



LA VOIX D'ABORD

Journal du CA3D

n°4 – mai 2024

Actualités



Le 14 mars 2024 a eu lieu la journée du rein. Dans ce cadre, le CA3D a proposé un **dépistage gratuit** sur l'antenne de Gradi-gnan de 09h à 18h.

32 personnes se sont déplacées tout au long de cette journée.

Un grand merci à nos représentants des usagers, nos personnels et à notre partenaire France Rein toujours présents à nos côtés.

Le rendez-vous est déjà pris pour l'année prochaine !

Edito

Comme vous le savez tous, la 2^{ème} semaine de février, nous avons passé notre certification auprès de la Haute Autorité de Santé (HAS). Cette démarche est une obligation pour l'ensemble des établissements de santé français. Elle a pour objectif final d'améliorer la qualité des prises en charge des établissements en France.

Certains d'entre vous ont croisé des experts visiteurs HAS chargés d'évaluer nos pratiques dans les différentes antennes. Le vendredi 16 février, nous avons eu la restitution de cette certification et nous sommes ravis de vous annoncer que les retours ont été très satisfaisants.

Quelques points restent à améliorer :

- La connaissance des patients sur la démarche pour faire remonter une plainte ou un événement indésirable
- L'expérience patient
- L'utilisation du Dossier Médical Partagé et du dossier pharmaceutique
- La participation des représentants des usagers (RU) à l'ensemble des instances/groupes de travail

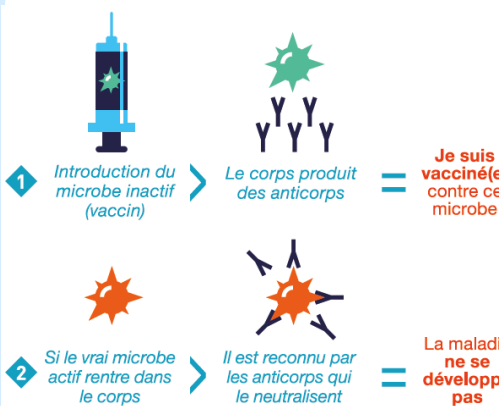
Voici nos points forts :

- ✓ Le parcours d'intégration du patient
- ✓ La prise en compte des aidants (Parenthèse des Aidants)
- ✓ La concertation pluridisciplinaire
- ✓ La Commission des Usagers (Cdu) dynamique et engagée

Nous devons attendre quelques mois pour connaître notre niveau de certification mais c'est assez encourageant.

Focus : VACCINATION

Comment les vaccins agissent-ils sur le système immunitaire ?



Lorsque nous recevons un vaccin, un **microbe rendu inoffensif** ou **une partie de microbe** est introduit dans notre corps. Il ne nous rend pas malade, mais notre système immunitaire fabrique quand même des **anticorps** pour neutraliser ou éliminer le microbe. Si nous rencontrons un jour le vrai microbe, notre système immunitaire le reconnaîtra tout de suite et l'éliminera avant qu'il ne puisse nous rendre malade. La quantité d'anticorps produits grâce au vaccin peut **diminuer** au cours du temps, c'est pourquoi des injections de **rappel** peuvent être nécessaires.

Le saviez-vous ?

Désormais, en plus des médecins, certains vaccins pourront être **prescrits et administrés par les pharmaciens, IPA, infirmiers et laboratoires de biologie médicale**. Les **sages-femmes** ainsi que les **étudiants en médecine et pharmacie** (à partir du 3^e cycle) ont également la possibilité d'administrer certains vaccins.

Peut-on quand même contracter une maladie quand on a été vacciné ?

Il peut arriver de tomber malade tout en étant vacciné. Cela dépend du vaccin et des personnes vaccinées.

Pour certains vaccins, l'efficacité est presque de 100% et les échecs de la vaccination sont pratiquement inexistantes.

Pour d'autres vaccins, l'efficacité peut être incomplète : par exemple, le vaccin contre la grippe n'est pas toujours adapté aux souches du virus qui circulent. Toutefois, lorsqu'une maladie survient chez une personne vaccinée, elle est souvent moins grave.

De plus, certains vaccins n'entraînent pas une immunité permanente et la protection finit par disparaître. Pour de tels vaccins, le calendrier vaccinal prévoit des rappels tout au long de la vie.

