

24

bimestriel
février / mars 2013

INSPIREZ, EXPIREZ!
Détecter l'asthme



EMPORTEZ-MOI!

Saint-Luc

DÉCOUVRIR ET COMPRENDRE LE FONCTIONNEMENT DE VOTRE HÔPITAL

Magazine

WWW.SAINTLUC.BE

INFIRMIÈRE

Une journée de travail



HYGIÈNE

Des salles d'op'
100% propres!



Soins
aux femmes
**PARCE QUE
VOUS ÊTES
PRÉCIEUSE...**



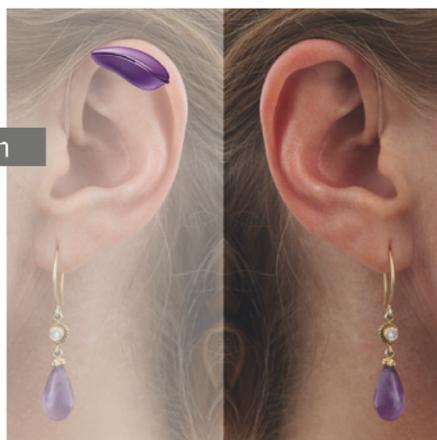
Cliniques
universitaires
Saint-Luc

audiSon

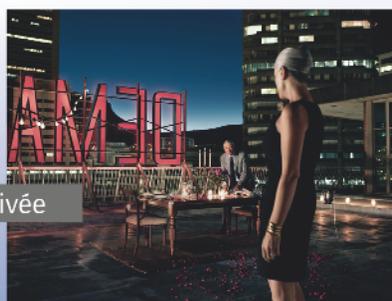
la solution auditive !

en toutes circonstances...

discrétion



vie privée



travail



loisirs



design



technologie



Venez tester votre audition
GRATUITEMENT*

* Test à but non médical



APPAREILS AUDITIFS TOUTES MARQUES

RÉPARATION • ENTRETIEN • ACCESSOIRES

Parvis Saint Pierre 8 • 1180 Bruxelles
Square Edmond Machtens 19 • 1080 Bruxelles

• 02/344 59 96
• 02/410 05 56

www.audison.be

SOUTENIR LES FEMMES dans les moments difficiles

À l'occasion de la Journée mondiale de la Femme, le 8 mars, Saint-Luc Magazine a décidé de mettre en évidence trois prises en charge destinées spécifiquement aux femmes: les vertus de l'hypnose lors d'un accouchement, la reconstruction mammaire après un cancer du sein et l'accueil des victimes de viol aux Urgences. Des sujets forts, délicats, pour des événements qui touchent les femmes dans ce qu'elles ont de plus intime: leur corps... Mesdames, mesdemoiselles, quelle que soit l'épreuve que vous traversez, vous n'êtes pas seules: nos équipes médicales et paramédicales sont là, pour vous. Car, oui, on peut accoucher sans (trop de) douleur, on peut reconstruire un sein, on peut se remettre d'un viol! Et nous mettons tout en œuvre pour vous y aider.



Bonne lecture,

JEAN-FRANÇOIS GIGOT

Directeur médical de Saint-Luc

**CANCER DU SEIN, ACCOUCHEMENT,
VIOL... DES ÉVÈNEMENTS QUI
TOUCHENT AU PLUS INTIME**

Soutenez la Fondation Saint-Luc
la Fondation des Cliniques
universitaires Saint-Luc
www.fondationsaintluc.be
Compte n°: 191-0367771-10



En page 21

Au Quartier opératoire, on ne badine pas avec les règles d'hygiène!

+ NEWS (5)

Toutes les infos qui font l'actualité de l'hôpital

+ ZOOM (6 à 7)

Pour diagnostiquer et suivre l'asthme, Brigitte, une patiente, passe un test respiratoire dans une drôle de cabine

+ DOSSIER SPÉCIAL SOINS

INTIMES AUX FEMMES (8 à 15)

+ RECONSTRUCTION MAMMAIRE (8 à 9):

Les chirurgiens plastiques de Saint-Luc reconstruisent le(s) sein(s) que le cancer a «pris» aux patientes

+ **S.O.S. VIOL (10 à 11):** Après une agression sexuelle, rendez-vous aux Urgences. Les victimes y sont accueillies avec tous les égards possibles

+ ACCOUCHEMENT ET

HYPNOSE (13 à 15): De plus en plus de femmes enceintes recourent à l'«auto-hypnose» pour leur accouchement

+ TOP CHRONO (16 à 19)

À quoi ressemble la journée de travail d'une infirmière?

+ SÉCURITÉ PATIENT (21 à 22)

Au Quartier opératoire, l'hygiène peut être une question de vie ou de mort

24



© Photos: Cliniques Saint-Luc / H. Depasse

février / mars 2013

Saint-Luc Magazine

est une publication du Service de communication des Cliniques universitaires Saint-Luc A.S.B.L.

+ Conception et réalisation

VIVIO

Rue Rodenbach 70

1190 Bruxelles

Tél. +32 2 640 49 13

Fax + 32 2 640 97 56

E-mail: pv@vivio.com

Internet: www.vivio.com

+ Éditeur responsable

Renaud Mazy

Cliniques universitaires Saint-Luc A.S.B.L.

Avenue Hippocrate 10

1200 Bruxelles

Tél. +32 2 764 11 11

Fax + 32 2 764 37 03

+ Rédacteur en chef

Thomas De Nayer

+ Coordination de la rédaction Saint-Luc

Géraldine Fontaine et Caroline Bleus

E-mail: geraldine.fontaine@uclouvain.be

caroline.bleus@uclouvain.be

+ Coordination de la rédaction VIVIO

Candice Leblanc

E-mail: cl@vivio.com

+ Secrétariat de rédaction

Claudine De Kock

+ Rédaction

Barbara Delbrouck, Aude Dion, Thomas Coucq,

Candice Leblanc

+ Maquette

Marie Bourgois

+ Mise en pages

Jan Smet

+ Photos et illustrations

Laetizia Bazzoni, Hugues Depasse, Frédéric Raevens

+ Régie publicitaire

VIVIO

Florence Constant

Tél. +32 2 533 94 20

Mobile +32 495 543 023

E-mail: fc@vivio.com

+ Impression

Symeta S.A.

+ Bimestriel

Tirage 15.000 exemplaires



MIXTE
Papier issu de
sources responsables
FSC® C011145

Les articles, opinions, dessins et photos contenus dans le magazine le sont sous la seule responsabilité de leurs auteurs. Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction réservés pour tous pays. La publicité est indépendante du contenu rédactionnel. Les Cliniques universitaires Saint-Luc ne sont pas responsables du choix des annonceurs présents dans le magazine.



QUALIAS

Bandagisterie - Orthopédie - Optique - Audition

Porteuse Mutualité chrétienne

Qualias, le spécialiste en location de matériel d'aide et de soins.

Large gamme de matériel de location qui simplifie le retour ou le maintien à domicile et facilite la vie du patient, de son entourage et de ses aidants.

Matériel tel que voiturette, cadre de marche, aérosol, pèse bébé, tire-lait, compresseur pour matelas alternant, table de lit, pied à perfusion, lit électrique, lève personne, chaise percée...

