

# Courrier

*du médecin vaudois*

— Revue de la Société vaudoise de médecine



**Mens sana  
in corpore sano**

**11** Agenda

24 avril  
*Journée SVM et  
votation du 1<sup>er</sup> juin*  
26 avril  
*20 Km de Lausanne*



L'expertise  
proche de vous

**Des valeurs suisses reconnues au service des praticiens:  
diligence, expertise et fiabilité.**

**AMS GENETIQUE**

Place de la Navigation 10  
1006 Lausanne  
Tél 021 613 70 40  
Fax 021 613 70 49

**AMS PATHOLOGIE**

Rue du Liseron 5  
1006 Lausanne  
Tél 021 613 20 50  
Fax 021 613 20 72

**ANALYSA**

Rue de l'Hôpital 25  
1400 Yverdon-les-Bains  
Tél 024 423 00 00  
Fax 024 423 00 01

**BBR-LTC**

Ch. D'Entre-Bois 21  
1002 Lausanne  
Tél 021 641 61 00  
Fax 021 641 61 01

**IMMUNOSA**

Rue du Liseron 5  
1006 Lausanne  
Tél 021 613 20 50  
Fax 021 613 20 72

future **LAB**  
SUISSE

**Atrium** Equipement médical  
Informatique **Concept**

**NISSEI DM-3000**

**Appareil électronique  
de mesures  
de la pression artérielle**



Système électronique permettant au praticien de lire à la fois les valeurs de la pression artérielle sur la colonne digitale au moyen de son stéthoscope et de lire sur l'écran LCD les valeurs mesurées par l'appareil.

Cette combinaison d'affichage assure au praticien une double lecture sans devoir changer d'appareil à pression quelle que soit la pathologie du patient. L'appareil offre aussi la possibilité de commuter du mode automatique – qui recourt à un petit compresseur électrique – au mode manuel pour ne travailler qu'à l'aide d'une poire avec valve à la manière de la colonne à mercure.

**Données techniques**

**Méthode de mesures:** auscultatoire et oscillométrique

**Ecrans:** colonne digitale et écran LCD numérique

**Plage de mesures:** 50 – 250 mmHg (systole) / 40 – 160 mmHg (diastole)

**Précision:** par unité de 1 mmHg de 0 – 300 mmHg +/- 3mmHg

**Alimentation électrique:** accumulateurs de 4,8 Volts alimentés par un transformateur AC 7 Volts/14 Watts (max.). L'appareil une fois non utilisé commute en mode standby.

**Température de fonctionnement:** de +10° à +40° C pour une humidité de 85% Rh

**Accessoires inclus:** manchette adulte (220-320 mm), manchette extra (320-420 mm)

**Dimensions:** 136 B x 206 T x 276 H (mm)

**Poids:** 1000 grammes

**Atrium Concept SA**  
Equipements médicaux  
et informatiques  
L'Arzillier 31  
1302 Vufflens-la-Ville  
Tél. 021 784 16 74  
Fax 021 784 16 06  
[www.atriumconcept.ch](http://www.atriumconcept.ch)  
[info@atriumconcept.ch](mailto:info@atriumconcept.ch)

# Mens sana in corpore sano



Le médecin est certes *homo sapiens*, mais comme tout *homo* originellement *erectus*, il a gardé la nécessité indispensable, pour le maintien de son capital-santé physique et cognitif, de bouger, de courir... ensemble. Non, il n'est pas *homo sedentarius* et se doit d'être *mobilis*.

Il se doit d'être exemplaire devant son patient et pour la population qui nous observe. Il se prescrit lui-même, nous rappelle Balint. A l'heure où

j'écris ces quelques lignes à Paris, j'entends le président de l'Association internationale du diabète nous parler de la véritable épidémie d'obésité (et de son corollaire, le diabète) sur la planète entière: une « bombe à retardement » qui va exploser en terme de morbidité, de mortalité et de coûts économiques. Les conséquences selon l'avis de cet expert sont nettement plus importantes que celles inhérentes à l'épidémie du VIH.

Alors bougeons ! Voilà pourquoi nous vous donnons rendez-vous pour courir ensemble lors de la prochaine édition des 20 Km de Lausanne.

Dans la foulée, nous vous invitons aussi à d'autres manifestations sportives populaires qui seraient organisées à quatre ou cinq reprises tout au long de l'année, sous une forme à créer. En cas d'intérêt, le secrétariat de la Société vaudoise de médecine pourrait se charger de prendre les inscriptions, de coordonner et d'organiser les rencontres.\* Personnellement, je vis cela depuis plus d'une décennie: chaque année, avec 20 à 30 confrères passionnés de vélo, nous parcourons le magnifique Pays de Fribourg. Il s'agit d'une rencontre exigeante sur le plan sportif mais tellement sympathique et régénératrice au demeurant. Gageons que ce « club » deviendra une tradition pour nombre d'entre nous !

Dr Jean-Pierre Randin

\* Les personnes intéressées sont priées de s'annoncer sur [info@svmed.ch](mailto:info@svmed.ch)

## Sommaire

### Dossier 3-9

De la mesure en toutes choses: le Dossier de ce numéro se penche sur les bienfaits mais aussi sur les dangers du sport si on le pratique sans préparation adéquate et de façon trop intensive. Si les jeunes athlètes de haut niveau sont plus exposés à la mort subite, les sportifs amateurs le sont dès 35 ans. Reste que la sédentarité de la population pourrait être aujourd'hui un enjeu de santé publique. Ne boudons donc pas notre plaisir de pratiquer un sport dans les limites de nos possibilités, comme en témoigne notamment un médecin qui participe au marathon du Médoc.

### SVM Express 10-12

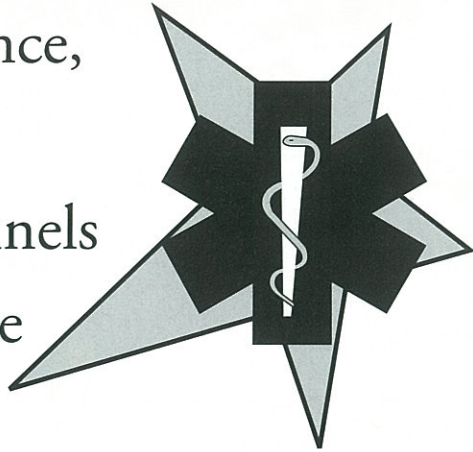
Ils courent, ils courent, les médecins vaudois le 26 avril à Lausanne.

### Portrait de membre 13

Quand il court, le Dr Christian Frigerio évolue dans plusieurs directions: devant lui, la route, autour de lui la nature et, derrière lui, ses soucis quotidiens ! Rencontre avec un homme pour qui le sport est un art de vivre... mieux.

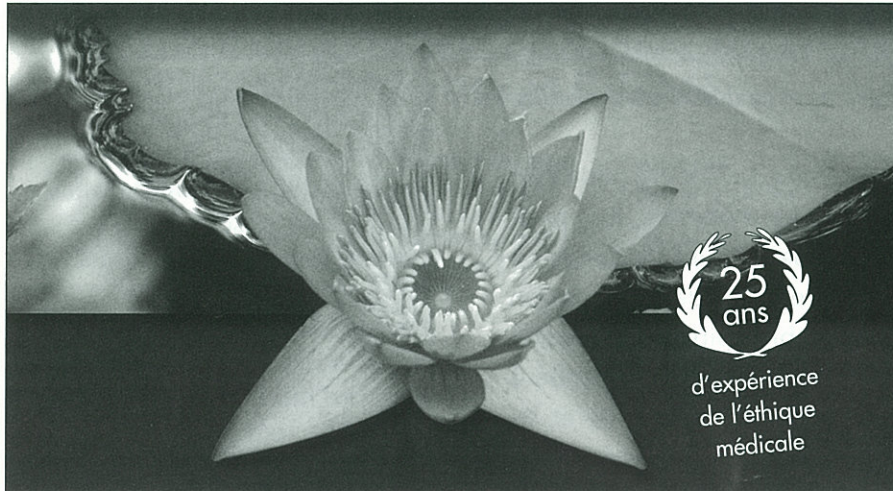
### Calendrier médical vaudois 16

Face à l'urgence,  
une équipe  
de professionnels  
à votre service  
24h / 24h



*ambulances*  
**S.T.A.R.**

☎ 021 784 41 41



d'expérience  
de l'éthique  
médicale

Dossiers médicaux personnalisés  
et tous vos imprimés médicaux

*Fleury IPH & Cie*  
**IMPRIMERIE**

Petits-Champs 13 • 1400 Yverdon-les-Bains  
Tél. 024 425 90 19 • Fax 024 425 62 12  
[www.imprimeriefleury.ch](http://www.imprimeriefleury.ch) • [info@imprimeriefleury.ch](mailto:info@imprimeriefleury.ch)

## Clinique chirurgicale et Permanence de Longeraie

S.O.S. MAIN

- Centre de traumatologie et de chirurgie réparatrice de la main et des extrémités
- Chirurgie reconstructive des nerfs périphériques et du plexus brachial
- Microchirurgie
- Chirurgie orthopédique
- Chirurgie plastique et reconstructive
- Chirurgie esthétique
- Physiothérapie et rééducation fonctionnelle
- Ergothérapie
- Urgences jour et nuit

1003 Lausanne  
Avenue de la Gare 9  
Téléphone 021 321 03 00  
Fax 021 321 03 01



Thérapies, appareils et installations.  
Tour d'horizon de l'utilisation des gaz  
médicaux.

PanGas - ideas become solutions.

PanGas Healthcare  
Industriepark 10  
CH-6252 Dagmersellen  
Téléphone 0844 800 300  
Fax 0844 800 301  
[www.pangas.ch](http://www.pangas.ch)

Linde Gas Therapeutics

**PanGas**

## Ce qu'en pense...

**Jacqueline de Quattro,  
conseillère d'Etat**

Passionnée d'arts martiaux depuis l'âge de 15 ans, je ne peux que témoigner des richesses que la pratique régulière d'un sport comme le judo apporte non seulement au corps, mais aussi à l'esprit. Mon seul regret, en accédant à ma fonction de conseillère d'Etat, est de ne plus pouvoir m'entraîner aussi souvent que je le voudrais.

