



**DOC**

LE RENDEZ-VOUS  
DES MÉDECINS  
VAUDOIS

N° 02  
MAI 2022



**SOIGNER  
L'HUMAIN ET  
L'ENVIRONNEMENT**

Interview du  
Dr Bertrand Piccard

Médecine, entre  
art et science

Journée SVM  
du 13 octobre :  
cabinet du futur

# LA MEILLEURE FAÇON DE RETROUVER SA MOBILITÉ.

Catherine a retrouvé sa liberté de mouvement. Des soins médicaux personnalisés et une collaboration interdisciplinaire sont un gage de qualité et la recette de notre succès. Grâce à notre expérience, vous pourrez, vous aussi, retrouver rapidement votre mobilité d'avant.

Conseil et information - T 0848 333 999  
[www.hirslanden.ch/orthopedie](http://www.hirslanden.ch/orthopedie)



# LES MÉDECINS AU CŒUR DES STRATÉGIES ENVIRONNEMENTALES DE LA SANTÉ

**L**e premier dossier de cette deuxième édition de DOC fait bien d'aborder la question très actuelle et pressante des liens entre la médecine et l'environnement, à laquelle les médecins sont particulièrement sensibles et désireux/ses de contribuer. Ce n'est pas le thème d'un jour mais un axe majeur qui doit s'inscrire dans la durée. Raison pour laquelle il figurera en bonne place au programme de la prochaine **Journée de la Société vaudoise de médecine, le jeudi 13 octobre 2022**. Le traitement des sujets qui y figureront, et particulièrement celui-ci, est conçu pour dégager les futures orientations et des mesures concrètes.

Sans préjuger des discussions à venir, on peut d'ores et déjà penser à trois espaces qui permettraient de donner une véritable portée à ces intentions. Ceci tient compte de la compétence et de la responsabilité primaires des cantons en matière de santé.

**1 Partenariat public-privé renforcé:** une extension et sans doute une intensification des échanges entre le DSAS et la Société vaudoise de médecine, sous l'égide de la convention DSAS-SVM, permettraient une prise en compte pragmatique de ces préoccupations, tout en contextualisant le traitement parfois réducteur des questions liées à la valeur du point ou encore à l'évolution des coûts de la santé.

**2 Normes publiques adaptées:** voici un bon exemple de ce qui pourrait être amélioré dans un tel partenariat pour dépasser les tensions qui ont suivi l'élaboration par l'office du médecin

cantonal de nouvelles lignes directrices architecturales pour le cabinet médical fin 2016. Ces dernières ont beaucoup agité la profession, à juste titre. Elles ont conduit à l'exact opposé des préconisations judicieuses du Prof. Nicolas Senn et du Dr John Nicolet (voir pages 14-15) visant au redimensionnement de la surface du cabinet, puisqu'elles ont poussé à l'augmentation générale des surfaces des nouveaux cabinets. C'est aussi le cas dans une moindre mesure pour les dispositions liées à l'hygiène hospitalière appliquées au cabinet médical. Leur effet a tendu vers un élargissement de l'usage délétère de matériel à usage unique, tendance encore renforcée par des incitatifs tarifaires.

**3 Conventions collectives de travail des médecins-chef-fes:** elles sont un autre espace à disposition pour encourager des initiatives positives en la matière. L'extraordinaire développement des hôpitaux sur les plans architectural, technologique, industriel et administratif tend à affaiblir le positionnement des médecins dans les structures où ils et elles exercent. C'est ce que veulent précisément balancer les conventions collectives en faisant du médecin un-e partenaire des stratégies de l'hôpital, lesquelles doivent intégrer les dimensions environnementales et les faire partager.

C'est notamment vrai lors de la construction d'un nouvel hôpital ou en cas d'extension ou de transformation. Qu'en a-t-il été pour la construction de Rennaz et qu'en sera-t-il des prochains développements?



**Pierre-André Repond**  
Secrétaire général  
de la SVM

<sup>1</sup> «Lignes directrices architecturales pour la réalisation d'une structure de soins ambulatoires – Novembre 2016», Service de la santé publique, DSAS, 2016.



05

## INFOS SVM

06

## EN BREF

08

## ENTRETIEN *Dr Bertrand Piccard*

10

## DOSSIER MÉDECINS & ENVIRONNEMENT

12

Santé et environnement en Suisse

14

Empreinte carbone des cabinets médicaux

16

Ecoresponsabilité en endoscopie digestive

17

Guide pratique pour médecins installé-es

18

Interview croisée : durabilité à l'hôpital

20

Check-up humour

21

Plateforme « Durabilité et santé »

22

Les médecins face à l'urgence climatique

24

Action politique

25

Ce qu'en pense *Matthias Stucki*


**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/doc-mag

**Rédacteur en chef**

Pierre-André Repond,  
secrétaire général de la SVM

**Concept et secrétariat  
de rédaction**

ftc communication SA  
www.ftc.ch

**Comité de rédaction**

Dre Sophie Barcelo  
Prof. Jacques Besson  
Dr Marc-Antoine Bornet  
Dr Philippe Eggimann  
Dre Sandy Estermann  
Dr Henri-Kim de Heller  
Dr Jean-Pierre Randin  
Dr Patrick-Olivier Rosselet  
Dr François Saucy

**Maquette et  
mise en page**

enzened, Nicolas &  
Mélanie Zentner,  
Mathieu Moret  
www.enzed.ch

**Impression**

PCL Presses  
Centrales SA,  
Renens

**Régie publicitaire**

Urbanic Sàrl  
Tél. 079 278 05 94  
info@urbanic.ch

**Illustrations**

Régis Colombo,  
couverture + p. 9  
Tomas Fryscak, p. 26  
Nicolas Zentner,  
portraits + p. 10

Le Comité de rédaction précise que, sous réserve des articles signés par des responsables attitré-es de la SVM, les articles publiés ne reflètent pas nécessairement la position officielle de la SVM ou de son comité, mais seulement l'opinion de leurs auteur-es.

26

**DOSSIER** MÉDECINE & ART

28

**Arts visuels en médecine**

30

**Médecine et créativité**

32

**Musique en soins palliatifs**

34

**Témoignages de médecins artistes**

38

**L'art à l'hôpital**

39

*Dre Catherine Léchaire*
**VISITE MÉDICALE**

40

**POLITIQUE**

42

**AILLEURS**

43

**MA PRATIQUE**

44

**HISTOIRE D'EN PARLER**



## Des formations continues de haut niveau et adaptées à vos besoins !

16.06.2022  
9-12h

### LES JEUDIS DE LA VAUDOISE **APPROCHES MANUELLES DANS LES DOULEURS MUSCULO-SQUELETTIQUES**

Auditoire César-Roux (CHUV) et en visioconférence.



Avec le soutien de



24.09.2022  
17-19h

### **CERCLES DE QUALITÉ EN EMS: VERS UNE ANALYSE AU LIT DU RÉSIDENT?**

Dans les locaux de la SVM et en visioconférence.

24.11.2022  
Dès 16h30

### **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU GMEMS ET CONFÉRENCE**

Commission d'examen des plaintes des patients, résidents ou usagers d'établissements sanitaires et d'EMS: mission et fonctionnement au travers d'exemples concrets.



13.09.2022  
—  
27.09.2022  
—  
06.10.2022  
—  
Dès 18h30

### **INSTALLATION EN CABINET**

1. «J'aimerais m'installer»
2. «Je vais m'installer»
3. «Je m'installe: cas pratiques»  
CHUV – Bâtiment de la PMU.



#### Renseignements et inscriptions

Commission SVM de la formation continue | [www.svmed.ch/formation-pratique](http://www.svmed.ch/formation-pratique) | [formationcontinue@svmed.ch](mailto:formationcontinue@svmed.ch)  
Tél. 021 651 05 05 | Programmes sous réserve de modifications.



## ÉLECTION DU DR HERVÉ PROBST AU COMITÉ DE LA SVM

Spécialiste en chirurgie vasculaire et chirurgie générale et médecin chef à l'Ensemble Hospitalier de la Côte, le Dr Hervé Probst a été nommé à une large majorité au sein du comité de la SVM lors de l'Assemblée des délégués du 31 mars 2022. Il succède au Dr Philippe Saegesser qui, fraîchement retraité, ne sollicitait pas de nouveau mandat.

## VALEUR DU POINT : DES NOUVELLES DU FRONT

Une étude chiffrée va être menée d'ici l'été par la Direction générale de la santé pour déterminer l'impact d'une baisse de la valeur du point sur le chiffre d'affaires des cabinets médicaux vaudois ainsi que les conséquences d'une réduction des charges sur la qualité des soins. En préambule à cette enquête, la SVM a transmis les résultats d'une étude sur la comptabilité de 158 cabinets (publiée dans le *Courrier du médecin vaudois* de juin 2018). Les travaux porteront ensuite sur le développement d'une méthodologie d'analyse commune de l'évolution des coûts de la santé et de la démographie médicale. C'est dans ce cadre que l'impact des coûts à charge de l'assurance maladie, par suite du passage de certaines prestations du stationnaire à l'ambulatoire, sera analysé. La SVM a par ailleurs réitéré sa demande de promulgation d'un tarif-cadre par l'Etat pour l'ensemble des conventions approuvées, lors de l'approbation des conventions tarifaires conclues avec CSS et HSK pour 2022 et 2023.