Enfin, les infections sont plus fréquentes et souvent plus sévères chez les patients atteints d'insuffisance rénale dues à l'immunodépression liée à la MRC et aux pathologies associées. Dès lors, il est important d'essayer, dans cette population, de prévenir les infections ou au moins d'en amoindrir la sévérité.

Retrouvez l'affiche A3 au sein de votre antenne pour mieux connaître les recommandations vaccinales. (Cf. à droite)

VACCINS DIALYSE

N'hésitez pas à en parler à votre néphrologue, IPA et à votre médecin traitant. D'autres vaccins peuvent être recommandés en fonction de votre situation (ex : grippe...).

Pensez à mettre à jour votre carnet de vaccination

TÉTANOS ET DIPHTÉRIE	HEPATITE B	PNEUMOCOQUE
Recommandation de l'antenne Si vaccination non faite durant l'enfance, alors 3 injections sont nécessaires Schéma vaccinal : A partir de 65 ans 1 dose de rappel tous les 10 ans	Recommandation de l'antenne Vaccination recommandée idéalement avant la mise en dialyse (idéalement au plus tôt) Schéma vaccinal : 2 doses à 0, 1, 2 et 6 mois puis rappel si besoin	Recommandation de l'antenne Schéma vaccinal : 1 dose à l'initiation dans un unique des VPCB Rappel VPCB 20 à 5 ans Schéma vaccinal : 2 doses à 0, 1, 2 et 6 mois puis rappel si besoin

GRIPPE	COVID 19
Recommandation de l'antenne Vaccination recommandée chez les patients dialysés Schéma vaccinal : tous les ans en automne / hiver	Recommandation de l'antenne 1 ^{ère} vaccination à 3 doses, 2 rappels à 3 mois d'intervalle puis rappels supplémentaires tous les 6 mois (selon le schéma vaccinal)

JE ME PROTÈGE JE SUIS À JOUR DANS MES VACCINATIONS !

Version Janvier 2024

ELSAN



Retour d'expérience : HYGIÈNE DES MAINS



Durant les mois de mars et avril 2024, une enquête autour de l'hygiène des mains et de la fistule artério-veineuse a été réalisée par Barbara Lambert, notre future IDE hygiéniste. 95 patients ont participé à cette enquête.

Voici quelques résultats :

- ☒ 39% des patients réalisent toujours une friction avec un produit hydro-alcoolique À L'ARRIVÉE au CA3D.
- ☒ 26% des patients concernés se lavent systématiquement la fistule avant branchement.
- ☒ 29% des patients réalisent toujours une friction avec un produit hydro-alcoolique à la sortie du CA3D.
- ☒ 30% des patients indiquent avoir reçu une information sur les moments clés où une hygiène des mains est nécessaire.

Le saviez-vous ?

- ◆ La **friction hydro-alcoolique est plus efficace** sur les germes que le lavage des mains
- ◆ Les **solutions hydroalcooliques ne sont pas réservées aux professionnels de santé**. Tous les individus entrant dans un centre de dialyse doit réaliser une friction des mains.
- ◆ Le **manque d'hygiène des mains** des professionnels peut **augmenter le risque de transmissions d'infection**
- ◆ L'hygiène des mains des patients permet de les **protéger et de protéger les autres des risques d'infection**

A la lecture des résultats, des actions vont être mises en place afin de mieux vous informer sur l'importance de la friction :

- ✂ Des ateliers avec caisson pédagogique (boîte à coucou) seront mis en place au sein des antennes
- ✂ Un quiz interactif sera mis à disposition des patients et des professionnels
- ✂ Un flyer sur les bonnes pratiques de l'hygiène des mains sera proposé aux patients (où?, quand?, comment?, pourquoi?)
- ✂ Un temps dédié sur l'hygiène des mains et de la fistule sera inclus lors du parcours de formation du patient.

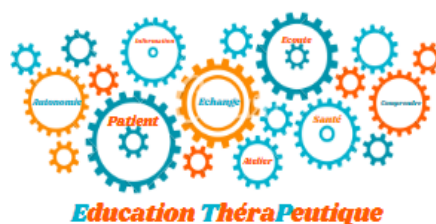
Pour vérifier la bonne appropriation des outils, une nouvelle enquête sera réalisée en fin d'année.