Le sport enseigne le goût de l'effort, le respect de l'autre, la connaissance de soi et de ses limites. Ces limites que l'on tend à repousser, mais qu'il ne faut jamais violer. Tout est question de mesure et d'équilibre. L'équilibre entre la nécessaire prévention de l'obésité pour prévenir les risques cardio-vasculaires et l'information sur le danger de trop forcer lorsqu'on est un vrai sédentaire. Le sport avec passion, mais sans excès.



C'est en novembre 2001 que le Dr Mathieu Potin conçoit pour la première fois le projet *Courir pour prévenir* avec les membres de la SVM.

Cette année, tous les médecins installés et en formation courent ensemble sous le slogan: *Ton toubib se bouge!*

# Courir pour prévenir ou courir vers la mort ?

Dr M. Potin, Dr E. Katz,  
Dr B. Gojanovic, Dr G. Gremion,  
Dr J.-T. Metzger

**Promouvoir l'activité physique est un des éléments majeurs de la prévention primaire pour les maladies cardio-vasculaires, mais aussi pour d'autres pathologies (rhumatologiques, psychiatriques, etc.). Les Recommandations de Lausanne font la promotion du dépistage des facteurs de risque de la mort subite et traitent des réalités du terrain.**

Les activités d'endurance sont parmi celles les plus encouragées, d'autant plus au-delà de 30-35 ans, dont font partie: la natation, l'aviron, le ski de fond, le cyclisme, la marche rapide, plus récemment le Nordic Walking ou encore la course à pied. La pratique de ces activités, et encore plus la participation à des compétitions, expose à des risques de blessures ou même de mort subite\*. Cette dernière, très médiatisée, marque notamment les esprits de la population inactive, population que le corps médical essaie justement de motiver à pratiquer un sport d'endurance.

### Les athlètes jeunes sont plus exposés

Le risque de mort subite chez les jeunes athlètes (12-35 ans) est 2,5 fois supérieur par rapport aux jeunes « non athlètes » de même âge et est essentiellement lié aux pathologies cardiaques congénitales (cardiomyopathie hypertrophique, dysplasie arythmogène du cœur droit,

etc.)\*. Les études concernant les risques de mort subite chez des sportifs amateurs, souvent plus âgés (> 35 ans) et plus fréquemment souffrant de la maladie coronarienne, sont peu nombreuses. En Suisse romande, l'étude RRACE (Registre romand des arrêts cardiaques extrahospitaliers) est menée depuis le 1<sup>er</sup> avril 2007 par le Service de cardiologie du CHUV en collaboration avec tous les Services des urgences extrahospitalières romands, ainsi que de plus de 1500 omnipraticiens. Cette étude a recensé, sur ses six premiers mois, 12 morts subites lors d'un exercice de sport amateur (essentiellement lors de course à pied ou de cyclisme).

Le but de cet article est de promouvoir le dépistage des facteurs de risque de la mort subite chez la personne qui veut pratiquer une activité sportive et s'appuie sur les *Recommandations de Lausanne* rédigées par un groupe d'experts sous l'égide de la commission médicale du CIO, ainsi que sur d'autres

\* Références: voir [www.svmed.ch/pressel/courrier/du/medecin/valdois](http://www.svmed.ch/pressel/courrier/du/medecin/valdois)

recommandations des associations faitières américaines et européennes de cardiologie qui sont en accès libre sur leurs sites respectifs\*.

## Un dépistage par étapes

Ces recommandations ont pour objet d'identifier les personnes à risques, de les informer en conséquence et de procéder à des examens complémentaires (échocardiographie, test d'effort, enregistrement ECG de 24 heures, etc.). Elles ont été, en premier lieu, désignées pour des jeunes athlètes (12-35 ans), mais la nature des questions anamnestiques est tout à fait pertinente pour des personnes au-delà de cette classe d'âge. Ce dépistage s'effectue en quatre étapes :

1. *Antécédents personnels et anamnèse actuelle* à la recherche de toute pathologie cardio-vasculaire potentiellement décelable (cf. tableau 1). En plus de ces questions, il s'agit d'identifier la prise de médicaments pouvant prolonger le QT ou de substances dopantes (cocaïne, amphétamines, stéroïdes anabolisants, EPO, GH, surdosage de  $\beta$ 2-stimulants topiques respiratoires,

suppléments nutritionnels ou diététiques type Ma huang, herbe source d'éphédrine alimentaire)\*. En cas de douleurs thoraciques associées à un état fébrile, un phénomène grippal ou une gastro-entérite, il est important de rechercher une péri-myocardite faisant proscrire une activité sportive pendant six mois.

2. *Antécédents familiaux* à la recherche de cardiomyopathies (cardiomyopathie hypertrophique, cardiomyopathie arythmogène du ventricule droit, cardiomyopathie dilatée) ou de troubles du rythme cardiaque (syndrome du QT long ou court, syndrome de Brugada, maladie de Lenègre, tachycardie ventriculaire polymorphe catécholaminergique, fibrillation ventriculaire idiopathique) héréditaires (cf. tableau 2).

3. *Examen clinique*: contrôle de la fréquence et du rythme cardiaque, palpation des pouls radiaux et fémoraux, mesure de la TA, auscultation cardiaque au repos et au Valsalva (souffle systolique et/ou diastolique, click systolique), recherche de signes d'un syndrome de Marfan de type anomalies musculo-squelettiques (grande taille, visage allongé, palais ogival, envergure large des bras tendus à l'horizontale, doigts longs et fins, hyperlaxité ligamentaire avec entorses à répétition, pieds plats, thorax en entonnoir ou en carène, scoliose), cardio-vasculaires (dilatation aortique, insuffisances valvulaires aortique et/ou mitrale), oculaires (ectopie ou luxation du cristallin, myopie sévère) ou autres (cutanées avec contusions à répétitions, neurologiques, pneumothorax spontanés).

4. *ECG 12 pistes de repos* (cf. tableau 3). Chez les personnes débutant une activité sportive tel qu'un homme > 45 ans, une femme > 55 ans ou un diabétique, même asymptomatique, un test d'effort est recommandé\*.

Un programme similaire de dépistage systématique en Italie initié il y a plus de vingt-cinq ans, couplé à une loi rendant l'examen de pré-participation

## Tableau 1

### Antécédents personnels pour le dépistage de la mort subite du sportif < 35 ans\*

- Avez-vous déjà perdu connaissance en plein exercice physique ?
- Avez-vous déjà ressenti une sensation d'oppression thoracique ?
- Le fait de courir provoque-t-il chez vous une sensation d'oppression thoracique ?
- Avez-vous déjà été gêné, lors de la pratique d'un sport, par une sensation d'oppression thoracique, une toux ou des sifflements respiratoires ?
- Avez-vous déjà été traité/hospitalisé pour de l'asthme ?
- Avez-vous déjà eu des convulsions ?
- Vous a-t-on déjà dit que vous souffriez d'épilepsie ?
- Vous a-t-on déjà demandé d'abandonner la pratique d'un sport en raison de problèmes de santé ?
- Vous a-t-on déjà dit que votre tension artérielle était élevée ?
- Vous a-t-on déjà dit que votre taux de cholestérol était élevé ?
- Ressentez-vous une gêne respiratoire ou toussiez-vous durant ou après un exercice physique ?
- Avez-vous déjà ressenti des vertiges durant ou après un exercice physique ?
- Avez-vous, ou avez-vous déjà eu, des battements cardiaques rapides ou irréguliers ?
- Vous fatiguez-vous plus rapidement que vos amis/vos coéquipiers durant un exercice physique ?
- Vous a-t-on déjà dit que vous aviez un souffle au cœur ?
- Vous a-t-on déjà dit que vous souffriez d'arythmie cardiaque ?
- Avez-vous eu des problèmes cardiaques ?
- Avez-vous eu une grave infection virale au cours du dernier mois (par exemple : myocardite ou mononucléose) ?
- Vous a-t-on déjà dit que vous aviez souffert de rhumatisme articulaire aigu ?
- Souffrez-vous d'allergies ?
- Prenez-vous des médicaments à l'heure actuelle ?
- Avez-vous pris régulièrement des médicaments au cours des deux dernières années ?

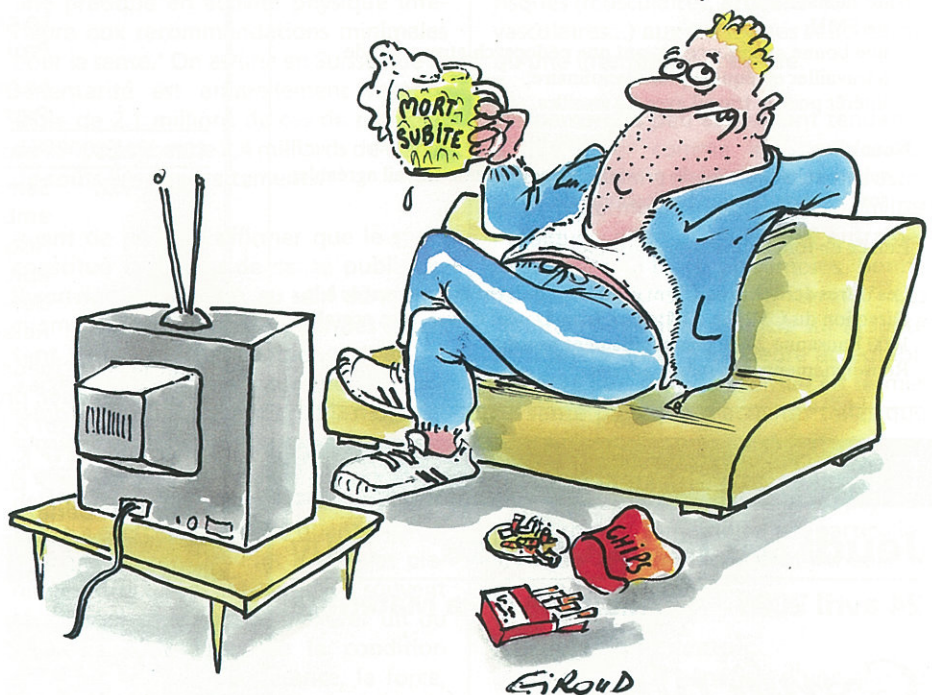
\* *Références*: voir [www.svmed.ch/presse/](http://www.svmed.ch/presse/) courrier du médecin vaudois

obligatoire chez les athlètes de niveau régional de plus de 12 ans, a permis une diminution de 90 % des morts subites\*. Ce dépistage est proposé aux sportifs, en l'absence de symptômes, tous les deux à quatre ans et au moins une fois après l'âge de 20 ans du fait du risque de développement tardif d'une cardiomyopathie hypertrophique.