Nos points de vente disposent également d'un service de livraison à domicile pour les articles volumineux. Nos équipes de techniciens se chargent du montage du matériel et en expliquent le fonctionnement.

**Renseignez-vous au 0800 10 9 8 7
ou sur www.qualias.be**

nos magasins



Bruxelles

Ixelles 02/644.51.31

Hainaut oriental

Anderlues 071/54.83.95

Charleroi 071/30.27.72

Châtelet 071/38.20.37

Chimay 060/41.40.29

Courcelles 071/46.81.51

La Louvière 064/22.25.60

Montigny 071/51.90.00

Soignies 067/64.58.26

Gilly 071/41.57.70

Nalinnes 071/22.82.29

Brabant wallon

Jodoigne 010/86.09.07

Nivelles 067/89.36.81

Court-St-Etienne 010/61.85.04

Luxembourg

Arlon 063/21.31.95

Marche 084/32.09.01

Libramont 061/23.01.50

Namur

Couvin 060/31.03.15

Dinant 082/21.36.30

Namur 081/24.48.45

Tamines 071/77.52.70

Walcourt 071/66.06.71

Bouge 081/20.99.48

Andenne 085/61.34.02

Hainaut Picardie

Ath 068/55.33.55

Comines 056/85.32.30

Mons 065/34.24.40

Mouscron 056/56.12.60

Tournai 069/84.44.84



Du lundi
au jeudi soir
10%
sur le plat
sur présentation
de ce bon

Au coeur d'une zone piétonnière retirée de toute agitation urbaine, ce restaurant vous invite à découvrir des sensations d'ici... et d'ailleurs...

Grand choix de salades, viandes, woks, couscous, tajines, etc...

SALLE DE BANQUET / SÉMINAIRE À L'ÉTAGE

Promenade de l'Alma 47 - 1200 Bruxelles - 02 770 92 38
restodicaidailleurs@hotmail.fr
Fermé le dimanche



Vous souhaitez
placer une insertion
publicitaire dans
Saint-Luc Magazine?

CONTACTEZ

Florence Constant,
responsable commerciale
Tél.: 0495 543 023
E-mail: fc@vivio.com



© Photos: Clin.univ.St-Luc / H. Depasse

+ TRAVAUX

Un site web pour les nouvelles Urgences

Les travaux du nouveau Service des urgences, qui accueille chaque année près de 60.000 patients, ont commencé depuis plusieurs mois déjà. Vous pouvez en suivre la progression, en temps réel, sur le site www.saintluc.be/actualites. La fin des travaux est prévue dans un an.

Retrouvez toutes les vidéos des Cliniques Saint-Luc (présentation des services, techniques de pointe, prévention, etc.) sur notre chaîne YouTube!
Rendez-vous sur www.youtube.com/cliniquesuclsaintluc.

+ S'INFORMER

Découvrir Saint-Luc

Afin de mieux connaître les Cliniques universitaires Saint-Luc, nous mettons gratuitement différents supports d'information à votre disposition: DVD, magazine et lettre d'information électronique mensuelle.

Pour les obtenir, complétez le coupon-réponse ci-dessous et renvoyez-le à *Cliniques universitaires Saint-Luc-Service Communication, Avenue Hippocrate 10, 1200 Bruxelles* ou envoyez un e-mail à communication-externe-saintluc@uclouvain.be.



© istockphoto

+ Nom:

+ Prénom:

+ Rue et n°:

+ Code postal et commune:

+ E-mail:

+ Profession: employé - indépendant - étudiant - (pré)retraité - autre:

Je souhaite recevoir (cochez)

- le DVD «Un hôpital aux mille visages»
- Saint-Luc Magazine par la poste
- la lettre d'information électronique mensuelle «e-M@g Saint-Luc»



Offre limitée / Envoi en Belgique uniquement / Les membres du personnel de Saint-Luc sont invités à se servir dans les présentoirs disposés à l'hôpital / Retrouvez également Saint-Luc Magazine sur internet: www.saintluc.be/actualites / Attention: les coupons illisibles ou mal complétés ne seront pas retenus.

+ PAIEMENT

Carte ou cash?

Suite à un vol commis il y a quelques mois au Service comptabilité, les Cliniques universitaires Saint-Luc invitent leur personnel, les patients et les visiteurs à préférer les paiements par carte bancaire. Que ce soit pour acheter un magazine, payer un sandwich ou encore régler un acompte aux Admissions, en privilégiant Proton et Bancontact, nous diminuerons les mouvements d'argent liquide au sein de l'hôpital... qui deviendra ainsi une cible moins tentante pour les personnes mal intentionnées.



En Belgique, 6 à 10% de la population souffre d'asthme. Pour le diagnostic comme pour le suivi de leur maladie, les asthmatiques doivent passer des tests visant à mesurer leur capacité respiratoire. Dans une machine qui ressemble un peu à un aquarium!

CANDICE LEBLANC

BON À SAVOIR

Le Service de pneumologie de Saint-Luc, c'est:

- ▶ une unité de fonction respiratoire comprenant 5 stations de spirométrie, dont 2 cabines de pléthysmographie,
- ▶ 6.000 tests respiratoires par an,
- ▶ 7 pneumologues dont 2 spécialisés dans l'asthme et l'allergie, et 4 assistants en pneumologie.

ASTHME: comme dans



On associe souvent l'asthme à des crises d'étouffement. Ce n'est pas faux, mais cette maladie chronique ne se réduit pas à ce seul symptôme! Elle peut également se manifester par des quintes de toux, des sifflements respiratoires, notamment à l'effort, des glaires (expectorations)... En effet, la caractéristique de l'asthme est une inflammation et une obstruction plus ou moins importante et variable des bronches. Durant les crises, le passage de l'air peut devenir très difficile. Tant pour le diagnostic que pour le suivi, direction le Service de pneumologie et la Clinique de l'asthme de Saint-Luc! Brigitte, une patiente, va passer une spirométrie, un test de mesure des capacités respiratoires.

Comment mesurer la respiration?

Le principal rôle de la spirométrie est d'évaluer s'il existe une obstruction des bronches et quelle est son importance. Pour cela, Brigitte s'installe dans une cabine de pléthysmographie. «Brigitte



un aquarium!



L'OBSTRUCTION BRONCHIQUE DE L'ASTHME EST RÉVERSIBLE

va tout d'abord se forcer à expirer le plus rapidement et profondément possible dans un embout relié à un spiromètre», explique le Dr Charles Pilette, responsable de la Clinique de l'asthme. «Cet exercice nous permet de mesurer son VEMS, le Volume Expiré Maximal en une Seconde. La mesure obtenue est ensuite rapportée à une valeur appelée capacité vitale (forcée ou non), c'est-à-dire la quantité totale d'air qui peut être respirée par Brigitte. Si le rapport est inférieur à 70%, c'est-à-dire si Brigitte n'a pas réussi à expirer en une seconde au moins 70% de l'air total expiré, il y a probablement une obstruction des bronches.»

L'ASTHME COMMENCE-T-IL DANS L'ENFANCE?

