanti
17ème grecque
bruit sec
spécialiste ou champion
initiales de belles anglaise
précède le souverain pontife
élu du jour
traquenard
nénette phoné-tique
néon
long sac
attelle, plâtre, etc
pâture
dans
fragilité osseuse

MOT CLÉ :

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

point chaud

1 café offert

contre remise de ce coupon en magasin

Action valable jusqu'au 31 décembre 2019
dans tous les point chaud de Belgique

Chez Ethias, 1 million de clients nous font déjà confiance pour leur assurance hospitalisation. Et vous ?

Appelez-nous au **04 220 30 30**
ou rendez-vous sur **ethias.be**

ethias
sourire assuré

Ethias SA, n° d'agrément 0196, rue des Croisiers 24 à 4000 Liège, est une compagnie d'assurance agréée en Belgique et soumise au droit belge.
RPM Liège TVA BE 0404.484.654 – IBAN : BE72 0910 0078 4416 – BIC : GKCCBEBB. Document publicitaire. E.R. : Vincent Pécasse.