Actualités

Ateliers d'éducation thérapeutique Nous voulons répondre à vos attentes

3 ateliers d'éducation thérapeutique existent actuellement au CA3D

- ★ Le premier « **À LA POURSUITE DU REIN** » est proposé dans les différentes antennes et à l'UDM. En séance, les patients dialysés participent à un jeu de questions/ réponses sur différents aspects de la prise en charge de leurs pathologies. **26 ateliers ont été animés sur l'ensemble de la structure en 2023.**
- ★ Le second est l'atelier « **A TABLE** », proposé aux patients du parcours MRC au détour d'une journée HDJ. **9 ateliers ont été réalisés en 2023.**
- ★ Et enfin, l'atelier « **ET SI ON PARLAIT D'AUTRE CHOSE** », un nouvel atelier lancé à l'UDM en novembre. Cet atelier permet un échange autour de problématique sociale et professionnelle. Il sera proposé dans l'ensemble des antennes.



Le printemps est arrivé, et, avec lui, le CA3D a souhaité proposer des nouveautés en matière d'atelier d'éducation thérapeutique. Nous sommes donc venus recueillir vos avis et vos idées via un court questionnaire.

56 personnes ont répondu au questionnaire (1 médecin, 8 infirmiers et 47 patients).

Voici les sujets ayant reçu le plus d'intérêt.

- ⇒ **Le phosphore : comment protéger mes artères et mes os?**
- ⇒ **Activité physique adaptée ou comment rester en forme**
- ⇒ **Le potassium, une histoire de cœur**
- ⇒ **Poids sec : je prends du poids, pourquoi ?**

L'équipe ETP est en train de travailler pour vous proposer très prochainement des séances d'éducation thérapeutique sur ces 4 thèmes. Votre participation, vous patient ou professionnel sera recherchée avant la mise en place.

N'hésitez pas à nous faire part de vos besoins en terme d'information afin de mieux comprendre votre maladie ou votre prise en charge.

ON A BESOIN DE VOUS !

Guide pratique des personnes dialysées :

Actualités



GUIDE PRATIQUE DES PERSONNES DIALYSÉES

Etre bien informé sur son traitement permet de garder les rênes de sa vie et de prendre à chaque étape les décisions de manière éclairée. C'est ainsi que l'on devient acteur de sa santé et qu'il est possible de mieux vivre sa maladie.

Pour aider les patients, l'association France Rein a créé le guide pratique des personnes dialysées qui a pour objectif d'informer sur la maladie, les traitements, l'hygiène de vie, les prises en charge sociales, la vie professionnelle...

Voici un petit aperçu des sujets repris dans les 4 chapitres du guide

MEDICAL :

- ★ Bons gestes à adopter avant et après la séance de dialyse
- ★ Conseils diététiques pour une alimentation équilibrée et adaptée
- ★ Réduction des effets secondaires dû à la dialyse
- ★ Vie intime et sexuelle (prise en charge qui ont fait leur preuve)

SOCIAL :

- ★ Informations sur La Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) entité incontournable pour la plupart des demandes administratives
- ★ Aides dans les démarches: Comment obtenir la carte européenne d'invalidité, quid de l'Allocation aux Adultes Handicapés (l'AAH) ? ...

DIALYSE ET VIE PROFESSIONNELLE :

- ★ Disposition existante et compensation financière possible pour les patients dialysés.

VIE PRATIQUE :

- ★ Convention AERAS, dispositif qui permet d'assurer son crédit avec un risque aggravé de santé.
- ★ Les transports

Comment se procurer le guide ?

=> En le téléchargeant sur le site France Rein dans la rubrique "Médiathèque/Guides & brochures"

=> En vous procurant une version papier directement à l'association régionale France Rein Aquitaine

55 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny
33700 MERIGNAC

aquitaine@francerein.org

06 08 31 39 64



A la découverte : TOULOUSE

Après avoir découvert Bayonne, nous restons en France et allons voyager vers la « ville rose » : Toulouse. Elle est appelée de la sorte en raison de la couleur du matériau de construction traditionnel local, la brique de terre cuite.

Située dans le département de la Haute Garonne au sud-ouest de la France, Toulouse nous offre de magnifiques monuments à visiter et activités à faire. Nous retrouvons de nombreux édifices religieux tels que la basilique Saint-Sernin, le couvent des Jacobins, la cathédrale Saint-Etienne, la chapelle des Carmélites. Profitez d'une pause en terrasse pour découvrir la place du Capitole. Côté sportif, nous retrouvons l'équipe de Toulouse Football Club en ligue 1 au stadium et bien entendu le Stade toulousain au stade Ernest Wallon (parfois au stadium), détenteur de 22 boucliers de Brennus dont celui de la saison dernière.