Pas forcément! Si trois quarts des asthmes, d'origine allergique, se déclarent avant trente ans, 25% des cas se manifestent plus tard dans la vie. Ils sont plus souvent liés à un excès de poids, à un reflux (RGO) ou encore à une inflammation particulière des bronches.

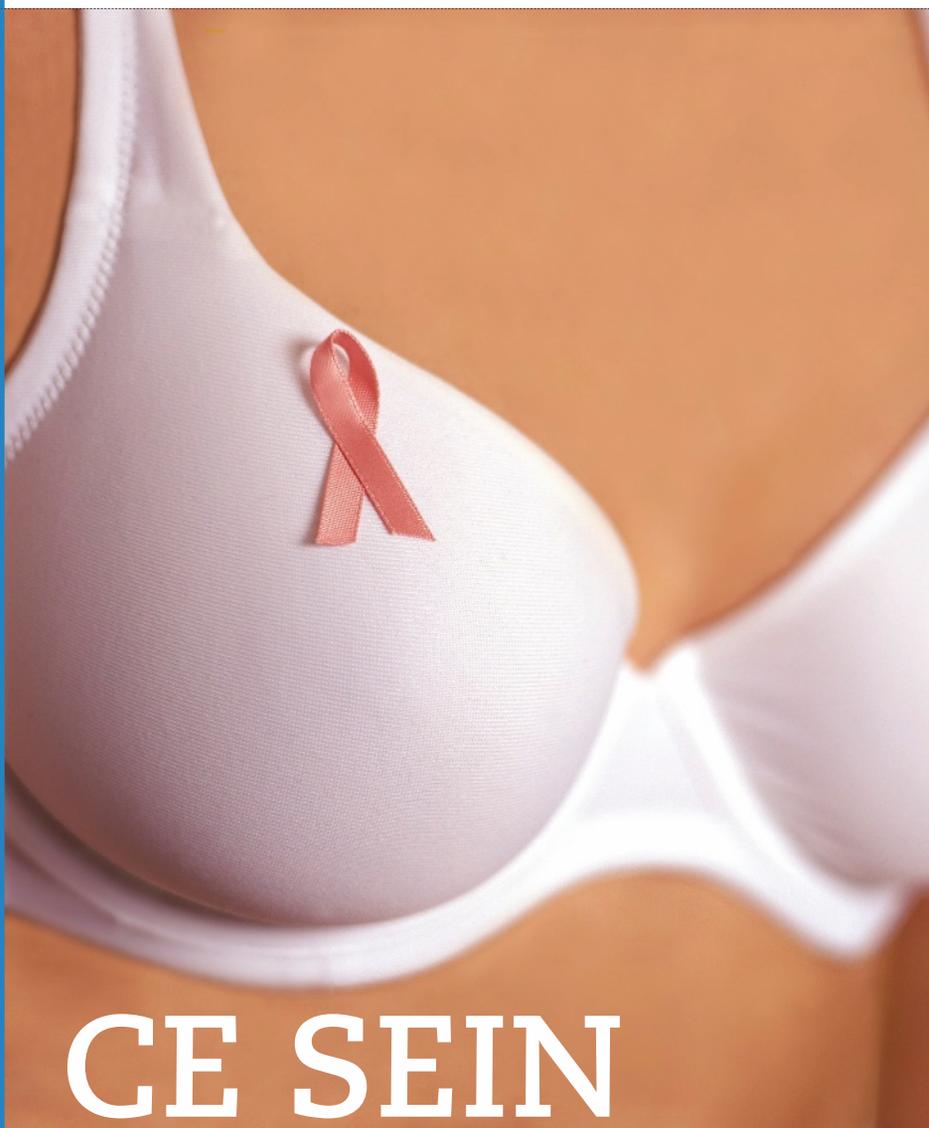
D'autres examens

Mais pour poser le diagnostic de l'asthme, les tests ne se limitent pas à ces premières mesures de spirométrie⁽¹⁾. Si le VEMS est anormal, le patient est soumis à un test de réversibilité. On lui administre un médicament, le Ventolin, qui décontracte les muscles entourant les bronches. Un quart d'heure plus tard, une seconde spirométrie est réalisée. Si les valeurs sont normalisées, il y a peu de doute, nous sommes face à un asthme! Car, contrairement à d'autres maladies respiratoires, l'obstruction bronchique de l'asthme est réversible. Si le VEMS est normal, il faut alors réaliser un test d'hyperréactivité bronchique. Il s'agit de faire inhaler au patient de l'histamine, une substance qui contracte les muscles des bronches. En cas d'asthme, celui-ci réagira même à une faible dose. //

⁽¹⁾ Dans certaines formes d'asthme (à éosinophiles), le NO, un gaz produit en excès par les bronches des asthmatiques, peut également être mesuré.

Un tiers des cas de cancer du sein débouchent sur l'ablation totale ou partielle du sein malade. Heureusement, il existe des solutions de reconstruction mammaire. Petit passage en revue des différentes étapes et techniques de ces chirurgies plastiques.

CANDICE LEBLANC



CE SEIN que je ne saurais VOIR...

À 30 ans comme à 70, perdre un sein suite à un cancer est une épreuve. Si chaque femme réagit différemment, selon son histoire, ses représentations et son rapport à son corps, aucune ne peut rester indifférente à la perte d'un des symboles absolus de la féminité. «La reconstruction mammaire était pour moi plus qu'une coquetterie», raconte, émue, Jacqueline, 62 ans.

«Dès le diagnostic, elle a été mon but, mon phare dans la nuit, la perspective à laquelle je me raccrochais pour tenir le coup pendant les traitements. J'ai tout supporté, tout enduré, parce que je savais que les médecins me rendraient le sein que la maladie m'avait pris. Cinq ans plus tard, je crois encore que c'est cet espoir qui m'a sauvée...»

LES TECHNIQUES DE COMPLEMENT DE VOLUME

- ▶ Les chirurgiens plastiques de Saint-Luc effectuent une cinquantaine de reconstructions mammaires par an.
- ▶ La technique du «grand dorsal» (60% des cas à Saint-Luc) consiste à prélever de la peau et du muscle au niveau du dos et à les ramener en avant, pour reconstruire le sein.
- ▶ Il existe des dizaines de modèles d'implants mammaires (30% des cas) différents, en taille et en forme. Les prothèses PIP, qui ont défrayé la chronique il y a quelques mois, n'ont jamais été utilisées à Saint-Luc.
- ▶ Le DIEP (10% des cas) consiste à prélever des tissus abdominaux sous le nombril et à les greffer sur le site de la reconstruction mammaire.

LE LIPOFILLING, UNE TECHNIQUE D'AVENIR?

Le lipofilling consiste à prélever de la graisse à la patiente, à la purifier et à la réinjecter dans le sein à reconstruire. Si le rendu semble être plus esthétique, une partie de la communauté scientifique reste prudente concernant cette technique dans le cadre du comblement d'une tumorectomie. D'aucuns craignent qu'à terme, elle augmente les risques de rechute ou de récurrence. À Saint-Luc, par prudence, cette technique n'est utilisée que dans certains cas et réalisée en plusieurs séances.