# LE CONDITIONNEMENT PLASTIQUE, OPTION LA PLUS ÉCOLOGIQUE

Parler d'écologie en médecine dans un magazine livré sous film plastique, n'est-ce pas l'hôpital qui se moque de la charité? Aussi surprenant que cela puisse paraître, ce mode de conditionnement est pourtant celui qui affiche le meilleur bilan énergétique en considérant l'ensemble du cycle de vie! Une étude comparative menée en 2021 par le Laboratoire fédéral d'essai des matériaux et de recherche (Empa) a démontré que l'emballage dans une feuille synthétique en polyéthylène recyclé fin (comme c'est le cas pour DOC), sans plastifiant ni métaux lourds, demeure la moins énergivore en l'état actuel des connaissances. A condition bien sûr de l'éliminer convenablement avec les déchets ménagers.

Les films végétaux se décomposent en revanche très difficilement, sont constitués de matières premières particulièrement coûteuses en ressources naturelles et proviennent généralement de pays lointains dont les pratiques environnementales laissent à désirer (monoculture, déforestation). L'enveloppe papier est encore pire, en raison du coût considérable en eau et en énergie que requiert sa production, ainsi que de son poids unitaire jusqu'à dix fois supérieur au film plastique. Quant à l'envoi sans emballage, il n'est pas envisageable dans la mesure où la Poste impose une surtaxe d'au moins 25 cts/pièce sans garantie de qualité (magazine potentiellement déchiré ou détrempe), sans parler des diverses contraintes liées à l'impression des adresses directement sur la couverture. Les PCL Presses Centrales, en charge de l'impression de DOC, sont toujours à la recherche des meilleures solutions environnementales et nous continuerons à opter pour le conditionnement le plus durable.

Sources : [www.pcl.ch/fr/environnement](http://www.pcl.ch/fr/environnement); Bon à savoir, « Plus écolo que le papier, l'enveloppe plastique », mai 2021; Ma planète (RTS), « Les films plastiques des magazines », 05.03.2021

## JOURNÉE SVM SUR LE CABINET DU FUTUR

La 21<sup>e</sup> édition de la Journée SVM se tiendra jeudi 13 octobre 2022 dès 15h dans le tout nouveau centre d'affaires Millennium à Crissier. Elle s'inscrit dans une démarche prospective, invitant à réfléchir au cabinet médical du futur sous divers aspects : modèle économique, évolution technologique et informatique, durabilité et environnement... De plus amples informations sur le programme et les intervenant-es suivront d'ici l'été!

SAVE THE DATE!

13.10  
2022

INFOS SVM

48

L'article de la LAMal qui oblige les autorités cantonales à édicter un tarif-cadre pour chaque convention tarifaire passée entre médecins et assureurs. Un devoir confirmé par l'arrêt du Tribunal administratif fédéral C\_4052/2019 du 11 mars 2021, à consulter en scannant le QR code ci-dessous.



+2

Le Conseil d'Etat zurichois a annoncé fin mars sa décision d'augmenter de 2 centimes la valeur du point tarifaire des médecins du canton pour la fixer à 91 centimes, avec effet rétroactif au 1<sup>er</sup> janvier 2018. Les relevés nationaux des coûts d'exploitation (MAS & RoKo) témoignent en effet d'une tendance claire : le chiffre d'affaires des médecins libéraux zurichois (entre autres) ne cesse de diminuer alors que les charges augmentent, ce qui provoque une inévitable baisse de revenus. Il était temps de remettre l'église au milieu du village!

Le taux de médecins âgé-es de plus de 60 ans en Suisse selon la statistique médicale 2021 de la FMH, alors que 38% seraient titulaires d'un diplôme étranger. Notre faïtière s'inquiète - à raison - des répercussions de ce vieillissement du corps médical dans notre pays, de la dépendance envers l'étranger en termes de relève et des risques de pénurie que cette situation laisse présager.

1/4

## « CARTON JAUNE » POUR LA POLITIQUE DE SANTÉ VAUDOISE



© Jean-Bernard Steiber - ARC

A l'initiative d'un collectif d'une quinzaine de médecins indépendant-es, entre 250 et 300 de leurs consœurs et confrères se sont réuni-es mardi 29 mars dernier devant le Parlement vaudois pour exprimer leur mécontentement envers la politique de santé actuellement menée par le Canton.

À VOS AGENDAS!

Du 8 avril au 17 juillet 2022, l'exposition « Take Care : Art et Médecine » aborde le corps et ses défaillances, ainsi que la pratique de la médecine au travers de 300 œuvres d'artistes du 15<sup>e</sup> siècle à nos jours au Kunsthau Zurich.

### COUP DE THÉÂTRE À L'HÔPITAL

Créée en 2020 sur la Riviera, la compagnie Igloo a été fondée par Anna Krenger et Alain Ghiringhelli dans le but de servir des projets à consonance sociale. Notamment touché-es par la thématique de l'hospitalisation, les deux comédien-nés ont proposé des pièces de théâtre en six formats courts à choix aux résident-es de la Fondation Rive-Neuve durant toute une semaine en mars dernier. Directement jouée dans la chambre des patient-es intéressé-es, l'initiative baptisée « Chambre 216 » sera réitérée au CHUV du 20 au 24 juin et du 6 au 10 juillet prochains.



© Méloody Pointet



## Avec le Fonds de prévoyance de la SVM, optez pour un 2<sup>e</sup> pilier sur mesure et 100% garanti.

- Conseil neutre et professionnel
- Solutions de prévoyance modulaires
- Une gestion en ligne de vos affaires

Pour répondre aux besoins spécifiques des médecins, la Société Vaudoise de Médecine et Retraites Populaires ont créé le Fonds de prévoyance de la SVM. C'est pourquoi aujourd'hui plus de 900 médecins vaudois et leur personnel nous font confiance.

**Contactez-nous, sans engagement**

[www.retraitespopulaires.ch/svm](http://www.retraitespopulaires.ch/svm)

021 348 26 27



**FONDS DE  
PRÉVOYANCE**

# « LES MÉDECINS DOIVENT SOUTENIR PLUS ACTIVEMENT LA PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT »

*Il est médecin psychiatre spécialiste de l'hypnose ericksonienne, explorateur des temps modernes ayant effectué deux fois le tour du monde, en ballon puis en avion solaire, et président de la Fondation Solar Impulse. Porte-drapeau d'une croissance qualitative, le Dr Bertrand Piccard nous livre sa vision d'une troisième voie qui vise à stimuler la création de richesses grâce à des mesures permettant de diminuer gaspillage et pollution. Entretien inspirant.*

Propos recueillis  
par la rédaction

**Psychiatre, explorateur, ambassadeur des technologies propres et efficaces... comment chacune de ces facettes a-t-elle enrichi les autres ?**

En tant que médecin, je désirais travailler sur la qualité de vie – pas seulement de mes patients – qui est par beaucoup d'aspects liée à l'environnement au sens large (pollution, énergies, biodiversité, développement durable...). Le tour du monde en avion solaire a été la démonstration symbolique que l'on pouvait accomplir des exploits considérés comme impossibles grâce aux énergies renouvelables et aux technologies propres. Mais l'aventure la plus concrète a commencé après l'atterrissage en cherchant des solutions pour protéger l'environnement dans le cadre de la Fondation Solar Impulse. Nous avons à ce jour identifié et labellisé plus de 1400 solutions écologiques et économiquement rentables. On peut croire que j'ai bifurqué car je n'ai plus de pratique médicale alors que c'est le même esprit qui m'anime : soigner une dépendance aux énergies fossiles avec des produits de substitution – soit des technologies propres, efficaces et créatrices d'emploi – sans que le « patient » n'ait à faire de sacrifices.

**A votre avis, la technologie a-t-elle plus de chances de détruire ou de sauver l'être humain et la planète ?**

La technologie en elle-même ne fait rien, c'est l'être humain qui décide de son

usage. L'erreur serait de prendre comme alibi le fait qu'une technologie future nous sauvera du désastre pour ne rien changer aujourd'hui, alors qu'il existe déjà bien assez de technologies pour fonctionner correctement. Je suis optimiste quand je vois la quantité de solutions qui existent pour remplacer les énergies fossiles et économiser nos ressources. Mais je suis pessimiste lorsque je constate la lenteur avec laquelle ces solutions sont mises en œuvre. Avec des courbes de hausse des températures et d'émissions de CO<sub>2</sub> exponentielles, l'écart entre ce qu'on fait et ce qu'on devrait faire augmente chaque jour.

**Quels sont les principaux freins pour emprunter cette troisième voie que vous qualifiez de croissance qualitative conciliant écologie et économie ?**

Il y a d'abord le laxisme du monde politique qui n'ose pas assumer son rôle de leader. Autre frein : le cadre réglementaire qui devrait être beaucoup plus strict sur le plan environnemental en décourageant les technologies polluantes pour favoriser la mise sur le marché des technologies propres et rentables. Pour la première fois, le rapport du GIEC de février 2022 consacre tout un chapitre aux obstacles à la protection de l'environnement et parle de manière très claire d'absence de leadership, d'erreur de gouvernance, de laxisme et de manque de responsabilités. J'ajouterais encore les idéologies. Le réalisme pour moi, c'est quand on essaie

## À LIRE

**Bertrand Piccard, Réaliste – Soyons logiques autant qu'écologiques, Editions Stock, 2021.**

d'obtenir un résultat au-delà de son idéologie personnelle. Malheureusement, les partis politiques veulent généralement développer leur propre valeur, au détriment des autres, que cela soit l'écologie, l'économie, la sécurité ou la solidarité. Pourquoi ne pas plutôt travailler sur l'intersection entre ces valeurs afin de sortir des clivages? Aujourd'hui les énergies renouvelables, c'est aussi la sécurité car on diminue notre dépendance aux pays peu fiables; écologiquement, leurs atouts sont évidents; économiquement, ces énergies sont devenues moins coûteuses que le gaz, le pétrole ou le charbon, d'autant plus si on intègre les externalités; et comme les technologies propres et efficaces créent des emplois et du pouvoir d'achat, on répond aussi aux valeurs sociales.