La pratique d'un sport, quel qu'il soit, doit être source de plaisir et d'épanouissement individuel ou collectif et non source de problèmes de santé. Le paradoxe de l'exercice par son « effet bénéfique » doit supplanter, grâce à un dépis-

tage des facteurs de risques de la mort subite avant la pratique du sport, celui des risques de l'« effort intense »\*.

\* Références : voir [www.svmed.ch/presse/courrier\\_du\\_medecin\\_vaudois](http://www.svmed.ch/presse/courrier_du_medecin_vaudois)



**Tableau 2**

Antécédents familiaux pour le dépistage de la mort subite du sportif < 35 ans\*

Un membre de votre famille, de moins de 50 ans :

- est-il mort de façon subite ou inattendue ?
- a-t-il été traité pour perte de connaissance récurrente ?
- a-t-il eu une attaque inexplicquée ?
- s'est-il noyé de façon inexplicquée au cours d'une baignade ?
- a-t-il eu un accident de voiture inexplicquée ?
- a-t-il subi une transplantation cardiaque ?
- possède-t-il un stimulateur cardiaque (pacemaker) ou un défibrillateur implantable ?
- a-t-il été traité pour arythmie ?
- a-t-il subi une opération de chirurgie cardiaque ?

Y a-t-il eu « mort subite du nourrisson » dans votre famille ?

A-t-on déjà dit à un membre de votre famille qu'il souffrait du syndrome de Marfan ?

**Tableau 3**

ECG de repos 12 pistes et dépistage de la mort subite du sportif < 35 ans\*

- **Anomalies pathologiques**
  - Dilatation auriculaire gauche
  - Sous-décalage du segment ST
  - Ondes Q pathologiques (dans deux dérivation) > 0.04 sec ou amplitude > 25 % de l'onde R
  - Ondes T inversées dans deux dérivation consécutives (précordiales)\*
  - Bloc de branche gauche ou droit
  - Déviation axiale gauche/hémibloc antérieur gauche
  - Déviation axiale droite/hémibloc postérieur droit
  - Intervalle QTc long (> 470 ms chez l'homme, > 480 ms chez la femme) ou court (< 330 ms)
  - Modifications de la repolarisation type Brugada
  - Arythmies ventriculaires
- **Anomalies « bénignes »**
  - Bradycardie sinusale
  - BAV du 1<sup>er</sup> degré
  - BBD incomplet
  - Repolarisation précoce
  - Critères d'HVG isolée (Sokolow ou Cornell)



**Le Châtelard**  
Centre médico-pédagogique

Vous êtes intéressé(e) à travailler dans une institution accueillant des enfants d'âge scolaire souffrant de troubles du comportement et de la personnalité.

**Nous cherchons**

**un médecin pédopsychiatre**  
(homme/femme)

Votre tâche dans le cadre de l'institution (selon un mandat de prestation):

- participer aux réunions d'équipes pluridisciplinaires en tant que consultant;
- établir les liens avec les assurances et les organes médicaux extérieurs;
- suivi des enfants et éventuellement des familles selon les besoins et en lien avec les assurances;
- prescription ou délégation des thérapies dispensées dans l'institution (psychothérapie, logopédie, psychomotricité).

**Nous demandons**

- un FMH;
- une bonne expérience en tant que pédopsychiatre: aptitude à travailler en équipe pluridisciplinaire;
- intérêt pour le travail avec les familles.

**Nous offrons**

- salaire selon mandat de prestation: ambiance de travail agréable;
- soutien dans l'action professionnelle.

Entrée en fonction: dès que possible.

Les offres écrites avec CV et certificats doivent être adressées à la Direction du CMP Le Châtelard, Jean-Daniel Clivaz, case postale, 1000 Lausanne 24, **le plus rapidement possible**. Renseignements à la même adresse.

**Formation continue**

**Jeudi de la Vaudoise** CHUV

24 avril 2008 Auditoire de la Maternité

**Gynécologie et Ménopause**

**Organisateur:** Prof P. Holfeld

**Modérateur:** D<sup>resse</sup> A.-F. Mayor Pleines

8h30	Accueil
9h-10h	Séance plénière: <b>Traitement hormonal de la ménopause: vous avez dit naturel ?</b> <b>Quoi ? Quand ? Comment ?</b> Prof. D. de Ziegler <b>Et pourquoi pas vacciner contre le HPV ?</b> Dr S. Gerber
10h-10h30	Pause
10h30-12h	Ateliers interactifs. Trois vignettes: jeune fille et pilule, docteur j'ai une boule au sein, ménopause.

Avec la participation des experts: Prof. D. de Ziegler, Dr J.-F. Delaloye, Dr S. Gerber, Dr C. Achdari, Dr S. Renteira, Dr E. Prince-dit-Clottu, Dr S. Rouillet et Dr D. Schaad.

Ce cours est soutenu par la firme MSD et Solvay Pharma.

**Formation continue**

**Jeudi de la Vaudoise** CHUV

3 avril 2008

Auditoire César-Roux

**Médecine interne: du premier au dernier recours...**

**Organisateur:** Prof G. Waeber, prof A. Pécoud, prof J. Cornuz

**Modérateur:** Dr S. David

8h30 Accueil

9h-10h Séance plénière, défis du futur pour:

**Le généralisme hospitalier**  
Prof G. Waeber

**Le généralisme ambulatoire**  
Prof A. Pécoud

10h-10h30 Pause

10h30-12h Séminaires: Nouveautés dans le traitement ambulatoire. IPP-fracture de la hanche.

Risques de la colonoscopie, goutte, épicondylite, relation infarctus et développement du diabète, FA, BPCO. Relation hôpital-médecin traitant.

Avec la participation des experts: Prof A. Pécoud, prof G. Waeber, prof J. Cornuz, Dr N. Rodondi, Dr O. Lamy, prof P. Vollenweider, Dr D. Aujesky, Dr B. Favrat, Dr O. Pasche, Dr K. Michaelis, D<sup>resse</sup> C. Willi, D<sup>resse</sup> N. Jaunin, Dr P.-A. Moix, Dr D. Gachoud, D<sup>resse</sup> M. Cosma et D<sup>resse</sup> S. Deriaz.

Ce cours est soutenu par la firme MSD et Solvay Pharma.

**Vous êtes enceinte?**  
*enceinte*

*Demandez à votre gynécologue le guide babyplanet gratuit*

«Attendre un bébé»



Pour toutes informations complémentaires:  
[www.babyplanet.ch](http://www.babyplanet.ch)



# Le sport, un enjeu de santé publique ?

Dr Raphaël Bize, Polyclinique médicale universitaire, Lausanne, et Unité mouvement et santé, Office fédéral des sports, Macolin  
 Prof Jacques Cornuz, Polyclinique médicale universitaire, Lausanne

**Pour une majorité de la population, « bouger » davantage représenterait une démarche bénéfique pour la santé. Promouvoir une activité physique régulière, modérée et acceptable constitue à ce titre une priorité de santé publique.**

Les bénéfices pour la santé d'une activité physique régulière sont de mieux en mieux établis et s'appliquent notamment à des pathologies aussi diverses que l'infarctus du myocarde ou certains cancers.\* Or, deux tiers de la population suisse rapportent une pratique en activité physique inférieure aux recommandations minimales pour la santé.\* On estime en Suisse que la sédentarité est annuellement responsable de 2,1 millions de cas de maladie, de 2900 décès et de 2,4 milliards de francs de coûts liés aux traitements.\*

Avant de pouvoir affirmer que le sport constitue un enjeu de santé publique, il convient de définir, au sein du même champ sémantique, trois termes pourtant non interchangeables. Le terme « activité physique » comprend l'ensemble des efforts exercés par la musculature squelettique qui a pour conséquence d'accroître la dépense énergétique au-delà de celle qui est propre au repos. Le terme « exercice » recoupe quant à lui un sous-ensemble d'activités physiques planifiées, structurées et répétitives, souvent réalisées dans le but d'améliorer un ou plusieurs paramètres de la condition physique, comme l'endurance, la force, la souplesse ou la coordination. Enfin, la notion de « sport » implique le plus souvent des activités physiques d'intensité élevée, structurées, régies par des règles, et pratiquées dans des situations compétitives.\*

## Un effet dose-réponse non linéaire

La notion d'activité physique inclut donc la gamme complète des mouvements humains, du sport compétitif aux activités physiques intégrées à la vie quotidienne, telles que la marche, la montée d'escalier, le jardinage ou le... ménage. Cette nuance ne relève pas de la rhétorique puisque plusieurs études démontrent qu'une majorité des effets bénéfiques pour la santé est déjà obtenue

par la pratique régulière d'activités physiques d'intensité modérée, assimilables à des activités de la vie quotidienne (voir figure ci-dessous illustrant la relation entre niveau d'activité physique et bénéfice pour la santé).\* Une telle intensité fait également courir moins de risques (musculaires, articulaires, cardiovasculaires...) aux personnes sédentaires qu'une intensité plus élevée.\*

Les personnes peu actives ont tendance à considérer comme inaccessibles les représentations d'activités qu'elles associent au terme de « sport ».\* Les activités physiques d'intensité élevée entraîneraient par ailleurs une moins bonne adhérence dans le long terme.\* Les résultats de l'enquête suisse sur la santé confirment aussi la meilleure acceptabilité et le plus grand potentiel en termes de santé publique d'activités telles que les déplacements à pied.\* Ces observations sont en accord avec les modèles théoriques prépondérants de la psychologie comportementale, en particulier les « health belief model » et « theory of planned behaviour ».\*

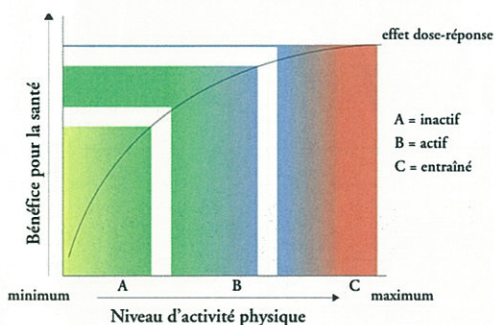
## Au-delà de l'exemple

Le corps médical bénéficie d'une grande crédibilité auprès de la population. Par l'activité physique qu'il pratique, le médecin a donc l'opportunité de prêcher par l'exemple. Ce faisant, il doit toutefois veiller à ne pas exclure du message de prévention celles et ceux qui en bénéficieraient le plus, et qu'un objectif apparemment inatteignable pourrait effrayer. Pour que l'exemple du médecin déploie tout son potentiel, il paraît crucial de mettre à profit sa crédibilité pour conseiller et valoriser les activités physiques quotidiennes des plus sédentaires.\* Alors le sport, un enjeu de santé publique ? Non... mais le manque d'activité physique, oui !