© Corbis

La reconstruction totale d'un sein prend au moins SIX MOIS

Un long chemin...

Dans le traitement du cancer du sein, le geste chirurgical est pratiquement inévitable: il faut enlever la tumeur. Dans la plupart des cas, celle-ci peut-être retirée en préservant la majorité des tissus mammaires (tumorectomie). Mais parfois, le sein ne peut être épargné et doit être complètement enlevé. C'est la mammectomie ou mastectomie.

Dans ce cas, il faut le plus souvent attendre environ un an après la fin des traitements (radiothérapie, chimio, etc.) pour entamer le long processus de la reconstruction mammaire. Car en cas d'ablation totale du sein, il y a trois étapes: la reconstitution du volume, la «symétrisation» et la reconstitution du mamelon et de l'aréole. Le tout s'étalant sur au moins six mois.

Les deux mêmes

La première étape consiste d'abord à remplacer les glandes mammaires (qui ont été enlevées) par un autre volume. Plusieurs solutions de «comblement» existent: soit on pose un implant mammaire, soit on recourt aux techniques dites «autologues» qui consistent à prélever des tissus sur le corps de la patiente et à les lui greffer en lieu et place du sein manquant, soit on combine les deux (voir encadrés). Dans plus de la moitié des cas, il faut ensuite ajuster la symétrie. «Outre un volume égal, les deux seins doivent être à la même hauteur et avoir la même forme», ajoute le Dr François Château, chirurgien plasticien à Saint-Luc. «Pour cela, nous n'opérons pas forcément le sein touché par le cancer; nous pouvons aussi augmenter ou réduire le volume de l'autre sein.»

La cerise sur le gâteau!

Une fois les deux seins «sculptés» à l'identique, place aux finitions! «Pour reconstruire un mamelon, soit on prélève et on greffe une partie de l'autre mamelon, soit on fait un «nœud» avec la peau du sein nouvellement construit, que l'on tatouera plus tard pour lui donner la bonne couleur», poursuit le Dr Château.

Quant à l'aréole, la partie pigmentée du mamelon, on peut tatouer ou travailler à partir d'une greffe, en prélevant de la peau dans la région de l'aîne. Une fois greffés, les tissus de cette zone se pigmenteront naturellement lorsqu'ils seront exposés à la lumière.

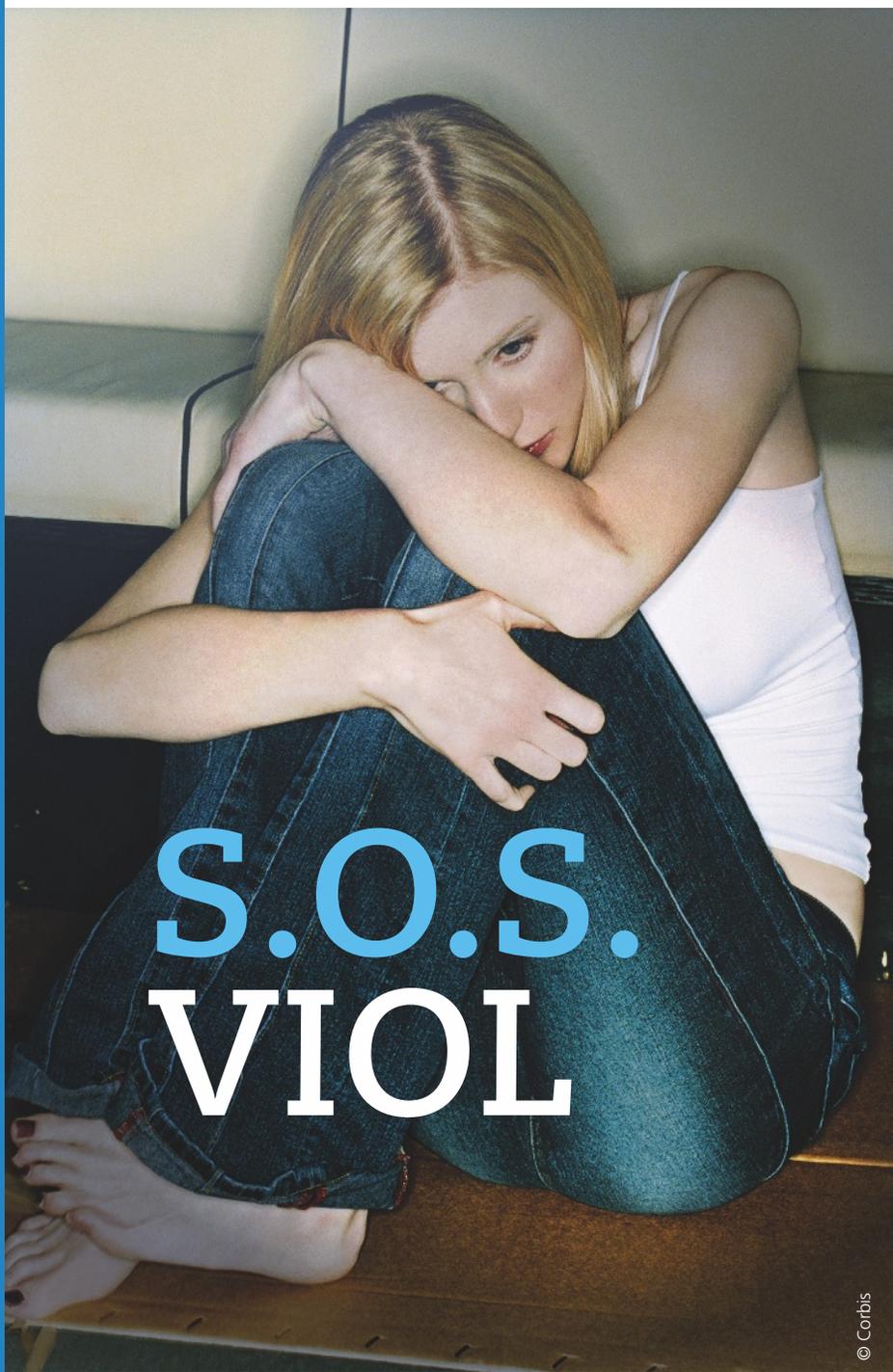
Quid du résultat?

Si le résultat esthétique de la reconstruction mammaire peut être réellement bluffant, il ne faut pas non plus s'attendre à un miracle, sous peine d'être déçu. «Il est impossible de garantir aux patientes qu'elles auront exactement la même poitrine qu'avant», prévient le Dr Château. «Certains types de seins - les petits ou ceux qui tombent, par exemple - sont plus difficiles à reconstruire que d'autres. Le risque de complications post-opératoires ne peut pas non plus être écarté.» Et la sensibilité, alors? «Au bout de quelques mois, le sein reconstruit et la peau qui le recouvre retrouvent une certaine sensibilité de contact. Mais ils ne seront jamais plus érogènes, pas plus que le mamelon qui restera insensible.» Un inconvénient dont de nombreuses femmes, ravies de retrouver une poitrine «normale», s'accommodent aisément... //

Être victime d'une agression sexuelle est l'une des expériences les plus terribles que l'on puisse vivre. Pourtant, il est possible de s'en remettre...