**Et en Suisse, le cadre réglementaire est-il adapté aux nouvelles technologies? Ses autorités ont-elles assez d'audace pour suivre cette troisième voie?**

Le cadre réglementaire en Suisse ne permet pas d'avancer plus vite. Le droit de recours – qui est heureusement en train de changer – freine de nombreuses installations renouvelables. Par exemple, un projet hydroélectrique fondamental est bloqué car on a trouvé un insecte menacé dans cette région. Nous avons aussi en Suisse le parc automobile le plus polluant d'Europe car les gens ont plus de moyens de s'acheter de grosses cylindrées, sans parler des résultats de vote concernant la loi sur le CO<sub>2</sub>. Paradoxalement, notre pays est très bien armé pour devenir neutre sur le plan carbone avec ses écoles polytechniques, ses start-ups et sa culture de l'innovation. A présent, il faut que tous les partis s'accordent sur un certain nombre de préoccupations communes. Car si le dérèglement climatique continue, l'insecte en question va de toute façon disparaître!

**Comment résoudre le paradoxe du domaine de la santé qui sert à soigner mais est en même temps un gros émetteur de CO<sub>2</sub>?**

Le secteur de la santé, comme tous les autres d'ailleurs, doit passer aux énergies



Les photos de l'article et de la couverture du magazine ont été réalisées dans les serres du Jardin botanique de Lausanne / Régis Colombo

**« L'écart entre ce qu'on fait et ce qu'on devrait faire augmente chaque jour. »**

renouvelables, devenir plus efficace dans les processus industriels, l'isolation des bâtiments, le traitement des déchets. Dans le monde médical, il y a aussi quelques limites avec, par exemple, le matériel à usage unique, mais de plus en plus de solutions existent pour limiter le gaspillage et recycler les déchets.

**Des conseils pour les médecins en hôpital ou en cabinet pour limiter leur empreinte carbone?**

Les médecins ont un rôle fondamental de communication car ils et elles sont crédibles auprès de la population, des médias et du monde politique. Hormis leur propre responsabilité individuelle qui ne les concerne pas plus que le reste de la population, ceux/celles-ci devraient soutenir beaucoup plus activement la protection de l'environnement, notamment auprès des autorités, car les atteintes à l'environnement impliquent des atteintes à la santé. Or l'action principale du médecin reste la prévention. Rappelons que plus de 8 millions de personnes par an meurent à cause de la pollution de l'air.



## INTRODUCTION

DOSSIER  
MÉDECINE &  
ENVIRONNEMENT

**L** Homo sapiens vit sur terre depuis 300 000 ans. Il a été chasseur-cueilleur pendant 290 000 ans pour se rassembler il n'y a que 10 000 ans en communautés et villages. Son mécanisme biologique est fait pour lutter contre les famines et non l'abondance. Rien qu'en lisant ces lignes, il paraît évident que l'être humain n'est pas fait pour être assis dans un moyen de transport, profiter d'ascenseurs et d'escalators et travailler sans bouger derrière un ordinateur. La mise en mouvement est essentielle pour tous les systèmes du corps : musculo-squelettique, cardio-vasculaire, digestif, cognitif, mais aussi psychique, et cela à tout âge.

## SOIGNER L'HUMAIN ET L'ENVIRONNEMENT

Il se trouve qu'une des manières les plus efficaces de diminuer les coûts de la santé est de faire de la prévention. Il se trouve aussi que 6% de l'impact écologique de ce secteur sont directement imputables aux cabinets en raison des moyens de transport des médecins et des patient-es ainsi que de la grandeur des locaux et de leur isolation. En motivant nos patient-es à utiliser moins souvent leur voiture, à augmenter leur périmètre de marche, à se nourrir mieux avec moins de viande et moins d'aliments transformés, nous avons un impact direct sur leur santé, leur qualité de vie et notre environnement. Cela en va de même pour différentes pratiques médicales plus spécifiques (endoscopie, chirurgie, etc.).

Nous voyons souvent « l'effort écologique » comme une privation, alors qu'au niveau de la santé il s'agit le plus souvent d'un gain. Il nous est difficile d'agir sur les fonds de placement de notre AVS qui provoquent pourtant une dette en CO<sub>2</sub> pour chaque citoyen-ne, ainsi que sur l'empreinte carbone importante du secteur pharmaceutique. Nous avons par contre les moyens de réduire significativement l'impact écologique dans nos hôpitaux et nos cabinets en améliorant la santé de nos patient-es, avec un bénéfice individuel et collectif.



**Dre Sandy Estermann**  
Membre du comité de rédaction



**Dr Henri-Kim de Heller**  
Membre du comité de rédaction



12,6

L'OMS estimait, en 2019, à 12,6 millions le nombre annuel de décès dus à la pollution ou à un environnement insalubre.

## UNE RELATION AUX MULTIPLES FACETTES

*L'Office fédéral de l'environnement a chargé l'Institut Tropical et de Santé Publique Suisse de réaliser une étude visant à mettre en évidence les effets de divers facteurs environnementaux sur la santé et à identifier les lacunes en matière de données. Retour sur les principaux enseignements publiés fin 2019.*

**D**es études épidémiologiques prouvent les effets négatifs des polluants atmosphériques sur la santé. Outre les maladies pulmonaires telles que l'asthme, les allergies et la bronchite chronique, ceux-ci favorisent l'apparition d'autres maladies non transmissibles comme le cancer du poumon et les maladies cardio-vasculaires. Les mesures de réduction des émissions ont permis de diminuer la pollution atmosphérique en Suisse depuis les années 1970 : les oxydes d'azote, le dioxyde de soufre et les composés organiques ont sensiblement baissé dans l'air. Cependant, la situation d'autres polluants, notamment des poussières fines et de l'ozone, n'est toujours pas satisfaisante.

### IL N'Y A PAS QUE LES POLLUANTS...

La législation sur les produits chimiques a permis de réduire les concentrations de certains polluants organiques très répandus et difficilement dégradables et de métaux lourds toxiques, comme le cadmium et le mercure, dans l'environnement. Enfin, les mesures de protection des eaux jouent un rôle essentiel dans la gestion de la santé : le tout-à-l'égout permet d'évacuer les matières fécales des zones urbanisées et les stations d'épuration éliminent les agents pathogènes des eaux usées. Les zones de protection des captages d'eaux souterraines évitent que l'eau potable ne soit contaminée par des bactéries. Grâce aux améliorations constantes apportées à ce niveau, les apports de micropolluants comme les médicaments, hormones, pesticides et produits cosmétiques dans les eaux continueront de diminuer.

Néanmoins, ces mesures ne portent pas leurs fruits dans tous les domaines. Il faudra encore redoubler d'efforts en matière de bruit et pour d'autres impacts typiques de notre civilisation, comme la lumière artificielle nocturne. Une exposition excessive au bruit, due notamment au trafic routier ou aérien, perturbe le sommeil et augmente à long terme le risque de maladies cardio-vasculaires et d'autres problèmes de santé.

### LA SANTÉ HUMAINE, REFLET DE LA SANTÉ ENVIRONNEMENTALE ?

Les vagues de chaleur sont plus fréquentes du fait des changements climatiques. Les personnes âgées et les malades chroniques en souffrent particulièrement. L'analyse des données sur les décès des étés 2003 et 2015 met en évidence une hausse de la mortalité pendant les canicules. Une comparaison de ces deux années montre toutefois aussi l'efficacité des mesures engagées par les autorités cantonales pour protéger la population.

Dans le domaine de la recherche, le manque de connaissances sur les interactions entre les pollutions environnementales et la santé humaine doit être comblé. Il convient aussi, selon le principe de précaution, de réduire au minimum l'apport de substances potentiellement nuisibles dans l'environnement, d'éliminer les sources de polluants existantes et de préserver les milieux naturels et la biodiversité, car toutes ces mesures profitent aussi à la santé humaine.

**Référence :** OFEV/OFSP (éd.) 2019 : Environnement et santé en Suisse. Une relation aux multiples facettes. Office fédéral de l'environnement et Office fédéral de la santé publique, Berne. État de l'environnement n° 1908 : 62 p.

## NEOLIFE, LE SERVICE AUDITIF À DOMICILE



Marie-Aurore Rochat-Smeyers, fondatrice (premier plan à droite), et ses collaboratrices : Sabine Morex, Marielle Schopfer, Edwige Addor, Paula Aeschmann et Ariane de Bourbon Parme

neolife

entendre  
tout simplement

### Plus que des mots, un profond désir de bien servir

Est-ce que vous aussi vous savez quel sentiment procure une activité accomplie avec passion ? Quelqu'un a dit : « ce qui mérite d'être fait mérite d'être bien fait ». C'est bien juste et pour ce faire, il faut savoir mettre du cœur dans ce que l'on entreprend.

### Quelles sont les particularités de notre service ?

Nous vous offrons la possibilité de tester et essayer, sans engagement, les appareils auditifs des plus grandes marques. Avec notre service auditif à domicile, nous vous offrons dans votre environnement, un accompagnement personnalisé. En plus du conseil et de la vente d'appareil auditifs et accessoires, nous prenons soin des réglages, de l'entretien, du dépannage et des petites réparations ainsi que de tout le suivi administratif.

### Chez Neolife, nous sommes passionnés par notre métier

Aider, accompagner et re(-)voir des sourires se dessiner à la perception d'un son parfait. Nous allons à la rencontre de nos patients dans leur environnement et nous sommes toujours accueillis avec gentillesse. Pour Neolife, le service à la personne s'inscrit dans la durée, le respect et la bienveillance.