\* Références : voir [www.svmed.ch/presse/](http://www.svmed.ch/presse/) courrier du medecin vaudois

### L'effet dose-réponse

En augmentant légèrement son activité physique, une personne inactive obtiendra déjà des effets importants.



Source: d'après Haskell, 1994

Se déplacer à pied, c'est déjà lutter contre la sédentarité.





**MARCEL BLANC & CIE** S.A.



En Budron C n° 2  
1052 Le Mont-sur-Lausanne

*40 ans au service de la santé*

**Installations de cabinets médicaux  
Compétences en milieu opératoire**

**Conseils – études – offres – vente  
Installations – maintenance – entretien**

tél. 021 654 30 80    Courriel: [direction@marcel-blanc.ch](mailto:direction@marcel-blanc.ch)  
fax 021 652 44 10    Internet: [//www.marcel-blanc.ch](http://www.marcel-blanc.ch)

## Clinique chirurgicale et Permanence de Longeraie

S.O.S. MAIN

- Centre de traumatologie et de chirurgie réparatrice de la main et des extrémités
- Chirurgie reconstructive des nerfs périphériques et du plexus brachial
- Microchirurgie
- Chirurgie orthopédique
- Chirurgie plastique et reconstructive
- Chirurgie esthétique
- Physiothérapie et rééducation fonctionnelle
- Ergothérapie
- Urgences jour et nuit

1003 Lausanne – Avenue de la Gare 9 – Téléphone 021 321 03 00 – Fax 021 321 03 01

Face à l'urgence,  
une équipe  
de professionnels  
à votre service  
24h / 24h



*ambulances*  
**S.T.A.R.**

☎ 021 784 41 41

Le CMV est en consultation sur  
le site [www.svmed.ch](http://www.svmed.ch),  
espace membre, rubrique  
Courrier du Médecin vaudois.

Il est en version pdf et  
vous pouvez bien sûr l'imprimer.

Tout un monde à découvrir!



[www.inedit.ch](http://www.inedit.ch)  
inEDIT Publications SA • Jordis Park  
Chemin des Jordis 40 • CH-1025 Saint-Sulpice  
Tél. 021 695 95 95 • Fax 021 695 95 50  
info@inedit.ch • www.inedit.ch

**inEDIT**

# Tu peux toujours courir !

Dr Charles Dvořák

Pour participer à un marathon, il faut de l'entraînement, de la persévérance et ... de l'humour, ce dont témoigne le récit du Dr Charles Dvořák qui a couru celui du Médoc en 2007. « Le Médoc » fut à l'origine un congrès médical qui a toujours lieu le vendredi et dont le marathon, couru le premier samedi de septembre, est issu. Une belle expérience à laquelle une délégation de médecins vaudois pourrait participer, en 2009, sous l'égide de la SVM. Y aurait-il déjà des amateurs ?

Un marathon, à ton âge, mais tu n'y penses pas ? Pas un vrai, pas les 42,195 km ! Après seulement 3 km, avales à un rythme de sénateurs, tant les rues de Pauillac ont de la peine à digérer cette foule bigarrée de coureurs, voilà que surgit d'entre les vignes le premier château, Lynch Pages. Sa banderole se veut accueillante : « Plus que 39,195 km ! » et son orchestre joue en boucle : « How many roads must a man walk down before you call him a man ». Ils ont de l'humour.

“

*Les jambes tiennent,  
le souffle suit.*

”

Déjà la tension du départ retombe. Imagine une foule de 9000 participants qui attendent dans la fraîcheur de ce petit matin de septembre, plaisantent pour donner le change et entonnent en chœur, avec l'émotion retenue au fond de la gorge : « Oh Susanna, don't you cry for me... » Juste avant le coup de pistolet libérateur que, relégué en fin de peloton, parmi les sans-grade, tu n'entendras même pas. Courir les chemins de graves, entre les lignées de ceps où dans quelques semaines les vendanges débiteront. Courir, ne pas s'arrêter. Jouir des paysages, boire des yeux ces grappes que tu n'aspères qu'à déguster vinifiées... plus tard.

Ça va, un petit vent souffle de la Gironde qui s'écoule, grise, au loin. Ne pas se retourner, ne pas se laisser impressionner par le long ruban des coureurs qui s'étire entre les parchets – te voilà déjà distancé. L'entraînement de ces quatre derniers mois qui te revient. Deux puis trois fois par semaine et ces deux derniers mois l'équivalent d'un marathon hebdomadaire ... quand tu en trouvais le temps. Un seul parcours un peu plus long, une bonne trentaine de kilomètres, pour te rassurer. Les bornes se succèdent. A quoi penses-tu ? Tu ne saurais le dire. Reléguer les soucis quotidiens, juste courir et apprécier d'être là. Les jambes tiennent, le souffle suit ; mais

“

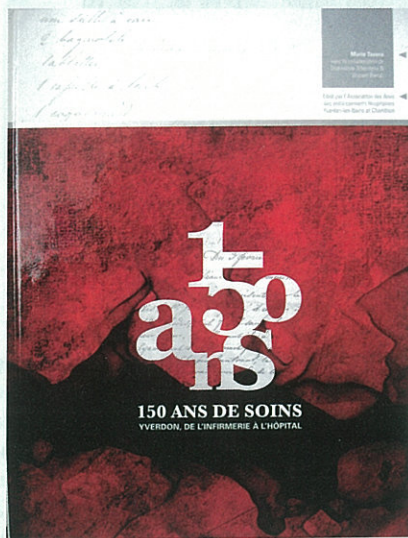
*Les bons crus se succèdent.  
Tu n'y toucheras point,  
pour l'instant.*

”

le cassoulet hier soir, ce n'était pas une bonne idée ! Parfois le doute. Mais que fais-tu là ? Tu t'étais pourtant juré, la dernière fois, à Prague, que « jamais plus ». L'arche de la mi-course te nargue au sommet d'une longue côte. Le compte à rebours. « Plus que... » te surprends-tu à compter ! Beychevelle, Mouton Rothschild, Saint-Estèphe, Château Laffite ; les bons crus se succèdent. Tu n'y toucheras point ... pour l'instant. Les « déguisés », le Médoc se court aussi costumé, commencent à marcher et les sérieux, les « faire un bon temps », ceux qu'aucun paysage ne distrait, eux sont déjà arrivés. Toi, c'est « juste finir ». Tu as perdu le sens de l'orientation. La Gironde est proche. Tu avales l'interminable ligne droite de sa berge où les stands des spécialités locales s'offrent aux coureurs. Va pour l'entrecôte de bœuf du 38<sup>e</sup> kilomètre. Mais pas les huîtres. Une petite glace au 40<sup>e</sup> ? Remonter les « marcheurs » qui prolongent leur promenade, celle du plus long marathon du monde, divagations alcoolisées obligent. Les premiers arrivés, médaille au cou, viennent à contresens, qui pour encourager un conjoint, qui pour s'inquiéter d'un ami attardé. Pauillac ! Un panneau d'entrée de localité tant attendu. Un dernier virage entre les rangées de la foule qui t'encourage encore – allez le petit Suisse ! – et voici la ligne droite de l'arrivée, dans la liesse. Les derniers 195 m, sur un tapis rouge, les dernières foulées et... c'est fait ! Tu y es parvenu ! A nouveau l'émotion, intense, faite d'un rire libérateur et de quelques larmes bienvenues. Tu y es parvenu. Ça en valait la peine. C'est sûr, je recommencerais ! ■



A lire



150 ans de soins, Yverdon, de l'infirmerie à l'Hôpital

« Des trois modestes chambres de la première infirmerie à l'établissement actuel, inséré dans le Réseau de soins du Nord vaudois et de la Broye, l'hôpital d'Yverdon s'est construit à partir de multiples histoires, que l'on peut lire comme autant d'anecdotes locales mais qui dessinent aussi le tracé d'une histoire plus large. »

Ce livre, élaboré dans le cadre de la célébration des 150 ans de l'hôpital d'Yverdon-les-Bains, constitue le prolongement de l'exposition *150 ans de soins – sept siècles d'histoire* qui s'est tenue durant l'automne 2007 dans les murs de l'hôpital. Le comité de pilotage de ce projet a été soutenu par les travaux de Pierre-Yves Donzé sur le développement hospitalier du canton de Vaud et les conseils ainsi que la relecture attentive de Vincent Barras, directeur de l'IUHMSp.

Achat en ligne: [http://www.olbis-diffusion.ch/advanced\\_search\\_result.php?keywords=150+ans](http://www.olbis-diffusion.ch/advanced_search_result.php?keywords=150+ans) ou à la librairie Fahrenheit 451 à Yverdon-les-Bains.

Déontologie

Qui me remplace en cas d'absence ?

La SVM rappelle à ses membres que dans son activité, le médecin est tenu par le Code de déontologie de la FMH d'assurer la continuité de traitement et de se faire remplacer en cas d'absence.

Un accident est si vite... évité !

Le Service de la santé publique, en partenariat avec le Département médico-chirurgical de pédiatrie du CHUV et la Fondation Planètes Enfants a lancé une campagne de prévention intitulée « Un accident est si vite... évité ! ». Elle vise à sensibiliser parents et proches aux accidents domestiques chez les jeunes enfants par une large diffusion de l'aide-mémoire PIPADES, d'affiches et de cartes postales par les professionnels et les organismes actifs dans le domaine de la

petite enfance ou par des lieux fréquentés par les familles (cabinets médicaux, garderies, pharmacies, ludothèques...).