Aux Urgences de Saint-Luc, un protocole multidisciplinaire existe pour accueillir ces patient(e)s en plein désarroi.

CANDICE LEBLANC



S.O.S. VIOL

© Corbis



LE SAS, UNE ARME JUDICIAIRE

Tous les hôpitaux ont en stock des sets d'agression sexuelle (SAS), un ensemble de documents officiels et de récipients destinés à recueillir les preuves matérielles d'une relation sexuelle non consentie: sperme, poils, cheveux, peau sous les ongles, etc. Le SAS est ensuite remis aux policiers, qui l'enverront directement pour analyse à l'Institut national de criminologie et criminalistique.

Samedi, 2 heures du matin. Une femme arrive aux Urgences de Saint-Luc, hagarde, ses bras serrés autour d'elle. Elle semble perdue, effrayée. Quand l'infirmière de l'accueil lui demande ce qui l'amène, la femme est incapable d'articuler un mot. En l'examinant plus attentivement, l'infirmière remarque des traces de coups sur son visage et dans son cou. Elle décroche aussitôt le téléphone et prévient le responsable des Urgences qu'une possible victime de viol vient d'arriver. Le protocole est mis en route et la femme est immédiatement prise en charge par l'équipe soignante.

Pourquoi l'hôpital?

«Beaucoup l'ignorent, mais même si c'est très difficile, la meilleure chose à faire après une agression sexuelle, c'est de se rendre aux Urgences», explique Étienne Vermeiren, psychologue et responsable du Centre de référence pour le traumatisme psychique de Saint-Luc. «Il ne faut pas avoir peur: nous avons un protocole spécifique et un personnel soignant spécialement formé à la prise en charge de ces patient(e)s. Tout est fait pour les ménager et les aider le plus efficacement possible, dans l'immédiat, mais aussi à moyen et à long termes.»

Ce protocole comporte des volets médicaux, psychologiques et légaux.

Si elle le souhaite, la victime peut également être entendue par un policier. En effet, Saint-Luc a passé un accord avec la police de la zone, qui vient directement aux Urgences prendre la déposition de la victime et, le cas échéant, lancer les recherches pour retrouver l'agresseur. «Bien entendu, jamais nous ne forcerons une patiente à porter plainte», précise Étienne Vermeiren. «Mais nous l'informons de ses droits et nous l'encourageons à le faire.»

L'examen médical

Dans tous les cas, la victime est d'abord examinée par un médecin et par un gynécologue. Objectifs: la soigner et la soulager, mais aussi constater d'éventuelles lésions et prélever sur son corps les preuves matérielles du viol (voir encadré). En cas de procédure judiciaire, cette collecte d'indices permettra de battre en brèche le «parole contre parole».

La patiente est ensuite vue par un infectiologue. Car outre l'horreur du viol, si l'agresseur n'a pas mis de préservatif, elle n'est pas à l'abri d'une infection sexuellement transmissible (sida, hépatite, etc.). Heureusement, l'infectiologue peut prescrire des traitements de prophylaxie (de prévention) à la patiente, ainsi qu'une pilule du lendemain, afin d'éviter une grossesse non désirée.

BON À SAVOIR

- ▶ Psychologiquement parlant, le terme «traumatisme» désigne une blessure psychique, la confrontation à un événement soudain, brutal, imprévu qui confronte à la réalité de la mort et bouleverse profondément le rapport à la vie et aux autres.
- ▶ Le syndrome de stress post-traumatique (SSPT) est une forme de trouble anxieux qui se développe à la suite d'un événement traumatisant, des mois, parfois des années après celui-ci. La personne ne cesse de le revivre à travers des flashes, des cauchemars, etc.

Plus d'infos dans le Saint-Luc Magazine n°16 (pp 12-13).

Le premier
réflexe à
avoir après
un VIOL, c'est
D'ALLER AUX
urgences

Un soutien à long terme

Dernier volet, et non des moindres, la prise en charge psychologique. «Le viol est l'un des événements les plus traumatisants qui soient», explique Étienne Vermeiren. «Il affecte profondément le rapport à l'autre, à la sexualité, à l'être humain en général. La victime se sent sale, coupable, elle a honte, elle a peur... Notre rôle est de l'accompagner durant toute sa prise en charge aux Urgences, mais aussi après, dans les semaines et les mois qui suivent.» Pour cela, les psychologues de Saint-Luc la revoient autant de fois que nécessaire. But: l'aider à mobiliser ses ressources intérieures, afin de trouver en elle la force de surmonter cet événement. Car, contrairement à une idée reçue, il est possible de se remettre d'un viol. «Une agression sexuelle n'est pas une condamnation à vie!», insiste Étienne Vermeiren. «La plupart des victimes peuvent être efficacement aidées. Certes, on n'oublie jamais, mais on peut vivre avec, retrouver le bonheur, une vie sexuelle épanouissante et la confiance en soi, en la vie, en les autres. À cet égard, le soutien des professionnels de la santé et de l'entourage proche est déterminant. D'expérience, je peux vous dire que ce ne sont pas les victimes qui ont subi «le plus» qui se remettent le moins. Ce sont celles qui ne se sont pas senties reconnues dans leur souffrance. Or, il n'est jamais trop tard pour se faire aider...» //

(RE)CHERCHE

DES DONS POUR LA VIE

**SOUTENEZ LA RECHERCHE CLINIQUE
A SAINT-LUC**

**VOTRE DON EST BIENVENU SUR LE COMPTE :
191-0367771-10**



www.fondationsaintluc.be | T.02 764 15 23

Dons déductibles fiscalement à partir de 40€



RENSEIGNEMENTS >> Les séances se déroulent à l'Unité 11, située au 10^e étage. //
Tél.: 02 764 11 03.

L'HYPNOSE pour un accouchement SEREIN



Yoga, sophrologie, haptonomie... Les techniques de préparation à la naissance sont nombreuses. À Saint-Luc, des sages-femmes proposent l'hypnose pour se préparer en douceur à cet événement très spécial.

BARBARA DELBROUCK

BON À SAVOIR

Même sans préparation, un accompagnement hypnotique peut être proposé spontanément par un anesthésiste ou une sage-femme formés à l'hypnose. Face à des douleurs très violentes, une forte anxiété par rapport au placement de la péridurale ou à l'anesthésie pour une césarienne, l'hypnose aide la patiente à se détendre et à rester immobile.



© CUSL / Hugues Depasse

Mardi, 14h. Sur la porte du bureau de Sabine Peckel, sage-femme à Saint-Luc, on peut lire cette inscription étonnante: «séance d'hypnose en cours». À l'intérieur, Cécile, future maman, est allongée, les yeux fermés. Son esprit est bien loin de l'hôpital! Accompagnée par la voix de Sabine, la jeune femme s'imagine dans un chalet en pleine montagne. Elle se concentre sur l'odeur de pin qui émane des poutres en bois, du feu qui crépite dans la cheminée, la chaleur agréable qui irradie sa peau, le moelleux du canapé dans lequel elle s'enfonce confortablement... À l'extérieur, l'orage gronde, mais elle se sent à l'abri dans ce lieu rassurant. C'est le havre de paix dans lequel elle pourra se réfugier lorsqu'elle fera face aux douleurs de l'accouchement.