Enfin, si vous êtes plutôt à avoir la tête dans les étoiles laissez vous tenter par la visite de la cité de l'espace.

Pour préparer votre séjour vous pouvez contacter

Unité d'autodialyse de PASTEUR,
11 Rue prends y garde,
31300 TOULOUSE, 05 61 17 33 33

Unité de dialyse AAIR Midi-Pyrénées
4 Rue du Dr Ferdinand Gendre,
31500 TOULOUSE, 05 61 11 92 44

Centre de dialyse St Exupéry
46 Avenue du Général de Croutte,
31100 TOULOUSE, 05 61 17 33 33



Basilique Saint-Sernin



Place du Capitole



Stade Ernest Wallon



Cité de l'espace



Couvent des Jacobins



IDÉES À DÉVELOPPER DURABLEMENT

Voici les actions déjà mises en place au sein du CA3D qui montrent notre engagement en terme de santé durable

La **SANTÉ DURABLE** repose sur 3 piliers essentiels :

- ⇒ La prise en compte du **bien-être physique, mental et social** de chaque individu.
- ⇒ L'engagement en faveur d'un **développement économique et social responsable et équitable**.
- ⇒ Le respect et la protection de **l'environnement et de la biodiversité**

WESAKO?



Acteur de son territoire

- ★ Le CA3D collabore avec plusieurs CPTS (Communautés Professionnelles Territoriales de Santé) pour permettre une meilleure coordination des professionnels sur les parcours de santé des patients.
- ★ Le CA3D dépose des documents pour chaque patient sur « mon espace santé ».
- ★ Le CA3D organise des soirées médicales à destination des médecins traitants pour mieux comprendre la néphrologie.
- ★ Le CA3D organise des journées de dépistage des maladies rénales pendant la semaine du rein.

- ★ 3 ateliers d'éducation thérapeutique sont proposés aux patients au sein du CA3D. En 2023, 113 patients ont pu bénéficier d'au moins 1 atelier.
- ★ 1 personne nommée et formée référent Handicap

Au service des patients



Eco-performant

- ★ Le CA3D réalise le bionettoyage des sols à la vapeur
- ★ L'arrêt des équipements biomédicaux lors des périodes de non utilisation
- ★ Green info auprès des salariés
- ★ Mise en place de détecteur de mouvement
- ★ Contrôle des températures dans les locaux
- ★ Chasses d'eau économes
- ★ Fermeture automatique des robinets
- ★ Réglage des traitements d'eau pour réduire la consommation en eau en garantissant une qualité de l'eau suffisante
- ★ Dons de matériel
- ★ Réduction du recours à l'usage unique

- ★ Organisation de journée « vis ma vie »
- ★ Parcours d'intégration formalisé pour les nouveaux arrivants (CDI & CDD)
- ★ Réunion d'expression
- ★ Mise en place du projet PROXIM Elsan depuis juillet 2023 pour résoudre ensemble les irritants du quotidien et parler également des accidents du travail et des souhaits des patients

Engagé pour ses collaborateurs



La recette du diet : Cassolettes de St-Jacques au vin blanc

Pour 4 personnes

- 400g de noix de St-Jacques
- 10cl de vin blanc
- 10cl crème liquide
- 4 échalotes
- poivre
- persil



- ★ Faites revenir 4 échalotes avec 1 cuillère à soupe d'huile d'olive.
- ★ Ajoutez un verre de vin blanc et laissez mijoter 3 min.
- ★ Ajoutez les noix de St-jacques à la préparation et laissez mijoter 3 min.
- ★ Ajoutez le persil haché, la crème, le poivre et laissez mijoter quelques minutes.
- ★ Servez dans des cassolettes.

390 mg de potassium par personne



JOUONS ENSEMBLE

	9	2	8					6
	3		5				7	9
			7	9	3	8		
5	7					6	1	
9			1	6	5			7
	2	6					8	5
			9	3	7	2		
2	4				8			9
3					4	5	2	

Solution

8	2	5	4	9	1	7	6	3
3	6	7	8	5	6	4	2	7
1	4	6	2	3	7	5	8	9
5	8	9	3	4	8	1	2	6
7	3	2	5	9	1	4	8	6
1	4	9	6	2	8	3	7	5
2	8	3	6	7	5	1	9	4
6	7	1	2	6	5	8	3	4
9	5	3	1	4	8	2	6	7