En effet, la maison est souvent considérée à tort comme un lieu sûr. Or environ 60% des accidents d'enfants de moins de 6 ans ont lieu à la maison et plus de 70% de ces accidents en présence des parents ou d'adultes. Les accidents les plus courants sont les chutes (60%) et les brûlures (8%). Les précautions permettant d'éviter ces accidents sont simples à mettre en œuvre et peuvent éviter des accidents aux conséquences parfois dramatiques.

Des aide-mémoire de prévention, des affiches et des cartes postales sont disponibles auprès de PIPADES: [www.pipades.ch](http://www.pipades.ch).



Dépistage et traitement des patients souffrant de burn-out

Expérimentation d'une psychologue à Lausanne, spécialiste du burn-out.

L'épuisement professionnel est une pathologie nouvellement reconnue et mieux étudiée, des outils se développent ainsi que des thérapeutiques spécifiques; il semble que davantage de personnes se plaignent et souffrent des conditions actuelles stressantes du travail. Les médecins généralistes sont les premiers à recevoir ces personnes en souffrance. Catherine Vasey, psychologue, gestalt-thérapeute, spécialiste du burn-out à Lausanne, propose quelques réflexions et points de repère quant au dépistage et au traitement de cette problématique. (Voir article complet sur [www.svmed.ch](http://www.svmed.ch), rubrique presse – Courrier du médecin vaudois.)

Par cet article, Mme Vasey souhaite encourager les échanges et le travail en réseau (médecins, psychologues, psychiatres, RH) pour mieux répondre aux besoins spécifiques des patients qui souffrent du burn-out. Elle se tient à votre disposition pour toute question complémentaire et échange de pratique. Vous pouvez également trouver les informations essentielles sur le burn-out dans un livre court et accessible au grand public, donc aux patients: *Burn-out: le détecter et le prévenir*, Catherine Vasey, éditions Jouvence, 2007 (disponible dans toutes les librairies ou sur le site [www.jouvence](http://www.jouvence)).

Références et coordonnées de Mme C. Vasey sur [www.noburnout.ch](http://www.noburnout.ch)

Assurez la protection des données de vos patients !

Ces derniers mois, à deux reprises, des ordinateurs ont été dérobés lors de cambriolages de cabinet médical. Cela amène le Service de la santé publique à rappeler aux médecins installés que les données des patients contenues dans les disques de ces appareils sont protégées par le secret professionnel. Il est dès lors important d'activer systématiquement les systèmes de sécurité

permettant aux seuls détenteurs du code d'accès de pouvoir disposer de ces données. Il est également rappelé que des procédures de sauvegarde doivent être faites une ou deux fois par semaine afin de pouvoir retrouver les données en cas de perte d'ordinateurs, que ce soit suite à un incendie ou à un vol.

Dr Daniel Laufer, médecin cantonal



## 9<sup>e</sup> Journée SVM: mobilisez-vous!

Le **24 avril 2008** sera l'occasion de mieux comprendre ce que l'avenir réserve aux médecins et aux patients dans notre pays.

Colloque du **prof Pierre-François Leyvraz**, actuellement directeur du Département de l'appareil locomoteur et futur directeur général du CHUV. Il s'exprimera, au travers des questions posées par le **Dr Bertrand Kiefer**, rédacteur en chef de la *Revue médicale suisse*, sur le thème d'« Un médecin à la barre d'un hôpital universitaire et de la Faculté de biologie et de médecine, qu'est-ce que ça change ? ».

Puis ce sera l'occasion de lancer la campagne contre le projet de **nouvel article constitutionnel 117a**. Cette votation du 1<sup>er</sup> juin 2008 est décisive car elle donnera une orientation contraignante à notre système de santé. Sous couvert de « qualité et efficacité économique dans l'assurance-maladie », c'est bien de la **suppression de l'obligation de contracter et du monisme** qu'il s'agit.

C'est **Claude Froidevaux**, notre désormais fidèle animateur, qui assurera le déroulement de l'ensemble de la manifestation.

Retrouvez toutes les infos sur votre site [www.svmed.ch/actualite](http://www.svmed.ch/actualite) et espace membre, notamment la nouvelle rubrique « Votation du 1<sup>er</sup> juin 2008 » qui regroupera tous les documents et informations concernant cette votation.

### Prochaines parutions

No 3/2008	14 mai 2008	No 4/2008	25 juin 2008
(délai rédactionnel 11.04.2008)		(délai rédactionnel 23.05.2008)	

## Appel aux médecins des groupes d'intervision

L'Association des médecins indépendants (AMI) souhaite recenser les groupes existants de formation continue de type supervision-intervision entre pairs en psychosomatique (type « groupe Balint » et « vidéo-kränzli »).

Il apparaît en effet à plusieurs membres de la SVM que ce versant de la formation continue des médecins mérite d'être connu, soutenu et encouragé, y compris dans les réseaux, notamment afin de valoriser l'importance de l'aspect relationnel et de la psychosomatique dans la médecine de premier recours.

Un groupe de travail dans lequel vous êtes bienvenus lancera une enquête structurée et travaillera sur les moyens à développer. Nous vous remercions dès lors de bien vouloir vous faire connaître via notre adresse e-mail: [formationcontinue@svmed.ch](mailto:formationcontinue@svmed.ch)

## Agenda

Le **Groupement des pédiatres vaudois** vous convie à une assemblée ordinaire le **10 avril à 19h** à l'Hôpital de l'Enfance de Lausanne.

Le **Groupement des médecins scolaires vaudois** organise un après-midi de formation, **jeudi 24 avril 2008** à Crêt-Bérard de 14h à 16h30, sur le thème « Réseaux scolaires et secret médical: les limites du médecin scolaire ».

La **9<sup>e</sup> Journée SVM** se déroulera le **24 avril 2008** à l'Aula des Cèdres, dès 13h30.



**20 Km de Lausanne:** rendez-vous le **26 avril 2008** au stand ASMAV-SVM.

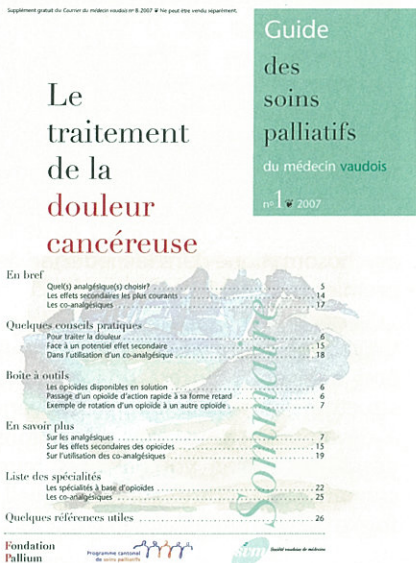
**Attention:** dernier délai pour s'inscrire!

## Réactions positives pour le Guide des soins palliatifs

Le premier cahier de cette publication a été favorablement accueilli. Voici quelques extraits des messages reçus :

- Votre guide est très bien fait. Simple, concis, utile, bravo !
- J'ai flashé sur le contenu pratique et la mise en page est agréable.

Supplément gratuit du Courrier du médecin vaudois n° 8 2007. Il ne peut être vendu séparément.



- Ce guide me semble être un élément essentiel pour la suite du programme et pour la diffusion des soins palliatifs. De plus il est clair, bien présenté et structuré. Encore un très grand merci.
- C'est une superbe réalisation qui fera sans nul doute date dans l'histoire lémanique; peut-être même que la SVM pourrait directement interpeller son homologue genevoise afin d'envisager une diffusion extra-cantonale ?
- Je me félicite de ce que la SVM (et le SSP j'imagine par le programme cantonal) initie ainsi la publication de guides cliniques.
- Magnifique et ambitieux projet... et l'idée du binôme spécialiste/généraliste interniste est un tremplin qui apparaît indispensable pour diffuser l'information et la faire adopter par les praticiens. Le premier chapitre que j'ai rapidement parcouru invite à la lecture et le design est juste superbe. Bravo !

Vous trouverez le deuxième cahier du *Guide des soins palliatifs* en annexe à ce numéro du CMV.

## Non-remboursement de traitement de physiothérapie – ordonnance « non conforme »

Certaines caisses-maladie ont envoyé des courriers aux physiothérapeutes – avec copies aux médecins traitants – selon lesquels elles refusent de rembourser les prestations de physiothérapie sous prétexte que l'ordonnance n'est pas conforme à la convention.

PhysioVaud rappelle qu'il n'existe aucune obligation légale d'utiliser les formulaires proposés format A4 tant que l'information nécessaire au remboursement des prestations de physiothérapie est mentionnée selon les dispositions d'exécution de la convention tarifaire du 1<sup>er</sup> septembre 1997.

Vous pouvez trouver l'ensemble de la prise de position de PhysioVaud sur [www.svmed.ch](http://www.svmed.ch) – espace membres – prestations – partenaires paramédicaux.



PUBLICITÉ



**RIGOLET SA**

Depuis 1969 à votre service

Grand-Rue 92  
1820 Montreux

Téléphone 021 963 07 08  
Téléfax 021 963 14 07

Les cabinets médicaux  
sont notre spécialité

Budget d'installation

Gestion comptable et fiscale

Décomptes salaire du personnel

Assurances sociales

Expert fiduciaire diplômé

Membre de l'Union Suisse des Fiduciaires

# Courrier du médecin vaudois

Revue de la Société vaudoise de médecine

**Société vaudoise de médecine**

Chemin de Mornex 38 – 1002 Lausanne  
Tél. 021 651 05 05 – Fax 021 651 05 00  
info@svmed.ch – www.svmed.ch

**Rédacteur responsable**

Pierre-André Repond, secrétaire général

**Secrétaires de rédaction**

Catherine Borgeaud Papi / CBP  
Agnès Forbat / AF  
(Rochat & Partenaires Lausanne)

**Comité de rédaction du CMV**

Dr Georges Buchheim  
Dr Louis-Alphonse Crespo  
Dr Charles-A. Favrod-Coune  
Dr Jean-Philippe Grob  
Dr Henri-Kim de Heller  
Dr Jean-Pierre Randin  
Dr Patrick-Olivier Rosselet  
Dr Francis Thévoz

**Réalisation et régie des annonces**

inEDIT Publications SA  
Chemin des Jordils 40  
Case postale 74 – 1025 Saint-Sulpice  
Tél. 021 695 95 95 – Fax 021 695 95 51

**Illustrations**

Couverture et photos: Fariba De Francesco, CBP. Portrait: ©Marathon de New York. Dessin: Yves Giroud.