Réduire la douleur et l'anxiété

«Pour des raisons médicales, je ne pourrai pas avoir recours à la péridurale», confie Cécile. «Et je compte sur l'hypnose pour mieux gérer la douleur pendant le travail.» Mais cette technique est généralement proposée en complément de la péridurale. «L'état hypnotique ne supprime pas la douleur, mais il permet de la réduire d'environ 50%», souligne le Pr Fabienne Roelants, anesthésiste responsable au bloc d'accouchement et formée à l'hypnose. «Et surtout, il diminue l'anxiété d'environ 50 à 80%.» Voilà pourquoi les sages-femmes, Virginie Douillet et Sabine Peckel, ont eu l'idée, en 2010, d'ouvrir une consultation prénatale axée sur l'utilisation de l'hypnose, grâce à la Fondation Saint-Luc

Vitatel

un système de télé-assistance

24 heures sur 24

pratique et facile à utiliser

Le système VITATEL de PSD, une solution simple et fiable d'assistance à distance qui relie 24 heures sur 24 une personne âgée, isolée, handicapée, convalescente... à son réseau d'aide, partout en Wallonie et à Bruxelles.



vitatel

Renseignez-vous au

081/41 29 29 • www.vitatel.be



Vitatel, un service de l'asbl

PSD
PERMANENCE SOINS A DOMICILE asbl

L'embellie

Magasin spécialement destiné aux femmes atteintes par le cancer.



Perruques



Prothèses
mammaires



Foulards, turbans,
chapeaux



Lingerie



Maillots



Beauté - santé
lecture

Chaussée de Louvain, 989
5022 Cognelée (Namur)

La boutique est accessible par les transports en commun et facile à trouver. Parking aisé.

Pour votre rendez-vous
0 8 1 / 2 0 . 7 0 . 5 0

info@embellie.be

www.embellie.be

Nouveau

Notre boutique en ligne



La qualité et le service de l'embellie dans une boutique en ligne simple et conviviale. Retrouvez, en un clic, tous nos articles sans vous déplacer.

www.bellepourguerer.com



© CUSL / Hugues Depasse

qui leur a permis de se former. Les futures mamans y apprennent à se mettre elles-mêmes en état d'hypnose. «Il s'agit pour elles de découvrir leurs propres ressources», explique Sabine Peckel. «C'est un outil qu'elles pourront utiliser le jour de l'accouchement, mais pas seulement! L'auto-hypnose peut être utile avant et pendant la grossesse pour réduire les angoisses, ainsi qu'après la naissance: pendant l'allaitement, pour mieux gérer les pleurs du bébé ou encore, plus tard, lors d'une visite chez le dentiste par exemple!»

L'hypnose, qu'est-ce que c'est?

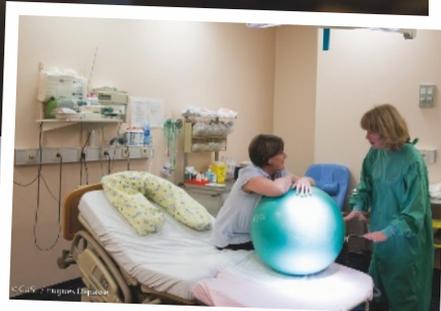
«L'hypnose correspond à la focalisation de l'attention sur une chose qui nous fait oublier ce qui se passe autour de nous», explique le Pr Roelants. «Nous entrons tous régulièrement en état d'hypnose. Dès que notre esprit vagabonde, nous sommes en quelque sorte en transe hypnotique. Comme lorsque nous conduisons une voiture et que nous pensons à autre chose, au travail, par exemple.» «Dans le cadre médical, cet état particulier permet de créer une sorte de dissociation entre le corps douloureux et l'esprit», ajoute le Pr Christine Watremez, anesthésiste



EN CHIFFRES

- ▶ **70** mamans ont été préparées à l'accouchement depuis mai 2010.
- ▶ L'accompagnement consiste en **5 à 6** séances, étalées entre la 28^e et la 40^e semaine de grossesse.
- ▶ **6** sages-femmes sont formées à l'hypnose dans le Service obstétrique.
- ▶ **72** soignants (médecins, infirmières, etc.), tous services confondus, sont formés à l'hypnose.

également formée à l'hypnose. «La personne qui induit l'hypnose utilise une série de techniques: elle change sa manière de parler, module sa voix, choisit des mots à consonance positive... Objectif: faire entrer le patient dans cet état de conscience modifiée. Mais il faut que celui-ci soit coopérant, en confiance et motivé. Il garde toujours le contrôle et peut en «sortir» à tout moment. Pour reprendre l'exemple de tout à l'heure, même perdus dans nos pensées, au volant, nous sommes capables de réagir aux aléas de la circulation!»



Une préparation globale à la naissance

Au-delà de l'apprentissage de l'hypnose, les sages-femmes proposent une préparation globale à la naissance. «La quatrième séance se déroule dans la salle d'accouchement», raconte Sabine Peckel. «La future maman fait connaissance avec l'endroit et le matériel, elle se familiarise avec le lit d'accouchement, s'entraîne à pousser, à respirer, etc. Nous passons en revue le déroulement concret du jour J, en compagnie du papa. Une semaine avant l'accouchement, nous réalisons l'ultime séance qui va lui permettre, en se concentrant sur sa valise pour la maternité, d'anticiper positivement la suite des événements: le départ de la maison, l'arrivée à l'hôpital, l'accouchement, l'arrivée de bébé et puis le retour à la maison. Grâce à cette préparation, les mamans apprennent à s'écouter, se détendre et la relation avec leur bébé n'en est que plus sereine!» //

À l'hôpital, les infirmières sont incontournables. Pourtant, leur travail est méconnu. Saint-Luc Magazine a suivi Isabelle Hayois, infirmière en neurologie, pendant une journée. L'occasion également de découvrir le quotidien d'une unité d'hospitalisation.

THOMAS COUCCQ

Sur les pas des



7h00

Infirmière, au rapport!

Son manteau à peine déposé au vestiaire, Isabelle Hayois salue ses collègues. Pas le temps de faire un brin de causette, les infirmières de nuit, font leur rapport à l'équipe de jour dont Isabelle fait partie. Une étape indispensable afin d'assurer la continuité des soins.



7h30

Au programme

Un patient est arrivé aux Urgences hier soir, victime d'un accident vasculaire cérébral (AVC). Il a été transféré ici, et plus particulièrement au sein de la Stroke Unit, une unité spécialisée dans la prise en charge des AVC, où Isabelle va faire sa journée. Ce type de patients nécessite une surveillance accrue. Aujourd'hui, c'est donc Isabelle qui s'occupe d'eux. L'infirmière prend connaissance du programme de la journée: les entrées et les sorties des patients, les examens qu'ils doivent passer, etc. Monsieur Pierre, par exemple, l'un des patients de la Stroke Unit, doit passer une résonance magnétique à 10h. Il faudra qu'elle le prépare.