### C'est pour cela que nous aimons notre métier !



## À PROPOS DE NEOLIFE

Neolife a été fondée en 2015 par Marie-Aurore Rochat-Smeyers, audioprothésiste diplômée avec plus de 20 ans d'expérience dans les métiers de l'audition. L'approche traditionnelle en cabinet ne permettant pas de bien comprendre et de bien appréhender tous les problèmes auxquels vous êtes confrontés dans votre quotidien, **Neolife vous offre un service exclusif à domicile**. De cette manière, nous pouvons mieux comprendre votre environnement et ainsi vous conseiller de manière efficace.

**Neolife se déplace partout**, selon vos besoins : chez vous, sur votre lieu de travail et dans les maisons de retraites.

**Neolife** est présent dans les cantons de Vaud, Fribourg, Genève, Neuchâtel et dans le Jura-Bernois.

[www.neolife.ch](http://www.neolife.ch)

**CONTACTEZ-NOUS POUR UN TEST AUDITIF GRATUIT AU 076 589 56 57**

Votre santé est notre priorité. Nous assurons les mesures de protection et d'hygiène et mettons tout en œuvre pour agir et travailler dans le respect des normes de sécurité.



CLF+ Clinique de  
**La Source**

Propriété d'une fondation à but non lucratif

GastroGeb  
Centres de Gastroentérologie  
Réseau Crohn et Colite  
Lausanne - Bulle

Dans le cadre du développement de ses activités, le Centre de Gastroentérologie de Lausanne, spécialisé dans le diagnostic et le traitement des maladies digestives et hépatiques, composé du

**Prof. Pierre Michetti, du Dr Hayssam Moubayed et de la Dre Marianne Vullièmoz,**

a le plaisir d'annoncer l'arrivée des Docteur-e-s

**PD DR PASCAL JUILLERAT, MSC**

Spécialiste en gastroentérologie et hépatologie

**DRE MAUDE MARTINHO-GRUEBER**

Spécialiste en gastroentérologie et hépatologie

Avenue Jomini 8  
1004 Lausanne - Suisse  
Tél. : +41 (0) 21 644 30 50

Leader dans son domaine et à la pointe de la technologie médicale, notamment en chirurgie robotique, la Clinique de La Source est un établissement privé de soins aigus pluridisciplinaires (Chirurgie - Médecine - Maternité) de 150 lits qui dispose d'un plateau technique d'avant-garde. Elle est reconnue pour la qualité des soins et les prestations de premier ordre qu'elle offre à ses patients et plus de 560 médecins accrédités indépendants.

**LA SOURCE, PARTENAIRE DE VOTRE SANTÉ TOUT AU LONG DE VOTRE VIE.**

# DIMINUER L'EMPREINTE CARBONE DES CABINETS MÉDICAUX

*Les conclusions des rapports du Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC), dont le dernier est sorti il y a quelques semaines, sont très claires: le dérèglement climatique est causé par les activités humaines, et les émissions de gaz à effet de serre (GES) doivent être, dès à présent, drastiquement réduites pour atteindre le zéro net d'ici 2050. Ceci sous peine de créer une planète étuve mettant en danger l'ensemble de la vie sur terre.*

Dans le monde médical, l'éditeur en chef du Lancet, Dr Richard Horton, déclare qu'il s'agit d'une « question de vie ou de mort pour l'espèce humaine ». Au niveau suisse, notre système de santé à lui seul émet environ 1 tonne de CO<sub>2</sub> par habitant-e. Ceci est bien au-delà de la limite des 600 kg CO<sub>2</sub> que chaque citoyen-ne suisse serait tenu de ne pas dépasser, selon le Conseil fédéral, pour l'ensemble de ses activités en vue d'atteindre les objectifs de l'Accord de Paris.

Les études qui se sont intéressées à l'impact carbone global des systèmes de santé montrent que la chaîne d'approvisionnement (production, distribution, utilisation et élimination) en services et en biens totalise généralement plus de la moitié (62 à 71%) des émissions de GES, dont une part importante est due aux médicaments (hors gaz médicaux). Les activités cliniques viennent en deuxième position (17-24%), suivies du transport du personnel (grandes variations selon les études liées à ce qui est pris en compte en matière de transport, incluant ou non ceux des patient-es). Les soins de premier recours sont quant à eux responsables d'un quart des émissions du système de santé; mais là aussi, cela dépend fortement de qui est pris en compte, notamment en ce qui concerne les médicaments.

Dans ce contexte, le Département de médecine de famille d'Unisanté mène le programme Ecoconception qui vise à réduire les émissions de GES dues aux

activités des cabinets médicaux en Suisse. Une première étude, utilisant la méthodologie d'analyse du cycle de vie ou écobilan qui tient compte de l'ensemble des émissions de GES dues directement ou indirectement aux activités d'un cabinet (production, utilisation, élimination des biens et des matériaux), a été récemment publiée. Elle a permis de chiffrer précisément ces émissions et de poser les premières recommandations. Dans l'ensemble, un cabinet médical type produit 30,5 tonnes de CO<sub>2</sub>eq (équivalent CO<sub>2</sub>) par année, correspondant à une moyenne de 4,8 kg de CO<sub>2</sub>eq par consultation. Plus de 80% des émissions ne sont pas en lien direct avec des activités médicales.

Les résultats de l'étude ont été présentés à un groupe d'une vingtaine de médecins internistes-généralistes installés en les questionnant sur les meilleures manières, selon elles/eux, de diminuer leurs émissions de GES puis d'en tirer des recommandations, dont des exemples vous sont présentés ici.

## OPTIMISATION DE L'ESPACE

La part des émissions liées aux bâtiments est majeure. En ce sens, l'optimisation de l'espace de travail constitue le levier d'action le plus important. Par exemple, le redimensionnement de la surface du cabinet à 60 m<sup>2</sup> (contre 103 m<sup>2</sup> en moyenne) par médecin à plein temps mérite d'être envisagé au moment de la conception de la structure, ou du moins a posteriori, en réfléchissant à la densification de l'utilisation des locaux (voir tableau).

## CO-BÉNÉFICE DE LA MOBILITÉ ET D'UNE ALIMENTATION SAINES

La mobilité des patient-es (10 CO<sub>2</sub>eq tonnes/cabinet/an) et des professionnel-les (3,8 CO<sub>2</sub>eq tonnes/cabinet/an) d'un cabinet constitue la première cause d'émission carbone. Repenser cet aspect est donc capital, en l'adaptant à chaque situation : aide à l'achat d'un abonnement de transport public ou d'un vélo pour le personnel, renoncement à sa voiture, encouragement au co-voiturage, installation proche d'un arrêt de transport public ou diminution du nombre de places de parc prévues pour le personnel.

Du côté des patient-es, les inciter à moins utiliser leur voiture ne va a priori pas de soi. En effet, les personnes consultant leur médecin ne sont-elles pas en mauvaise santé, âgées, se déplaçant difficilement ou habitant parfois loin ? Dans la mesure, toutefois, où la sédentarité est une cause de surpoids et donc de maladies cardio-vasculaires, aborder les questions de mobilité durant la consultation pour encourager les patient-es à privilégier une mobilité plus active peut être bénéfique, tant pour leur santé que pour celle de la planète (voir tableau). Dans la même logique, une alimentation saine et durable présente des co-bénéfices pour les patient-es et la préservation de l'environnement.

## AGIR POUR LES PATIENT-ES TOUT EN PRÉSERVANT L'ENVIRONNEMENT

A l'image de la prise de conscience des liens entre tabagisme et santé il y a 50 ans, les médecins sont confronté-es aujourd'hui à des données scientifiques probantes démontrant les liens entre les dégradations environnementales et la santé de leurs patient-es. Cela va nécessairement avoir un impact important sur les pratiques médicales, non seulement afin de s'adapter à de nouvelles pathologies, mais aussi afin de contribuer à préserver un environnement sain selon le principe *primum non nocere*.

L'étude Eco-conception montre que les cabinets médicaux peuvent réduire de façon importante leurs émissions de GES, essentiellement en agissant sur des aspects non-médicaux (mobilité et infrastructures), n'impliquant que peu de changements pour la pratique médicale. Ces changements présentent des bénéfices à double titre pour la santé des patient-es et celle de la planète.

### QUELQUES ACTIONS POSSIBLES POUR ÉCONOMISER

ÉPARGNE ÉCONOMIQUE  
CHF / ANNÉE

GAIN CARBONE\*  
CO<sub>2</sub>EQ KG / ANNÉE



DIMINUER LA TEMPÉRATURE DE CHAUFFAGE DE 1°C

264.-

841



COUPER L'EAU CHAUDE DES ROBINETS

189.-

601



REDIMENSIONNER LA SURFACE DU CABINET À 60 M<sup>2</sup>/MÉDECIN

2168.-

5769



ÉTEINDRE L'APPAREIL DE RADIOGRAPHIE

105.-

24



INCITER 80% DES SOIGNANT-ES À RENONCER À UTILISER LA VOITURE POUR SE RENDRE AU CABINET

3654

INCITER 10 % DES PATIENT-ES À RENONCER À UTILISER LA VOITURE POUR SE RENDRE AU CABINET

1294

\* équivalent CO<sub>2</sub>

**Dr Sophie Buyse**  
Gastroentérologue FMH

**Dr Yves Flattet**  
Gastroentérologue FMH

Centre Yverdonnois  
de Gastroentérologie  
et Endoscopies

## LE CHIFFRE

13'500

Les déchets de  
l'endoscopie  
digestive d'un  
hôpital équivalent  
à la combustion  
annuelle de 13'500  
tonnes de plastique.

# COMMENT RELEVER LE DÉFI ?

*Dans le cadre de l'activité gastroentérologique, nous utilisons des endoscopes flexibles réutilisables, nécessitant des méthodes de stérilisation spécifiques afin de garantir leur réutilisation, tout en protégeant les patient-es de complications infectieuses.*

Les contraintes réglementaires impliquent le retraitement immédiat du matériel avec des produits assurant une fonction (myco)bactéricide, fongicide et virucide. De plus, un système de traçabilité doit exister afin de permettre un rappel des patient-es en cas de contamination.