Le Comité de la SVM encourage ses membres à adresser un courrier de lecteur à la rédaction du CMV. Il prie toutefois les auteurs de se limiter à un texte de 1500 caractères au maximum, espaces compris. Si le texte devait dépasser cette longueur, des coupures pourraient être apportées par la rédaction.

Le Comité de la SVM rappelle que la présence d'un encart publicitaire dans le CMV n'engage pas la SVM.

# Dr Christian Frigerio

La plénitude du coureur de fond

Sous la lumière rasante d'une magnifique fin de journée d'hiver, le cabinet du Dr Christian Frigerio, interniste et allergologue à Paudex, semble en harmonie avec sa personnalité : simplicité, mais aussi un grand souci du détail. Objets souvenirs et photos témoignent d'affections, de rencontres et d'émotions partagées. Et surtout de sa passion pour la course à pied, notamment les marathons, « un peu plus de 42 km de bonheur ! ».



Devenir médecin est peut-être la première manifestation du goût de Christian Frigerio pour les parcours de longue haleine. « Elève moyen, je n'étais bon qu'en gymnastique ! » précise-t-il en souriant. Rien ne le prédestinait donc à la médecine, si ce n'est son intérêt pour les métiers à dimension humaniste, des jobs de vacances en milieu hospitalier, sa capacité à relever les défis grâce à des parents qui lui ont toujours fait confiance et... une conférence sur Ambroise Paré au collège.

Enfant, le Dr Frigerio a pratiqué spontanément plein de sports avec les copains du quartier où il a grandi à Lausanne. Par la suite, les études, les séjours à l'étranger, l'arrivée des enfants l'empêcheront quelque temps d'exercer un sport de manière suivie et organisée. Il revient à la course populaire en 2000 lorsqu'il court à nouveau les 20 Km de Lausanne. C'est aussi une histoire d'amitié. Le Dr Frigerio explique, avec la pointe d'humour qu'il met dans toutes choses, que c'est suite à un pari dont l'enjeu était un repas gastronomique qu'il s'est lancé dans la course avec un ami. Prenant goût à ce « sport simple où vous êtes seul maître à bord », ils s'inscrivent ensuite au Marathon de Lausanne. Depuis, ils en courent un par année et ne manquent pas les 20 Km de Lausanne. En 2008, le Dr Frigerio portera avec plaisir le T-shirt *Ton tou-bib se bouge*.

### Courir, un voyage à dimensions multiples

Quand il court, Christian Frigerio se déplace dans son corps et dans sa tête. Il savoure la liberté d'aller où il veut, au rythme qu'il s'est choisi. « Je cours généralement en fin de journée, j'aime cet effort régulier en contact avec la nature au fil des saisons et par tous les temps. Peu à peu, je me libère de mon corps, je m'allège des soucis de la journée, je métabolise tranquillement tout en écoutant de la musique sur mon i-pod. » Le Dr Frigerio recommande aussi à ses patients cette « relaxation active » qui vous laisse libre et vise l'harmonie du corps et du mental. Il ne cherche pas la performance, juste à « titiller mes limites ». Il aime à dire qu'on ne triche pas avec la course à pied car « on ne peut rien faire de plus que ce

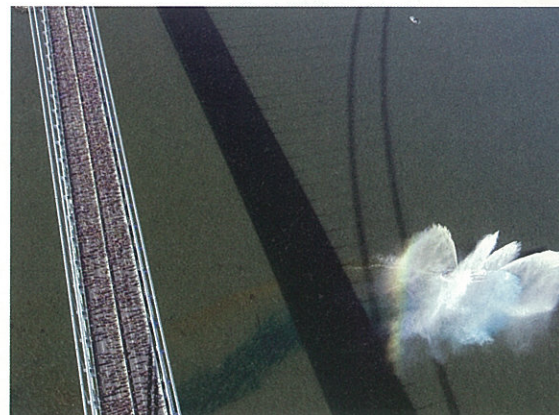
que l'on vaut, mais une bonne gestion des capacités vous aide à faire le mieux de ce que vous valez ». Avant un marathon, le Dr Frigerio s'entraîne trois fois par semaine en Lavaux, au bord du lac et dans les bois du Jorat. Grâce à la course à pied, il a redécouvert Paris, Munich, Berlin et, tout récemment, New York.

### Chris dans la Grande Pomme

Le Marathon de New York est une course mythique, un rêve que le Dr Frigerio a réalisé l'an dernier, pour ses 50 ans. « C'est une course à la mesure de la démesure de NY, une occasion de rencontres exceptionnelles et multiculturelles. » Christian Frigerio est intarissable sur cette expérience : « Nous étions plus de 39 000 coureurs à traverser les cinq quartiers de la ville. Il faisait très beau. Je n'oublierai jamais le départ sur le pont Verasano, la plongée dans Manhattan depuis le Queensboro Bridge à la rencontre de milliers de New-Yorkais amassés le long des rues qui scandaient go Chris !\* ». Il a bien sûr couru en musique, au son de chansons des années septante enregistrées en fonction des lieux qu'il allait traverser tout au long du parcours. Des mois après cette aventure, on sent le Dr Frigerio à nouveau ému, les yeux encore pleins de ces images marquantes. Il est vrai que le Marathon de New York est porteur des valeurs qui l'animent, tels l'effort individuel, la découverte, l'improvisation (minutieusement préparée) et la solidarité qui dépasse les cultures et les frontières.

Agnès Forbat

\* Les prénoms des coureurs sont inscrits sur leur maillot (Ndlr).



## L'insuffisance pancréatique exocrine (IPE) chez les diabétiques

Il semble en principe évident que l'insuffisance pancréatique endocrine et l'insuffisance pancréatique exocrine n'évoluent pas de façon totalement indépendante l'une de l'autre. Cependant, jusqu'ici on n'a jamais établi de lien de causalité entre insuffisance pancréatique exocrine et diabète de type 2. Plusieurs études menées ces dernières années permettent de conclure que l'insuffisance pancréatique exocrine est significativement plus fréquente chez les diabétiques que chez les témoins en bonne santé.

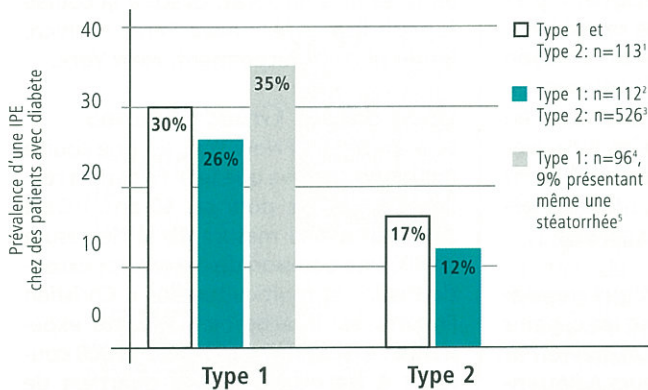


Figure: La incidence dans la population en bonne santé se situe à 4 sur 100'000<sup>6</sup> et est augmentée chez patients avec diabète.

### Conséquences pour la pratique

10 à 35 % des diabétiques (Type 1 ou 2) souffrent en outre d'une IPE.<sup>1,5</sup> Une insuffisance pancréatique exocrine légère, asymptomatique, ne constitue certainement pas en elle-même une indication thérapeutique. Cependant compte tenu de la fréquence de la coexistence

des deux troubles, en pratique clinique il faut toujours aussi envisager une insuffisance pancréatique exocrine lors du diagnostic différentiel chez les diabétiques qui

- souffrent de symptômes gastro-intestinaux peu clairs ressemblant à ceux d'une neuropathie végétative diabétique, par exemple gastroparésie
- présentent des fluctuations glycémiques importantes et inexpliquées
- et surtout perdent du poids.

### Démarche diagnostique<sup>6</sup>

S'il apparaît de tels symptômes, il faut interroger le patient à la recherche d'irrégularités des selles ou d'intolérance aux graisses alimentaires. Il faut en outre évaluer la fonction pancréatique en pratiquant un dosage de l'élastase-1.

Si les examens de laboratoire donnent des résultats pathologiques, on peut entreprendre un traitement substitutif par des enzymes pancréatiques (par exemple avec Créon<sup>®</sup>).

Si le dosage de l'élastase-1 est normal alors qu'il existe des symptômes, il faut, à la place, envisager un diagnostic d'IPE *ex juvantibus*.

Pour plus d'informations sur Créon<sup>®</sup> pour le traitement de l'IPE, se référer au site

[www.solvaypharma.ch/creon](http://www.solvaypharma.ch/creon)

1. Hardt PD: Chronisch obstruktive Pankreatitis und Diabetes mellitus 3c: Eine häufige Erkrankung? Praxis Archiv 7 aus Symposium Medical 5/1999. 2. Icks A, Haastert B, Giani G, Rathmann W. Low fecal elastase-1 in type 1 diabetes mellitus. Z Gastroenterol. 2001 Oct;39(10):823-30. 3. Rathmann W, Haastert B, Icks A, Giani G, Hennings S, Mitchell J, Curran S, Wareham NJ. Low faecal elastase 1 concentrations in type 2 diabetes mellitus. Scand J Gastroenterol. 2001 Oct;36(10):1056-61. 4. Henker J, Thamm K.: Untersuchungen zur exokrinen Pankreasfunktion bei Kindern und Jugendlichen mit Diabetes mellitus Typ 1. Abstract anlässlich der 5. Arztwoche Gastroenterologie/Viszeralchirurgie in Garmisch-Partenkirchen, 1999. 5. Henker J, Thamm K, Münstermann S, Näge A, Rohayern J, Winkler U.: Gastroenterologische Probleme bei Kindern und Jugendlichen mit Typ 1 Diabetes mellitus. Exp Clin Endocrinol Diabetes 2000; 108, Suppl 1: 182. 6. Hammer J, Hammer HF, Schöff R. Chronische Pankreatitis und Pankreasinsuffizienz – Empfehlung zur Diagnosestellung und Therapie in der Praxis; Teil 1: Epidemiologie, Klinik und Diagnostik. 1. Journal für Gastroenterologische und hepatologische Erkrankungen. 2006; 4(1): 7-11.