L'INFIRMIÈRE, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Le rôle de l'infirmière ne se limite pas à la préparation et à l'administration des médicaments ou au suivi du patient. Elle joue également un rôle de soutien psychologique. «Le simple fait d'expliquer à un patient ou à sa famille ce qui l'attend ou l'intérêt de tel ou tel traitement permet déjà de les rassurer», explique Isabelle Hayois. Une oreille compatissante et un contact humain souvent reconfortants face au poids de la maladie.

FEMMES EN BLANC



7h45

Un contrôle régulier

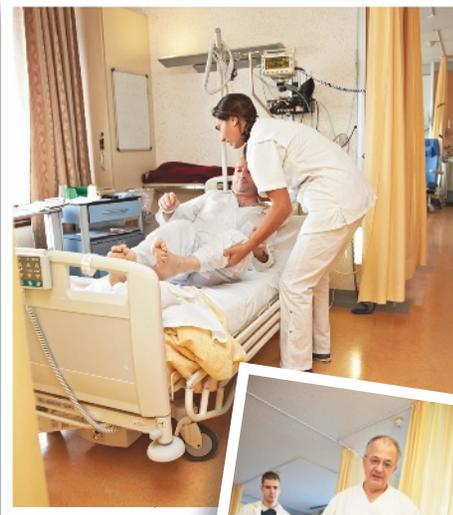
Isabelle mesure les paramètres de chaque patient: tension artérielle, pouls, température, glycémie (taux de sucre dans le sang), débit urinaire... Elle effectue les prélèvements sanguins, administre les traitements et évalue également leur état de conscience. «Ce sont des patients à haut risque de complications», explique-t-elle. «Nous vérifions donc qu'ils se portent bien et ne tombent pas dans le coma.» Isabelle effectue ces contrôles à intervalles réguliers: tous les quarts d'heure ou les demi-heures pour certains patients, toutes les quatre heures pour les autres...



EN CHIFFRE

L'Unité d'hospitalisation de neurologie, c'est:

- ▶ 26 lits,
- ▶ 4 médecins (dont 2 médecins assistants cliniciens candidats spécialistes),
- ▶ 18 infirmiers et infirmières,
- ▶ 5 aides-soignantes,
- ▶ 1 secrétaire,
- ▶ 1 aide logistique,
- ▶ 1 ergothérapeute,
- ▶ 4 kinésithérapeutes.



8h45

Réunion de staff

Médecins, infirmières, ergothérapeute, kinésithérapeute... Comme tous les matins, l'équipe de soins se réunit pour discuter au cas par cas de chaque patient. Isabelle a remarqué qu'une patiente souffre de problèmes de déglutition. Elle en parle à l'équipe qui demande à la logopède de venir à son chevet.



9h46

Une matinée chargée

Entre deux «contrôles», Isabelle réalise les toilettes, épaulée par une aide-soignante. Elle renouvelle ensuite les pansements, place des perfusions, prépare les patients pour leurs examens... Elle a aidé Monsieur Pierre à enfiler sa blouse et l'a installé confortablement dans son lit. Il attend désormais le passage du brancardier qui va l'emmener au Service d'imagerie médicale pour sa résonance magnétique. Bien entendu, les infirmières ne sont pas les seules à faire la tournée des patients. Plus tard dans la matinée, le Dr André Peeters, neurologue et responsable de la Stroke Unit, passera évaluer l'état de chaque patient afin d'adapter si besoin leur prise en charge médicale.

Nous augmentons votre confort !



Monte-escaliers

DEVIS / VISITE SANS ENGAGEMENT
Appelez gratuitement le 0800 20 950
www.monte-escalierinfo.be



Domestiques



Ascenseurs à plateau



SERVICE
24/24 - 7/7

NV Coopman Liften
Heirweg 123 | B-8520 Kuurne
comfortlift@coopman.be | www.monte-escalierinfo.be



11h03

De la kiné au quotidien

Le travail de rééducation mené par le kinésithérapeute permet aux patients atteints d'un AVC de conserver, voire de récupérer un maximum de mobilité. Après l'avoir aidé à déplacer un patient, Isabelle enchaîne en complétant ses dossiers infirmiers et en préparant les traitements qu'elle administrera sur le temps de midi.



DES TABLETTES EN NEUROLOGIE

On n'arrête pas le progrès! Les fameuses tablettes informatiques ont désormais fait leur entrée en Neurologie. L'avantage? Elles permettent aux infirmières d'encoder directement les paramètres (tension artérielle, pouls, etc.) mesurés chez le patient ou encore de modifier son dossier de suivi sans quitter son chevet. Un gain de temps appréciable! Fini le papier et les dossiers qui s'entassent; les données de patients sont désormais toujours à jour et à portée de doigt!



12h28

À table!

Isabelle nourrit Louise. Celle-ci ne parvient plus à bouger son bras droit depuis son AVC. Difficile de manier la fourchette et le couteau dans ces conditions! «Heureusement que les infirmières sont aux petits soins pour nous», plaisante-t-elle. «Sinon je risquerais d'avoir très faim!»



11h59

Retour en chambre

De retour à la Stroke Unit, Isabelle contrôle à nouveau les paramètres des patients et leur état de conscience, avant d'administrer les traitements prescrits par le neurologue. «Tout va bien!», sourit-elle. «Les patients sont stables.»



15h21

La boucle est bouclée!

Isabelle termine sa journée. Elle a fait à son tour son rapport à ses collègues, qui elles-mêmes passeront le relais à l'équipe de nuit, vers 21 heures. Demain matin, Isabelle prendra à nouveau la relève. La boucle est bouclée! En Neurologie, comme dans les autres unités d'hospitalisation de Saint-Luc, les infirmières veillent en permanence. //





Restel Résidences
served by armonea

Vivre en Résidence- Services à **Bruxelles...**



Tél. gratuit
**0800
93 430**

Pourquoi choisir de vivre dans une résidence services?

- ▶ Un **appartement privé**, aménagé selon **vos** goûts personnels
- ▶ Un **service hôtelier** performant et de qualité
- ▶ Vous vivez à **vos** propres rythmes : c'est vous qui décidez !
- ▶ Bâtiment en copropriété **conçu pour les seniors**
- ▶ Accueil et système d'appel d'urgence **permanent**

Les résidences services, toujours bien situées, se trouvent à proximité de nombreuses facilités. Pourvues de tout le confort nécessaire, les **résidences-services gérées par Restel Résidences**, sont des lieux où il fait bon vivre.

En résumé, ces résidences vous permettent de vivre sans soucis, de manière indépendante et en toute sécurité. Vous pouvez y louer ou acheter un appartement.