## TROISIÈME SOURCE DE DÉCHET D'UN HÔPITAL

En termes d'impact environnemental, notre activité a un coût non négligeable : selon de récentes données, les déchets produits par l'endoscopie digestive sont la troisième source la plus importante dans un hôpital-type (CHU de Clermont-Ferrand en France, de taille similaire au CHUV), équivalent à la combustion annuelle de 17'700 tonnes de charbon ou de 13'500 tonnes de plastique. Cela fait de l'endoscopie un secteur-clé pour réduire l'empreinte environnementale dans la santé. Celle-ci est essentiellement liée aux déchets plastiques générés (emballages), aux outils non réutilisables (pincettes à biopsie, anses, etc.), mais également à la consommation d'eau et à l'énergie nécessaire au processus de désinfection. S'y ajoute le déversement des produits de stérilisation sur le réseau des eaux usées.

Des actions simples comme la mise en place du tri des déchets en salle d'endoscopie en vue d'un recyclage devraient être instaurées, ce qui est encore aujourd'hui davantage l'exception que la règle. Une piste intéressante serait également le développement d'outils pouvant être réutilisés afin de limiter les déchets.



Il est pour le moment difficile de simplifier le processus de retraitement des endoscopes, au risque d'exposer les patient-es à une infection nosocomiale. Il existe l'option des endoscopes à usage unique qui permet d'éviter la désinfection. Toutefois, celle-ci pose le problème d'une consommation d'énergie importante liée à une fabrication en série à grande échelle. Pour exemple, les récentes données montrent que l'usage de duodénoscopes à usage unique consomme en moyenne 20 fois plus d'énergie, leur fabrication générant 20 fois plus de CO<sub>2</sub>, sans compter les déchets non recyclables associés. La désinfection des endoscopes consomme pour le moment moins d'énergie que leur fabrication à usage unique. Un défi considérable devra donc être relevé ces prochaines années pour diminuer l'empreinte carbone de nos activités!

# VERDIR SON CABINET

*Vous avez récemment renoncé à l'offre alléchante d'un vol low-cost pour un weekend à Barcelone, en préférant une virée à VTT dans une vallée verdoyante du Jura et en prenant le train pour vous y rendre? C'est bien! Le soir, au restaurant d'étape, vous avez renoncé à la côte de bœuf pour finalement choisir de succulentes lasagnes végétariennes. C'est très bien!*

**D**ans les deux cas, vous avez non seulement diminué vos émissions de CO<sub>2</sub>, mais vous avez également contribué à améliorer votre santé. Ces choix illustrent parfaitement la notion de co-bénéfice santé-environnement.

## DEUX PISTES POUR UNE DÉMARCHE ÉCO-RESPONSABLE

Après avoir sensiblement modifié votre mode de vie personnel, comment aborder ce virage écologique sur le plan professionnel? Quels outils peuvent vous aider au cabinet pour adopter une démarche éco-responsable? Sachant qu'en moyenne, un cabinet consomme autant d'énergie qu'un ménage de quatre personnes...

Dans le cadre de cette brève présentation, nous évoquerons deux pistes issues de la littérature francophone. La première est une série de fiches éditées par l'Association des Médecins en faveur de l'Environnement (MFE). La deuxième est un livre récemment publié par une consœur dentiste, la Dre Alice Baras.

## DES ACTIONS CONCRÈTES POUR UN TRIPLE BÉNÉFICE

MFE est une association créée à Bâle il y a plus d'une trentaine d'années. Soutenu par la FMH, SuisseEnergie et l'Office fédéral de l'environnement, son projet « Ecologie au cabinet médical » se veut une aide concrète de prise de décision pour améliorer le bilan écologique d'un

cabinet, quelle que soit la discipline des médecins concerné-es. Il s'articule autour de plusieurs parties :

- ▶ **Le check-up énergétique qui permet de faire le point sur la consommation d'énergie, tout en suggérant des possibilités d'amélioration**
- ▶ **Le guide « Eclairage », sachant que ce poste représente le potentiel le plus important en terme de bilan environnemental**
- ▶ **Le guide « Rénovation adaptée aux attentes de demain »**
- ▶ **Le guide pour les appareils (médicaux, informatiques, ménagers...)**
- ▶ **Le guide « Chauffage et aération »**

De son côté, la Dre Alice Baras a publié en octobre 2021 le « Guide du cabinet de santé écoresponsable », structuré en 22 fiches pratiques réparties autour de six thèmes (management et intégration de la démarche écoresponsable, maîtrise de la consommation d'énergie et des émissions de gaz à effet de serre, achats responsables, sobriété chimique, gestion des déchets, renforcement de la démarche et résilience). Ciblant spécifiquement

les professionnel-les de santé exerçant en cabinet médical, cet ouvrage propose ainsi une série d'actions concrètes pour favoriser l'intégration des considérations environnementales au cœur des pratiques de santé.

Grâce à ces outils, vous êtes désormais armé-e pour verdir votre cabinet. Un bénéfice qui se fera sentir sur l'environnement, sur votre santé et celle de vos patient-es, et souvent aussi sur vos finances.



## INTERVIEW CROISÉE

DOSSIER  
MÉDECINE &  
ENVIRONNEMENT

# LES HÔPITAUX FACE AU DÉFI ENVIRONNEMENTAL

*Lorsqu'il s'agit de limiter son impact environnemental, le secteur hospitalier se heurte à un défi de taille : comment gaspiller moins tout en garantissant des normes d'hygiène irréprochables ? Malgré ces considérations sanitaires, de multiples possibilités d'action existent pour limiter l'empreinte carbone. Etat des lieux en terres vaudoises avec Fabrizio Pietro, directeur régional Vaud pour Swiss Medical Network et directeur général de la Clinique de Genolier, Patrick Mayor et Adrien Hermann, coordinateurs développement durable du CHUV et de la Fédération des Hôpitaux Vaudois (FHV).*

## De quelle manière votre institution prend-elle en compte les questions environnementales ?

**PATRICK MAYOR :** Au CHUV, l'environnement est une préoccupation de longue date avec la création d'un groupe « Environnement » en 2000. En 2008, le CHUV s'est officiellement engagé à une gestion durable dans son plan stratégique 2009-2013. Depuis, la durabilité fait partie de tous les plans stratégiques de l'institution. En septembre 2020, la Commission durabilité du CHUV, représentée par les directions métiers et un coordinateur de l'ensemble, a soumis au Comité de direction un nouveau programme de durabilité (Agenda 2030) pour les années 2020 à 2030. Ce dernier reprend les objectifs de l'Agenda 21 (défini en 2013) et fixe de nouveaux objectifs prioritaires avec de nouvelles mesures visant à réduire l'impact environnemental de l'institution. Celui-ci comprend 28 objectifs et près de 90 actions.

**ADRIEN HERMANN :** La commission de développement durable de la Fédération des hôpitaux vaudois (CDD-FHV) est en charge des questions environnementales depuis 2011. Une méthodologie d'analyse des actions a été développée pour identifier les impacts environnementaux, sociaux et économiques. Des analyses complémentaires peuvent être entreprises afin de déterminer les impacts les plus importants

selon l'étape du cycle de vie du produit/service concerné. La CDD-FHV se base sur les nombreux bilans carbone déjà réalisés. Par exemple, l'étude publiée en 2011 à la demande de l'OFEV relève que l'alimentation, l'habitat et la mobilité présentent les impacts environnementaux les plus importants. Ces trois enjeux font partie de notre stratégie de durabilité.

**FABRIZIO PIETRO :** Notre ambition est de faire de notre Healthcare Campus de Genolier un lieu de vie meilleur en gérant le capital santé dans son intégralité et en agissant pour le climat. En tant que prestataire de soins de santé, il est de notre devoir de minimiser notre impact sur l'environnement, mais nous avons la conviction que la durabilité de notre système de santé doit aller bien au-delà. Seule une approche holistique pourra générer des impacts positifs aux niveaux économique, social et environnemental. Ainsi, notre programme de développement durable est construit sur trois piliers : la création de valeur partagée, avec le développement novateur d'un système de santé prenant en charge le/la patient-e dans son intégralité, l'empowerment des personnes et les actions pour le climat. Ces dernières ont quatre axes prioritaires : l'efficacité énergétique, la transition vers l'économie circulaire, les produits alimentaires locaux et la promotion de la mobilité douce couplée aux transports publics.

Propos recueillis  
par la rédaction



**Fabrizio Pietro**, directeur régional Vaud pour Swiss Medical Network et directeur général de la Clinique de Genolier



**Patrick Mayor**, coordinateur développement durable du CHUV



**Adrien Hermann**, coordinateur développement durable de la Fédération des Hôpitaux Vaudois (FHV)

### Disposez-vous de moyens de calcul de l'empreinte carbone de votre institution ? Si oui, lesquels ?

**ADRIEN HERMANN** : La CDD-FHV se réfère à la norme 14064 et le protocole GHG qui encadre le calcul des émissions de GES. Pour les enjeux comme l'alimentation et l'énergie, des audits ont identifié les actions de performance améliorant aussi l'empreinte carbone. Les solutions d'accompagnement de nos prestataires fournissent, à travers leur outil de suivi, différents indicateurs comme le CO<sub>2</sub>.

**FABRIZIO PIETRO** : Nous avons conduit une étude pour évaluer les impacts environnementaux de nos infrastructures et définir un plan d'action afin de décarboniser et améliorer les performances environnementales de nos cliniques vaudoises d'ici à 2030, selon la convention d'objectif de la Direction de l'énergie. Un tableau de bord de la consommation d'énergie a été établi pour la clinique de Genolier et Nescens.