## Duspatalin<sup>®</sup> agit lors de constipation.





## Formation interactive sur le thème du syndrome du côlon irritable (IBS)

La fréquence du syndrome du côlon irritable est souvent sous-estimée. A l'échelle mondiale, 10-20% de l'ensemble des adultes souffrent de symptômes d'IBS, les femmes étant 2 à 4 fois plus souvent atteintes que les hommes.<sup>1,2</sup> Chez 70% des patients IBS est chronique.<sup>3</sup> Les douleurs et les crampes abdominales liées à des problèmes fonctionnels du tractus digestif sont des manifestations fréquentes d'un IBS. Des ballonnements ainsi que la présence d'une constipation et/ou diarrhée en font également partie.<sup>4</sup>

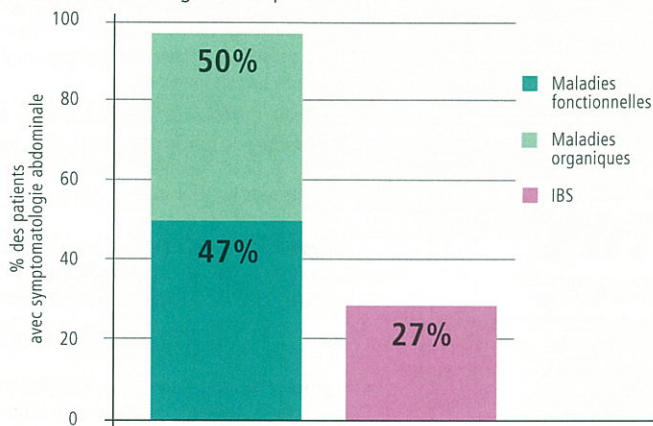


Figure: 27% des patients souffrant de douleurs abdominales présentent des symptômes typiques d'IBS.<sup>5</sup>

Autant la maladie est désagréable pour les patients, autant elle est difficile à diagnostiquer pour le médecin car la plupart des symptômes accompagnent aussi d'autres maladies. On ne parle que d'IBS

lorsque d'autres diagnostics ont été éliminés tels que des origines inflammatoires, mécaniques ou biochimiques.

### Duspatalin® agit sur toutes les formes de syndrome du côlon irritable et est très bien toléré.

Le but du traitement de ce trouble fonctionnel est l'influence du symptôme principal, les douleurs accompagnées de ballonnements, diarrhée et/ou constipation. Duspatalin soulage la douleur, corrige les anomalies de la motilité intestinale en cas de diarrhée, de constipation et dans les formes mixtes. L'efficacité a également été confirmée au sein d'une méta-analyse qui a étudié l'emploi de spasmolytique chez des patients avec IBS en comparaison avec le placebo.<sup>6</sup> Comme les auteurs le démontrent, Duspatalin a amélioré de manière significative l'état général ainsi que les douleurs abdominales. Duspatalin agit localement, ne provoque pas d'effets indésirables anticholinergiques et est également efficace et très bien toléré en traitement de longue durée.<sup>7</sup>

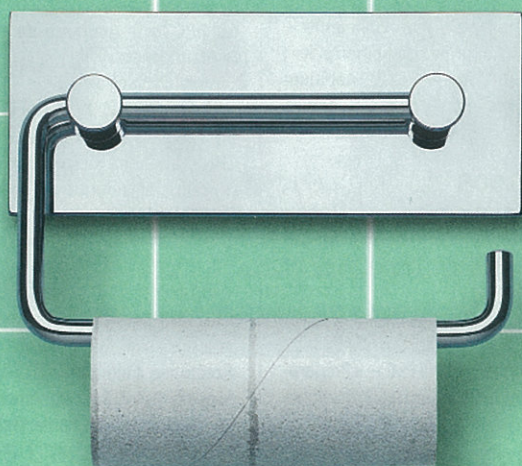
Sur le site

[www.ibs-information.ch](http://www.ibs-information.ch)

vous trouverez dès le 21 janvier 2008 une formation interactive sur le thème du syndrome du côlon irritable (IBS).

1. Francis CY, Whorwell PJ: The irritable bowel syndrome. *Postgrad Med J.* 1997; 73(855): 1-7. 2. Flavel SG: The Irritable Colon Syndrome. *The British Journal of Clinical Practice.* 1985; 39(4): 127-31. 3. Talley NJ et al. Onset and disappearance of gastrointestinal symptoms and functional gastrointestinal disorders. *Am J Epidemiol.* 1992; 136(2): 165-77. 4. Hadley S.K. Treatment of Irritable Bowel Syndrome. *American Family Physician* 2005; 75: 2501-2506. 5. Harvey RF, Saito SY, Read AE. Organic and functional disorders in 2000 gastroenterology outpatients. *Lancet.* 1983; 1(8325): 632-4. 6. Poynard T et al. Meta-analysis of smooth muscle relaxants in the treatment of irritable bowel syndrome. *Aliment Pharmacol Ther* 2001; 15:355-361. 7. Boisson J et al. Tolérance de la Mébévérine à long terme. *Médecine et Chirurgie Digestives.* 1987; 16(4): 289-92.

Et lors de diarrhée.



duspatalin®  
mébévérine

Duspatalin®, spasmolytique et régulateur intestinal, agit sur toutes les formes d'IBS

## Période du 14 avril au 1<sup>er</sup> juin 2008

### ● Mardi 15 avril 2008

**8h30-10h:** Conférences SUPEA – Prof. Luis Vera: « Les thérapies comportementales et cognitives et les nouvelles addictions chez l'enfant et l'adolescent (drogues, jeux vidéo) » – Salle Lucien-Bovet, SUPEA, rez-de-chaussée, rue du Bugnon 23 A, Lausanne. Renseignements: olivier.hafllon@chuv.ch

**9h-17h:** Formation continue ASCOR-FSC – « Transmissions ciblées. Une écriture infirmière adaptée à la réalité du terrain » – Hôpital du Samaritain, Vevey. Renseignements: Vincent Matthys.

**11h-12h:** Colloques de l'IUMSP – M. Michel Graf: « Politique de l'alcool en Europe » – IUMSP, rue du Bugnon 17, Lausanne. Renseignements: Catherine Turrian, tél. 021 314 72 72.

**18h30:** Colloques régionaux de l'hôpital de Morges – D<sup>re</sup> Catherine Waeber: « Endocrinologie: Ménopause et mal dans ma peau » – Auditoire de l'ESIM. Renseignements: D<sup>r</sup> Alain Garcia.

### ● Jeudi 17 avril 2008

**7h45 - 8h45:** Colloque du service de chirurgie pédiatrique – D<sup>r</sup> O. Reinberg: « Reflux gastro-œsophagien de l'enfant » – CHUV, BH 8, Salle de séminaire 2. Renseignements: olivier.reinberg@chuv.ch

**Du 17 au 19 avril 2008:** Séminaire d'imagerie IRM – Prof. Elisabeth Dion, prof Olivier Hauger, D<sup>r</sup> Nicolas Theumann: « Le genou » – Zermatt. Renseignements: marinella.cellini@chuv.ch, tél. 021 314 44 43.

### ● Vendredi 18 avril 2008

**12h15:** Seminars on « Drug discovery and development 2008 » – Grégoire Vuagniaux: « The Cyclophilin Inhibitor Debio-025 I: a potent inhibitor of the Hepatitis C virus » – DPT, rue du Bugnon 27, Lausanne, entrée C3, 1<sup>er</sup> étage, salle de conférences. Renseignements: Prof. Olivier Staub.

### ● Mercredi 23 avril 2008

**9h-17h:** Formation continue ASCOR-FSC – « Atelier de manutention des clients: Apprendre à ménager son dos » – Hôpital du Samaritain, Vevey. Renseignements: M. Vincent Matthys.

**23 au 25 avril:** Grands colloques Vaud – Prof. Panizon, D<sup>r</sup> Noel: « Cours des traitements physiques SSDV » – Service de dermatologie et vénéréologie, avenue de Beaumont 29, Lausanne. Renseignements: Mme Talley, tél. 021 314 03 60, e-mail: christine.talley-baboe@chuv.ch

### ● Jeudi 24 avril 2008

**9h-12h:** Les Jeudis de la Vaudoise – « Gynécologie: Ménopause » – auditoire de la maternité du CHUV. Renseignements et inscriptions: Secrétariat de la formation continue de la SVM, tél. 021 651 05 18, fax 021 651 05 00, e-mail: formationcontinue@svmed.ch

**12h15-13h30:** Colloques de l'IUMSA – Mme C. Agthe-Diserens: « Au risque du désir: Sexualité et handicap: des nouvelles réponses (assistance sexuelle) » – Beaumont 48, Salle de colloque, 1<sup>er</sup> étage. Renseignements et inscriptions: www.unil.ch/formcont.

**Prochain délai pour les annonces concernant la période du 2 juin au 20 juillet 2008: 21 avril 2008**

**15h-17h30:** Colloque de formation continue du Service de cardiologie: D<sup>r</sup> L. Liaudet, J.-D. Aubert, A. Zuffi et Th. Lefèvre: « Indications au cathétérisme droit en 2008? Indications à la ventriculographie gauche en 2008? Prothèses valvulaires percutanées » – CHUV, Auditoire Yersin. Renseignements: maaik.staverman@chuv.ch

### ● Vendredi 25 avril 2008

**12h15:** Seminars on « Drug discovery and development 2008 » – Thomas Weiser: « Importance of toxicology in drug research and development » – DPT, rue du Bugnon 27, Lausanne, entrée C3, 1<sup>er</sup> étage, salle de conférences. Renseignements: Prof. Olivier Staub.