Pour **plus d'infos** sur les résidences en Flandre (Bruges, Gand, Anvers, Louvain et Beveren), visitez **www.armonea.be**

▶ résidence parc d'italie



Chaussée de Boitsfort 15
1050 Ixelles
02 672 07 60
parcditalie@armonea.be
www.parcditalie.be

▶ résidence les érables



Rue Beekman 24
1180 Uccle
02 345 92 94
leserables@armonea.be
www.leserables-bxl.be

▶ résidence les eaux vives



Av. J. & P. Carsoel 87-89
1180 Uccle
02 373 62 11
leseauxvives@armonea.be
www.leseauxvives.be

▶ résidence messidor



Avenue de Messidor 207
1180 Uccle
02 347 41 41
messidor@armonea.be
www.messidor-bxl.be

▶ résidence hamoir



Avenue Hamoir 1
1180 Uccle
02 379 07 00
hamoir@armonea.be
www.hamoir-bxl.be

▶ résidence eden green



Val des Seigneurs 32
1150 Woluwe-Saint-Pierre
02 761 40 00
edengreen@armonea.be
www.edengreen.be

Restel Résidences
served by armonea

RENSEIGNEMENTS >> Le Quartier opératoire se situe aux niveaux -2 et -4. Il n'est pas accessible au public.



LES MICROBES sont K.-O. au Q.O.

L'hôpital constitue malheureusement un terrain de jeux privilégié pour les germes, bactéries et virus en tous genres. Des personnes fragiles et malades, des interventions délicates qui nécessitent un environnement

stérile, du personnel (para)-médical qui passe d'un patient à l'autre... Ce cocktail explosif décuple les risques d'infections liées aux soins - chaque année, environ 100.000 Belges seraient touchés. Les conséquences? «Tout dépend de la bac-

térie, du virus contracté mais aussi de l'état du malade ou de l'intervention pratiquée», explique le Dr Anne Simon, médecin hygiéniste et présidente du Conseil de la qualité des soins et de la sécurité du patient de Saint-Luc. «Ces infections peuvent avoir un impact important sur la qualité de vie, mais le pronostic vital peut également être mis en jeu.»

UNE CLIM' STÉRILE EN SALLE D'OP'

L'aménagement même du Quartier opératoire (QO) a été pensé pour limiter le risque d'infections liées aux soins. Un exemple? Un système de filtre garantit la stérilité de l'air propulsé dans les différentes salles. Mais ce n'est pas tout! L'air est injecté par le haut de la pièce et aspiré par le bas, ce qui provoque un effet de «piston»: les éventuels microbes en suspension sont poussés vers le sol et aspirés par la ventilation. Une clim' plutôt clean, non?

Une hygiène irréprochable est indispensable à l'hôpital, et plus encore au Quartier opératoire où une infection peut avoir de graves conséquences. L'équipe d'hygiène hospitalière de Saint-Luc est donc constamment sur la brèche.

THOMAS COUCQ



L'équipe d'hygiène hospitalière veille à ce que tout le monde respecte les règles



Chaque matin, avant la première opération, l'équipe d'hygiène hospitalière vérifie que tout a bien été nettoyé la veille.



EN CHIFFRES

En Belgique, **6%** des patients hospitalisés contractent une infection associée aux soins. Par ordre d'importance, les plus fréquentes sont:

- ▶ les infections urinaires, plutôt bénignes (environ **1,8%** des hospitalisations, soit un tiers des cas d'infections associées aux soins),
- ▶ les infections des voies respiratoires (**1,2%** des hospitalisations),
- ▶ les infections du site opératoire, suite à une intervention chirurgicale (**0,9%** des hospitalisations).

Une discipline de fer

La prévention des infections est donc un combat constant aux Cliniques, et a fortiori au sein du QO, zone à haut risque. «La salle d'opération doit rester la plus propre possible», explique le Dr Anne Simon. «Il faut donc y limiter au maximum le nombre de germes en provenance de l'extérieur.» Pour ce faire, une discipline de fer règne! Pas question, par exemple, de rentrer en salle d'op' sans être passé d'abord par la case vestiaire. Pas question non plus d'arborer montre, bijoux ou même de circuler dans le QO en habits civils. Vous ne croiserez que des hommes et des femmes en bleu dans les couloirs qui jouxtent les salles.

Étape désinfection

Ensuite, place à la préparation. Les gestes sont sûrs et précis... Et tiennent presque du rituel. Sous la lumière froide et artificielle du QO, le chirurgien et son équipe se préparent. Ils se désinfectent les mains, enfilent blouses, gants et masques stériles. Ces gestes sont le prologue indispensable à toute intervention chirurgicale. Le but: prévenir d'éventuelles infections liées aux soins.

Dans les règles de l'art

Nettoyer les salles d'opération après chaque intervention est également indispensable à une hygiène parfaite! Et pour s'assurer de la qualité du travail, l'équipe d'hygiène hospitalière veille au grain! Aux petites heures,

avant les premières interventions, Marie-Chantal Meeus, infirmière de référence de l'équipe, fait régulièrement le tour du QO pour vérifier que le nettoyage et l'entretien ont été correctement effectués. Pas de taches oubliées? Pas de poussière? Tout est prêt pour accueillir le premier patient.

Une équipe sur la brèche

Marie-Chantal et sa collègue Patricia ne manquent pas non plus une occasion d'aller faire un petit contrôle en salle lorsqu'une intervention chirurgicale est en cours. Une manière de s'assurer que les règles d'hygiène sont bien respectées par tous: infirmières, anesthésistes, chirurgiens...

«Ces audits ont fait des miracles et nous avons obtenu de très bons résultats», précise Marie-Chantal Meeus. Et pour cause: en matière de prévention de l'infection associée aux soins, l'équipe d'hygiène hospitalière ne laisse rien au hasard! Outre des contrôles réguliers, elle organise des formations continues pour le personnel, participe aux réunions des différents Services et Unités de l'hôpital, fait un travail de sensibilisation aux règles d'hygiène... Un travail de chaque instant! //

“A world full of elegance”

Conveniently located in the Charming historical centre of Brussels, Hotel Carrefour de l'Europe is only located a few steps away from the breathtaking “Grand-Place” and from Central Station.

It combines its perfect location with a touch of history. Meeting all top-level standards, the hotel offers perfect accommodation for Business travellers and demanding visitors alike.



Your meetings in the heart of Europe

*THE HOTEL CARREFOUR DE L'EUROPE offers you
8 modular rooms, equipped with air-conditioning and sound insulation.
10 to 200 people can be welcomed in these rooms.*



Best Western Premier HNA Hotel Carrefour de l'Europe

Grasmarkt 110, Rue Marché aux Herbes – B – 1000 Brussels

Tel: +32 (0) 504 94 00 – Fax: +32 (0) 2 504 95 00

www.carrefourhotel.be – info@carrefourhotel.be





Nous vous proposons une large gamme d'oreillers et de matelas en mémoire de forme qui soulage le corps et l'esprit pour une position de sommeil optimale. La solution idéale en cas de maux de dos et de nuque.



25
C'est le nombre d'années que nous passons à dormir en moyenne!

54%
de personnes se plaignent de troubles du sommeil!

92%
estiment qu'avoir une bonne literie est important pour la santé.

99%
de nos clients sont satisfaits de nos produits.



Bien dormir, c'est mieux vivre

BIENTOT DISPONIBLE EN PHARMACIE ET PARA PHARMACIE



www.medicalsleepline.be

A L'ACHAT D'UN MATELAS, 2 OREILLERS ET UN PROTEGE MATELAS VOUS SERONT OFFERT !

279^{,00}€
OFFERT