**PATRICK MAYOR** : Nous ne disposons pas directement de moyens de calcul aujourd'hui. Dans le cadre du projet national PNR73 « Green Hospital », nous avons récolté et fourni les données pour participer à une analyse de l'impact environnemental du milieu de la santé. Trente-trois hôpitaux ont répondu à cette enquête et les résultats pour le CHUV, comparés aux autres établis-

sements, ont été analysés et ont permis de cibler les axes d'amélioration et de réduction de notre impact environnemental via notre programme durabilité (Agenda 2030).

### Quelles mesures avez-vous mises en place pour diminuer cette empreinte, et avec quels résultats ?

**FABRIZIO PIETRO** : Nos efforts pour réduire nos impacts écologiques se portent sur toute notre organisation, que ce soit au niveau énergétique (système de chauffage, fenêtrage, isolation, etc.), gestion de déchets alimentaires et médicaux, priorisation aux achats locaux, soutien aux employé-es pour adopter la mobilité éco-mobile, etc.

**PATRICK MAYOR** : Au niveau des soins, le matériel réutilisable est favorisé dans la mesure du possible. Pour la restauration, nous privilégions les produits locaux et de saison. En 2020, nous avons d'ailleurs obtenu la note de 70% via l'outil Beelong (objectif 80% en 2024). Plus de 30% du lait acheté est équitable (Faireswiss). Et nous avons réduit les déchets de 7% sur trois ans. Nous avons réduit drastiquement les plastiques jetables via le système ReBOX. Les quelque 12'000 éco-gobelets distribués en 2019 permettent d'économiser 7000 kg de plastique par an. Depuis 2018, notre service hôtelier a mis en place des mesures qui ont réduit d'environ 20% les déchets alimentaires. La même année, nous avons inau-

## « Nos engagements énergétiques visent une efficacité de plus de 120% sur dix ans. »

Adrien Hermann

guré le premier bâtiment Minergie-P-Eco à Cery. Par ailleurs, nous garantissons que 100% des entretiens extérieurs respectent l'environnement. Enfin, nous poursuivons notre plan de mobilité avec, par exemple, 100 subventions octroyées pour l'achat de vélos à assistance électrique en 2021.

**ADRIEN HERMANN** : Nos engagements énergétiques visent une efficacité de plus de 120% sur dix ans. L'énergie électrique consommée est certifiée 100% renouvelable depuis plus de sept ans. Des projets d'envergure de chauffage à distance (HRC, Hôpital de Lavaux, Fondation de Nant, PSPE et autres) recourent aux énergies renouvelables. La création d'un microgrid (réseau électrique intelligent) à l'Hôpital de Lavaux (en partenariat avec les propriétaires du plateau de la gare de Cully) illustre également la forte volonté de minimiser l'empreinte carbone. Le cadre de référence pour une restauration collective responsable ambitionne par ses actions (approvisionnement et gaspillage alimentaire) à respecter l'environnement. Toutes nos activités visent à soutenir les engagements cantonaux et fédéraux.



CHECK-UP HUMOUR

Illustration: Yves Giroud



PUBLICITÉ

Gage de qualité des pros du nettoyage

[www.labelpro.ch](http://www.labelpro.ch)

Label 100% pro

# CONTRIBUER À LA TRANSITION ÉCOLOGIQUE

*Les impacts des dégradations environnementales sur la santé humaine sont de plus en plus manifestes. Le dérèglement du climat ou la perte de la biodiversité, largement induits pas les activités humaines et nos modes de vie contemporains, représentent des défis majeurs pour la santé publique et les services de santé.*

**D**ans ce contexte, les services de santé prennent conscience des impacts environnementaux non négligeables dont ils sont eux-mêmes responsables. Ils génèrent en moyenne 4.4 % des émissions globales de gaz à effet de serre. En Suisse, le système de santé est responsable de 6.7 % des émissions nationales. Pourtant, certaines stratégies de durabilité rejoignent des objectifs immédiats de prévention et de promotion de la santé. La diminution de la pollution atmosphérique découlant d'une réduction drastique du recours aux énergies fossiles, ou les bienfaits en termes de lutte contre la sédentarité d'une valorisation de la mobilité active sont des exemples souvent mis en avant de co-bénéfices en santé découlant de politiques environnementales.

Face à ces défis et ces opportunités, la Faculté de biologie et de médecine (FBM) et le Centre de compétences en durabilité (CCD) de l'Université de Lausanne (UNIL), lancent la plateforme « Durabilité et Santé ».

## LIEU D'ÉCHANGES ET DE COLLABORATION INTERDISCIPLINAIRE

Cette plateforme se veut un lieu d'échanges non seulement pour chercheur-es, enseignant-es et étudiant-es de la FBM, mais aussi plus largement pour l'ensemble de la communauté universitaire de l'UNIL, des hautes écoles, des professionnel-les de la santé et de la société. La plateforme souhaite notamment favoriser le transfert de connaissances en

mettant à disposition de la communauté universitaire et de ses partenaires des ressources scientifiques de qualité et valoriser des initiatives à l'interface de la santé et de la durabilité.

Elle a également pour objectif de stimuler des projets de recherche interdisciplinaires abordant la complexité des enjeux croisés entre santé et durabilité. L'ambition est aussi de renforcer les collaborations entre les scientifiques et les acteurs/trices du terrain, afin de proposer des actions concrètes. Enfin, la plateforme aura pour mission d'intégrer les thématiques du lien entre santé et environnement naturel, de la santé planétaire et de la durabilité du système de santé dans les cursus d'enseignement de médecine, de biologie et de soins infirmiers.

Le lancement de la plateforme a eu lieu le 24 mars 2022. Cet événement a été animé par une série de cinq conférences sur des problématiques aussi variées que l'intégration de la transition écologique dans l'enseignement, l'abord du dérèglement climatique en médecine générale, l'éco-anxiété ou l'initiative « Green labs » pour une recherche durable en laboratoire. La plateforme compte déjà une communauté de plus d'une centaine de membres.

<sup>1</sup> Health Care Without Harm, « Health care's climate footprint », septembre 2019

Pour plus d'informations et visionner le symposium d'inauguration du 24 mars 2022 : [www.unil.ch/fbm/durabilite](http://www.unil.ch/fbm/durabilite)

## PLATEFORME « DURABILITÉ ET SANTÉ »

### DOSSIER MÉDECINE & ENVIRONNEMENT

**Dre Julia Gonzalez** (CCD),  
**Dre Nelly Niwa** (CCD),  
**Prof. Renaud Du Pasquier** (FBM),  
**Nicolas Berlie** (FBM)

### La FMH impliquée sur le plan environnemental

Le foisonnement actuel d'initiatives sur le thème santé-environnement est enthousiasmant : outre la plateforme « Durabilité et Santé » présentée ci-contre, le projet « Santé Planétaire » de la FMH est à relever sur le plan national. Ce projet se veut global, avec quatre axes principaux (information, efforts d'atténuation, efforts d'adaptation, devoir d'exemplarité) et inclut un groupe d'accompagnement au but consultatif et de coordination avec les sociétés (supra-)cantonales. En terres romandes, les synergies et objectifs communs entre ces deux projets sont évidents : inclusion des enjeux de durabilité dans la formation médicale et continue, élaboration actuelle par le projet FMH d'un « Toolkit » pratique pour plus de durabilité dans les cabinets médicaux, etc. Une collaboration est donc prévue entre les différents groupes de travail pour optimiser les efforts face à cette problématique si vaste, complexe et urgente.

**Dre Sylvie Maître**  
Immuno-allergologue,  
membre du groupe d'accompagnement du projet Santé Planétaire de la FMH

Profs Philippe Conus,  
Valérie D'Acremont  
Genton, Blaise Genton,  
Nicolas Senn et  
Friedrich Stiefel,  
Dr-es Sonja Hediger,  
Brigitte Crottaz,  
Sébastien Jotterand,  
Michael Klay,  
Jean Martin,  
Karin Michaelis  
et Nathalie Terrier  
Fumagalli

« Je conseillerai aux malades  
le régime de vie capable de  
les soulager et j'écarterai  
d'eux tout ce qui peut leur être  
contraire ou nuisible »

Extrait du serment d'Hippocrate

## LE CHIFFRE

6%

part des gaz à effet  
de serre produits  
par le système  
sanitaire en Suisse.

# RESPECTONS LE SERMENT D'HIPPOCRATE ET ENGAGEONS-NOUS !

*Le dérèglement climatique et son lien avec le fonctionnement de sociétés développées qui utilisent les ressources naturelles comme si elles étaient illimitées et mettent en péril l'habitabilité même de la terre sont des faits scientifiquement établis.*

Le cortège de catastrophes naturelles, de modifications graduelles de l'environnement et leur impact sur la santé sont également démontrés. Enfin, les conséquences désastreuses pour la santé humaine de l'effondrement de la biodiversité (lié au changement climatique, à l'utilisation de pesticides, à l'élevage intensif des animaux et à la déforestation) qui fait exploser le risque de zoonoses et de pandémies sont sous nos yeux.

Le monde médical est loin d'ignorer ces phénomènes ayant conduit à la mise en place en 2009 du « Lancet

Countdown » qui évalue les bénéfices sanitaires potentiels d'une économie décarbonée. Pourtant, malgré les rapports du GIEC (dont le dernier publié le 4 mai 2022 est plus clair que jamais quant à l'urgence d'agir concrètement), les COP successives, les manifestations dans les rues et un réchauffement toujours plus évident, les politiques restent focalisées sur la fin du mois plutôt que sur la fin du monde...