**13h-14h:** Colloque lausannois d'épidémiologie clinique – Prof. B. Burnand: « Gestion thérapeutique (Disease management): une option pour le système de soins » – CHUV, Auditoire Alexandre-Yersin. Renseignements: Secrétariat du CepiC, tél. 021 314 72 86, e-mail: nathalie.rouge@chuv.ch

### ● Samedi 26 avril 2008

**8h30-16h30:** 5<sup>e</sup> journée de Formation post-graduée de l'appareil locomoteur – D<sup>r</sup> N. Theumann: « La cheville et le pied dans tous leurs détails » – CHUV, Auditoire Auguste-Tissot. Renseignements: françoise.hermenjat@chuv.ch

### ● Lundi 28 avril 2008

**17h30-18h30:** L'épileptologie selon... le prof Frank Drislane (Harvard University, Boston, USA): « The value of EEG in the intensive care unit » – CHUV, Salle de séminaire 2. Renseignements: andrea.rossetti@chuv.ch

### ● Mardi 29 avril 2008

**11h-12h:** Colloques de l'IUMSP – M. Frank Zobel: « Politique en matière de drogues illégales: l'approche européenne » – IUMSP, rue du Bugnon 17, Lausanne. Renseignements: Catherine Turrian, tél. 021 314 72 72.

**17h-18h:** Séminaire des techniques chirurgicales du Service de chirurgie viscérale – D<sup>r</sup> Henri Vuilleumier – Prof. Jean-Claude Givel: « Chirurgie des hémorroïdes: quelles techniques en 2008? » – CHUV, Auditoire Auguste-Tissot. Renseignements: Mme D. Kohler, tél. 021 314 13 23, e-mail: doris.kohler@chuv.ch

### ● Mardi 6 mai 2008

**18h:** Grands colloques de chirurgie – Prof. Michael Griffin: « Oesophago-gastric cancer: Nihilism to specialism » – CHUV, auditoire Yersin. Renseignements: demartines@chuv.ch

### ● Mercredis 7 et 14 mai 2008

**9h-17h:** Formation continue ASCOR-FSC – « Préparation à la retraite » – Hôtel Bristol, Territet. Renseignements: M. Vincent Matthys.

### ● Jeudi 8 mai 2008

**9h-16h15:** XXIII<sup>e</sup> Journée romande d'allergologie – Prof. F. Spertini: « Asthme, allergie, environnement. Nouvelles perspectives dans l'asthme et l'allergie » – Hôtel Montreux Palace. Renseignements: Mme Martine Peyrusse Daroussos, tél. 021 323 33 14, e-mail: mpeyruss@ip-worldcom.ch

**12h15-13h30:** Colloques de l'IUMSA – D<sup>r</sup> J. Thurnherr: « Une approche écologique de la violence des jeunes » – Beaumont 48, Salle de colloque, 1<sup>er</sup> étage. Renseignements et inscriptions: www.unil.ch/formcont

### ● Mercredi 14 mai 2008

**16h30:** Colloques de l'IUMSP – Prof. Prabhat Jha: « Death and (tobacco) taxes: tobacco control in developing countries » – IUMSP, rue du Bugnon 17, Lausanne. Renseignements: Catherine Turrian, tél. 021 314 72 72.

### ● Jeudi 15 mai 2008

**12h15-13h30:** Colloques de l'IUMSA – Mmes F. Ali Aden et S. Osman: « Femmes mutilées: plus jamais (film, témoignages et discussion) » – Beaumont 48, Salle de colloque, 1<sup>er</sup> étage. Renseignements et inscriptions: www.unil.ch/formcont

**15h-17h30:** Colloque de formation continue du Service de cardiologie – D<sup>r</sup> F.-X. Borruat et coll., D<sup>r</sup> A. Merz: « Cœur et cœur » – CHUV, Auditoire Yersin. Renseignements: maaik.staverman@chuv.ch

### ● Vendredi 16 mai

**9h-12h30/14h-17h30:** Congrès/Atelier de l'ALASS – « Réseaux, filières et coordination des soins » – Hôpital Beaumont, Auditoire Beaumont, Lausanne. Renseignements: anne.decollogny@arcos.vd.ch

**13h-14h:** Colloque lausannois d'épidémiologie clinique – D<sup>r</sup> D. Aujesky: « Analyse coût-efficacité: éléments méthodologiques et cliniques » – CHUV, Auditoire Alexandre-Yersin. Renseignements: Secrétariat du CepiC, tél. 021 314 72 86, e-mail: nathalie.rouge@chuv.ch

### ● Samedi 17 mai 2008

**8h30-13h:** Congrès/Atelier de l'ALASS – « Réseaux, filières et coordination des soins » – Hôpital Beaumont, Auditoire Beaumont, Lausanne. Renseignements: anne.decollogny@arcos.vd.ch

### ● Mardi 20 mai 2008

**18h30:** Colloques régionaux de l'hôpital de Morges – D<sup>r</sup> Rainer Kaelin: « Réhabilitation pulmonaire chez les BPCO » – Auditoire de l'ESIM. Renseignements: D<sup>r</sup> Alain Garcia.

### ● Jeudi 22 mai 2008

**9h-12h:** Les Jeudis de la Vaudoise – « Urologie » – CHUV, auditoire César-Roux. Renseignements et inscriptions: Secrétariat de la formation continue de la SVM, tél. 021 651 05 18, fax 021 651 05 00, e-mail: formationcontinue@svmed.ch

### ● Mardi 27 mai 2008

**17h-18h:** Séminaire des techniques chirurgicales du Service de chirurgie viscérale – D<sup>r</sup> Igor Langer: « Appendicectomie simple et compliquée » – CHUV, Auditoire Auguste-Tissot. Renseignements: D. Kohler, tél. 021 314 13 23, e-mail: doris.kohler@chuv.ch

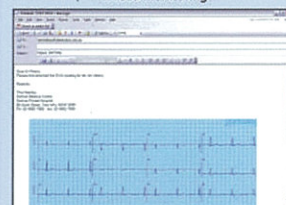
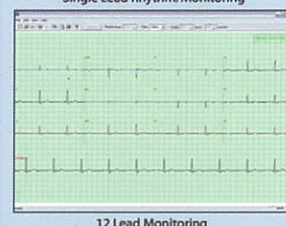
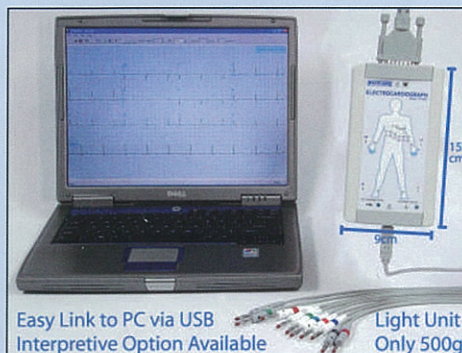
### ● Jeudi 29 mai 2008

**12h15-13h30:** Colloques de l'IUMSA – Prof. J.-B. Daepfen: « Consommation problématique d'alcool: Premiers résultats d'une intervention auprès des conscrits » – Beaumont 48, Salle de colloque, 1<sup>er</sup> étage. Renseignements et inscriptions: www.unil.ch/formcont.

**14h15-15h45:** Conférences SUPEA – D<sup>r</sup> Jean-Yves Hayez: « Réflexion (revisitées) sur la maltraitance sexuelle contre les mineurs » – Auditoire de la Clinique psychiatrique universitaire, Site de Cery, Prilly. Renseignements: olivier.hafllon@chuv.ch

## L'ECG MacQuarie CT-200 C – 1 interface et 1 software pour votre PC

Petit boîtier interface simple à installer sur votre PC ou portable. MacQuarie CT200C se connecte et est alimenté via sa prise USB. Il vous offre une surveillance en continu des complexes cardiaques et la possibilité d'acquérir, de stocker, d'imprimer ou d'envoyer par courrier électronique l'enregistrement 12 dérivation. MacQuarie CT200C constitue une solution extrêmement souple pour son utilisateur. Réduit à un boîtier interface d'où se connecte le câble patient à 10 dérivation ainsi qu'un logiciel, MacQuarie CT200C est une solution très économique ouvert à tous.



**Atrium** Equipement médical  
Informatique **Concept**

Rte de l'Arzillier 31  
1302 Vufflens-la-Ville  
Tél. 021 784 16 74 Fax 021 784 16 06  
Courrier : [info@atriumconcept.ch](mailto:info@atriumconcept.ch)  
Internet : [www.atriumconcept.ch](http://www.atriumconcept.ch)



Clinique de  
**La Source**  
Lausanne

La qualité au service de votre santé

**Tous traitements chirurgicaux et médicaux - maternité**  
Etablissement privé de 150 lits

- Centre d'urgences médico-chirurgicales 7j/7
- Service de soins intensifs
- Présence d'un médecin anesthésiste FMH, 24h/24
- Centre ambulatoire
- Centre de cardiologie interventionnelle

- Institut de radiologie (I.R.M., CT-SCAN, PET-CT)
- Institut de radio-oncologie
- Laboratoires
- Centre de procréation médicalement assistée
- Institut de physiothérapie

Avenue Vinet 30  
1004 Lausanne

Tél. ++41 (0)21 641 33 33  
Fax ++41 (0)21 641 33 66

[www.lasource.ch](http://www.lasource.ch)  
[clinique@lasource.ch](mailto:clinique@lasource.ch)

THE SWISS  
LEADING  
HOSPITALS  
BEST IN SWISS

# Enfin une nouvelle couleur pour votre cabinet grâce à CB6



## Le nouveau logiciel d'administration de la Caisse des Médecins est arrivé!

Le logiciel de gestion des prestations et de facturation est gratuit pour les clients de la Caisse des Médecins. Grâce à l'argent ainsi économisé, vous pouvez par exemple faire repeindre votre cabinet. Vous pouvez aussi, au moyen de l'interface XML, effectuer vos facturations avec un autre logiciel via la Caisse des Médecins. Mais votre cabinet devra alors renoncer à sa nouvelle couleur...



ÄRZTEKASSE



CAISSE DES MÉDECINS

CASSA DEI MEDICI

### CAISSE DES MÉDECINS

Société coopérative

Route de Jussy 29 · 1226 Thônex GE

Tél. 022 869 46 30 · Fax 022 869 45 06

[www.caisse-des-medecins.ch](http://www.caisse-des-medecins.ch)

[romandie@caisse-des-medecins.ch](mailto:romandie@caisse-des-medecins.ch)