## COMMENT AGIR ?

Dans ce contexte, il est urgent que les médecins prennent leurs responsabilités et s'engagent à l'égard de ces questions ; n'avons-nous pas juré, selon le serment d'Hippocrate, que « dans toute la mesure de mes forces et de mes connaissances, je conseillerai aux malades le régime de vie capable de les soulager et j'écarterai d'eux tout ce qui peut leur être contraire ou nuisible » ? Nous pouvons le faire de multiples manières :

- ▶ En parlant avec les patient-es des mesures de promotion de la santé qui, par synergie, ont un impact positif sur l'environnement : manger moins de viande diminue le risque de cancer du côlon et de maladies cardiovasculaires tout en réduisant sa production qui génère près de 14% des gaz à effet de serre mondiaux ; faire le choix de la mobilité active améliore la santé et diminue la production de CO<sub>2</sub> ;
- ▶ En décarbonant le système sanitaire qui génère 6% des gaz à effet de serre de notre pays : des solutions concrètes existent pour les cabinets et surtout les grands hôpitaux ;
- ▶ En transformant notre système de santé avant tout curatif, utilisant un haut niveau de technologies, une grande quantité de tests diagnostiques et de médicaments, en un système plutôt préventif ;
- ▶ En incluant ces questions dans le curriculum des études de médecine, comme le font la Faculté de biologie et de médecine et Unisanté ;
- ▶ En alertant la population et les politiques par un engagement actif sur la place publique et dans les médias, profitant du respect et de la considération dont notre profession jouit, et en adhérant aux associations de médecins qui luttent dans ce sens, comme Les Engagés pour la Santé, l'association des Médecins en faveur de l'Environnement (Mfe/AeFu), et Doctors for Extinction Rebellion.

Les enjeux sont immenses et le temps presse : il est donc urgent que notre corps de métier joue son rôle dans ce combat qui est l'affaire de toutes et tous, au niveau individuel ou par le biais de nos associations faitières comme la FMH vient de le faire.



**PROXIMITÉ  
RÉGIONALE POUR  
DE MEILLEURS  
RÉSULTATS**

RISCH.CH

Votre laboratoire –  
aujourd'hui et demain



## ACTION POLITIQUE

### DOSSIER MÉDECINE & ENVIRONNEMENT

**Dre Brigitte Crottaz**  
Conseillère nationale

## LE CHIFFRE

# 1438

professionnel-les de santé ont signé une lettre adressée au Conseiller fédéral Alain Berset le 1<sup>er</sup> novembre 2021 demandant que la Suisse adapte son système de santé aux défis du changement climatique.

# MESURES ENCOURAGEANTES MAIS DE LOIN INSUFFISANTES

*Pour assurer la protection de la population contre les effets du changement climatique, le secteur de la santé doit impérativement faire preuve d'un leadership fort en renforçant la résilience climatique des systèmes de santé et en réduisant ses émissions de gaz à effet de serre.*

« L'avenir de la santé doit reposer sur des systèmes de santé résilients face aux effets des pandémies et autres situations d'urgence, mais aussi face aux conséquences du dérèglement climatique, comprenant les phénomènes météorologiques extrêmes et la charge croissante de diverses maladies liées à la pollution atmosphérique et au réchauffement de notre planète ». Cette déclaration du Directeur général de l'OMS lors de la COP26 qui s'est déroulée à Glasgow en novembre 2021, donne le ton. A cette occasion a été créé le Programme Santé COP26, une initiative pour renforcer l'accent sur la santé à laquelle un nombre record de responsables de la santé a participé.

## UN ENGAGEMENT INTERNATIONAL CROISSANT

Le changement climatique constitue un immense défi en matière de santé et toutes les personnes actives dans ce domaine se doivent d'agir. La majorité des pays incluent désormais la santé dans leurs plans nationaux pour le climat dans le cadre de l'Accord de Paris. Dans le monde entier, des médecins, du personnel soignant, des hôpitaux, des systèmes de santé et des ministères de la santé réduisent leur empreinte climatique, deviennent plus résilients et plaident pour une transition juste qui place la santé au centre d'une civilisation décarbonée.

Au terme de la COP26, 47 pays se sont ainsi engagés à mettre en place des systèmes de santé durables et à faible émission de carbone, 42 à renforcer la résilience de leurs systèmes de santé face au dérèglement climatique. Outre les engagements nationaux, plus de 14 000 hôpitaux

et centres de santé ont rejoint la « Race to Zero » de la Convention-cadre des Nations Unies sur le changement climatique visant à atteindre zéro émission nette.

## QUE FAIT LA SUISSE ?

Une lettre allant dans le même sens, signée par 1438 professionnel-les de santé en Suisse, a été adressée au Conseiller fédéral Alain Berset le 1<sup>er</sup> novembre 2021. Dans sa réponse, le ministre de la santé fait part de la stratégie que le Conseil fédéral a mis en place dans ce domaine depuis 2012, dont la deuxième adaptation aborde les répercussions du changement climatique sur la santé et rappelle son financement du projet de recherche Green Hospital qui fournit des pistes pour réduire l'empreinte écologique du secteur de la santé. Par contre, déclarer l'état d'urgence climatique, comme nous le demandons, serait incompatible du fait de la répartition des compétences prévues dans la Constitution. Le Conseil fédéral ne peut édicter des prescriptions primant sur les compétences cantonales ou communales et préfère exercer son influence en faveur d'une gouvernance mondiale.

Aux yeux du Prof. Blaise Genton, qui est l'un des initiants de la lettre, « ces mesures, allant certes dans la bonne direction, sont néanmoins largement insuffisantes considérant la gravité de la situation. La déclaration de l'urgence climatique au niveau fédéral permettrait de prendre des mesures plus drastiques, au même titre que celles qui ont été prises pour le Covid-19 ».

En tant que soignant-es, nous savons que la prévention et la préparation sont essentielles pour lutter contre la crise climatique et que la voie de la guérison commence par des solutions permettant de modifier positivement le climat.

# HÔPITAUX, IL EST TEMPS D'AGIR !

*Le changement climatique et la consommation globale de ressources menacent la santé des humains et celle de notre planète tout entière. Le projet de recherche transdisciplinaire « Green Hospital », réalisé dans le cadre du Programme national de recherche 73 « Economie durable », a examiné dans quelle mesure les hôpitaux contribuent à cette menace.*

**S**i l'on prend en compte l'intégralité des émissions de gaz à effet de serre sur toute la durée de vie des produits utilisés, le secteur des hôpitaux de soins aigus en Suisse génère plus de 400 000 tonnes d'équivalent CO<sub>2</sub> par année. Les analyses menées ont montré que la moitié des hôpitaux pourraient réduire de 50% leurs émissions sans impact négatif sur leurs prestations.

## TROIS DOMAINES À FORT POTENTIEL POUR DIMINUER L'IMPACT ÉCOLOGIQUE

Une analyse du cycle de vie portant sur les données de 33 hôpitaux suisses a mis en lumière que leur empreinte environnementale varie fortement. L'approvisionnement énergétique, l'alimentation et les infrastructures sont les domaines qui ont l'impact écologique le plus important, suivis par les médicaments, les produits médicaux et de nettoyage, puis les déchets. Il y a donc un gros potentiel en matière de durabilité dans ces domaines. Voici les mesures les plus efficaces :

- 1 Passer à un approvisionnement constitué à 100% d'énergies renouvelables, tant pour la production de chaleur et de froid que d'électricité. Optimiser la consommation d'énergie dans tout le fonctionnement de l'hôpital.
- 2 Miser, lors de la conception des menus pour les patient-es et le personnel, sur des recettes composées d'aliments durables, majoritairement d'origine végétale. On peut pour ce faire s'appuyer sur le « planetary health diet », un régime flexitarien créé par la Commission EAT-Lancet sur l'alimentation, la planète et la santé. Optimiser les possibilités de choix et les processus de commande afin d'éviter le gaspillage de nourriture.
- 3 Utiliser l'infrastructure existante aussi longtemps que possible. Lors de la construction d'un nouveau bâtiment, utiliser des matériaux ménageant l'environnement et permettre de la flexibilité dans son utilisation future afin de lui offrir une longue durée de vie.
- 4 Edicter des prescriptions en matière d'approvisionnement durable dans tous les domaines et les mettre en œuvre de manière cohérente – du produit de nettoyage à l'appareil médical de grande taille.

## SANS OUBLIER LA PRÉVENTION !

Jusqu'à présent, la question de la durabilité a peu préoccupé la plupart des hôpitaux. Il faut que cela change. Pour un système de santé durable, des adaptations dans le fonctionnement hospitalier sont nécessaires. Mais il faut également une transformation durable de toutes les chaînes d'approvisionnement, de l'industrie pharmaceutique à l'approvisionnement énergétique. Enfin, la prévention en matière de santé a elle aussi un gros potentiel sur le plan de la durabilité : des personnes en bonne santé contribuent à ce que la planète soit en bonne santé, et inversement. Mettons-nous donc au travail, toutes et tous ensemble !



## CE QU'EN PENSE

### DOSSIER MÉDECINE & ENVIRONNEMENT

**Matthias Stucki**  
Directeur du groupe de recherche sur les écobilans, Haute école des sciences appliquées de Zurich (ZHAW)

## LE CHIFFRE

# 50%

**Potentiel de réduction des émissions de gaz à effet de serre pour la moitié des hôpitaux suisses sans impact notable**



L'humain n'est pas une machine, la médecine n'est pas qu'une technologie. Ce numéro de DOC est là pour nous le rappeler : ce qui fonde la vie humaine passe par la subjectivité, la beauté, les relations intersubjectives, les émotions. Voici les enjeux des rapports entre art et médecine!

## MÉDECINE, ENTRE ART ET SCIENCE

Vous y trouverez des articles sur l'art et le cerveau, sur la créativité, sur les bienfaits de la musique et de l'art-thérapie sur les patient-es, mais aussi des témoignages de médecins artistes. Car, n'en doutons pas, la santé ne va pas sans vérité et beauté, sans esthétique et éthique. En milieu hospitalier, au cabinet du praticien, la vie symbolique accompagne nos patient-es dans une tension vers l'inexprimable. La peinture, la musique, l'écriture sont des ingrédients thérapeutiques tant pour les patient-es que pour les médecins... La science et l'art jouent une symphonie psychique, comme la spiritualité, et font partie du socle d'une véritable médecine de la personne.

Ainsi, un pied dans l'art, un pied dans la science, la médecine et l'art dansent ensemble : bon spectacle et bonne lecture!

### INTRODUCTION

#### DOSSIER MÉDECINE & ART



**Prof. Hon. Jacques Besson**  
Membre du comité de rédaction



**Dr Patrick-Olivier Rosselet**  
Membre du comité de rédaction

#### Pour mémoire

« De la Route d'Oron au Château d'Oron ». Ainsi avait été nommée la 3<sup>e</sup> Journée de la SVM le 11 octobre 2001, qui avait octroyé une large place à l'interrelation entre médecine et art. Une exposition « Talents cachés, les médecins et l'art visuel » et un concert orchestré par des membres de la SVM avaient notamment ponctué cet événement qui a marqué les esprits au sein de l'association.



# LES ARTS VISUELS DANS L'ÉDUCATION ET LES SOINS

*Si de nombreuses études mettent en évidence l'importance de la musique pour le cerveau, nous nous intéressons ici aux bienfaits que les arts plastiques (dessin, peinture, sculpture, etc.) peuvent apporter à la formation pour toutes et tous, et en particulier aux cursus scientifiques et médicaux. L'utilité des arts dans le domaine des soins a également été démontrée. En Suisse, les découvertes scientifiques récentes pourraient conduire à des changements systémiques dans l'éducation, ainsi qu'à repenser l'usage de la pratique artistique dans le cadre médical.*

## Naomi Middelmann

Artiste plasticienne diplômée (membre Visarte), et art-thérapeute, Service universitaire de l'enfant et de l'adolescent (SUPEA), CHUV

## Sibylle Menal

The Sense Innovation and Research Center (Lausanne et Sion), Département de radiologie, CHUV

## Prof. Micah M. Murray

Scientific and Academic Director, The Sense Innovation and Research Center (Lausanne et Sion), Département de radiologie, CHUV

**L**es bénéfices des cours d'arts plastiques sur le taux de réussite scolaire des enfants et sur le développement de la pensée critique de manière générale ont été amplement démontrés.

### BIENFAITS DE LA FORMATION ARTISTIQUE

L'étude des arts visuels peut avoir un impact positif sur le développement du langage et l'aptitude à la lecture de jeunes enfants, probablement à cause de l'amélioration de la capacité à analyser et interpréter des informations visuelles, compétences qui renforceront par la suite la lecture. Chez les enfants de 9-10 ans, un cours d'une année comprenant 10 leçons de pratique en arts visuels a eu des effets positifs sur leurs capacités d'analyse, d'interprétation, de déduction et de raisonnement<sup>1</sup>. La formation artistique contribue également à développer les compétences de résolution de problèmes et la flexibilité mentale. Ces effets étaient globaux et ne se limitaient pas aux élèves les plus performant-es. L'enseignement des arts visuels à l'école améliore aussi l'engagement des élèves dans leur éducation, leur capacité à se représenter et à comprendre des concepts abstraits (nécessaire pour l'apprentissage des mathématiques par exemple), ainsi que la communication des informations aux autres. Chez les enfants ayant suivi une formation artistique, on constate une amélioration dans les résultats des examens d'entrée à l'université. Cette étude montre que les arts visuels ont autant d'impact que l'étude de la musique<sup>2</sup>.

### BÉNÉFICES DE L'INTÉGRATION DES ARTS PLASTIQUES AUX CURSUS SCIENTIFIQUES ET MÉDICAUX

Les bienfaits reconnus des cours d'arts plastiques dans les écoles ont conduit à repenser les formations médicales dans les milieux anglo-saxons. Le résultat montre que l'étude des arts visuels améliore les capacités d'observation et de diagnostic des soignant-es. A l'Université de Yale, les étudiant-es de première année qui ont participé aux conférences du Yale Center for British Art ont montré une plus grande capacité à détecter des symptômes à partir de photographies de patient-es que leurs pair-es ayant suivi des conférences supplémentaires dans des domaines médicaux. Une étude ultérieure menée à Harvard<sup>3</sup> impliquait un cours d'arts visuels de 8 séances avec des étudiant-es de première et deuxième année. Ils/elles avaient amélioré leurs performances sur un test d'habileté visuelle d'une heure. De tels résultats ont certainement fait partie des facteurs ayant mené, en 2018, à la recommandation de l'US National Academies of Science, Engineering, Mathematics and Medicine d'intégrer les sciences humaines et les arts au cursus scolaire. Les bienfaits de la pratique artistique se manifestent dans les professions médicales et scientifiques par un renforcement de la créativité, de la curiosité, de la résilience et de la résolution de problèmes.



© Eric Dineen / CHUV

## LES ARTS VISUELS DANS UN MILIEU CLINIQUE

Les arts visuels peuvent également être utilisés à des fins thérapeutiques dans le domaine des soins et de la réhabilitation. Regarder une œuvre d'art ou écouter de la musique peut diminuer la perception de la douleur. Cet effet est encore plus fort si le/la patient-e, adulte ou enfant, est lui-même impliqué-e dans la création de l'œuvre, y compris dans les cas de douleurs aigus. Des études<sup>1</sup> ont montré qu'exercer une activité artistique réduisait les taux de cortisol après seulement 45 minutes d'activité, améliorait la qualité de vie, l'humeur et le bien-être général, et accroissait l'activité cérébrale dans les zones liées à l'attention et à la prise de décision. La création artistique a montré des effets positifs sur le développement des interactions sociales, la préservation et l'amélioration des fonctions cognitives (y

compris chez les personnes âgées), et le maintien d'un niveau d'activité physique plus élevé. Les études montrent qu'après seulement 6 à 8 séances, des effets mesurables peuvent être observés. L'art est également apparu comme un moyen de communication alternatif en cas de troubles du langage. L'usage clinique des arts visuels est intéressant pour de multiples raisons. D'abord, l'art est facilement accessible et ne nécessite aucune compétence préalable chez le/la patient-e. Il peut jouer un rôle thérapeutique tout au long de la vie et ne dépend pas du langage, des connaissances du/de la patient-e et peut être adapté à ses facultés motrices. Au final, les arts visuels sont peu coûteux et les bienfaits prouvés.

<sup>1</sup> Tishman et al., 1999, Harvard Project Zero Final Report

<sup>2</sup> Vaughn and Winner, 2000, The Journal of Aesthetic Education

<sup>3</sup> Naghshineh et al., 2008

<sup>4</sup> Kaimal et al., 2016, Roswiyani et al., 2019, Bolwerk et al., 2014

« Regarder une œuvre d'art ou écouter de la musique peut diminuer la perception de la douleur »

## À RETENIR

Plusieurs études ont relevé les bénéfices des arts visuels sur les fonctions cérébrales et plus particulièrement sur la formation médicale. Dans les professions médicales et scientifiques, la pratique des arts visuels renforce la créativité, la curiosité, la résilience et la résolution de problèmes. Les bienfaits se font également ressentir du côté des patientes, d'autant plus s'il s'agit d'une pratique active, ce qui rend l'usage clinique des arts visuels particulièrement intéressant.



**Prof. Hon.  
Jacques Besson**  
Membre du comité  
de rédaction

# LA CRÉATIVITÉ, IMPORTANT FACTEUR DE CIVILISATION

*Dans sa philosophie, Platon décrit trois ordres dans l'humain : le soma, la psyché et le nous. Ce dernier ordre correspond au divin dans l'humain. Il tend vers le beau, le bien et le vrai. Ainsi l'esthétique, l'éthique et la vérité sont indissociables.*

**E**n science contemporaine, l'humain est conçu comme un sommet de complexité dans la création. Lancé dans le monde, l'humain en est le co-créateur. La médecine y participe, par l'intégration de la recherche, de la clinique et de l'éthique, pour embellir la vie. La complexité de notre cerveau est une porte ouverte vers l'infini et le besoin d'absolu.

## L'ART COMME ESPACE TRANSITIONNEL COLLECTIF

Nous débarquons dans la vie avec un cerveau totalement immature, dépendant de l'environnement, surtout de la fonction maternelle. Cette immaturité angoissante sera compensée par l'énorme capacité d'apprentissage, permise par la plasticité neuronale. Puis ce sera l'ouverture à

la communauté humaine et à la culture. L'accès au langage multiplie la communication et le passage à la vie symbolique, les mythes viennent interpréter le monde. L'inconscient se remplit de sensations, d'émotions et d'intuitions, individuelles et collectives. Les mémoires conscientes et inconscientes chargées de tout notre vécu constituent notre vision du monde.

Mais cette subjectivité doit rencontrer la vie objective et communautaire. Comment gérer cette rencontre ? C'est le psychanalyste Donald Woods Winnicott qui va théoriser cette intersubjectivité par la notion d'espace transitionnel, un espace où les humains peuvent échanger leurs émotions les uns avec les autres. L'art est le meilleur exemple d'espace transitionnel collectif : par la musique, la peinture, la poésie, la littérature, l'artiste projette

## À RETENIR

Quelle est la place de l'art en médecine ? Que se passe-t-il en cas d'absence de créativité ? Et comment la spiritualité se rapproche-t-elle de l'art ? La santé s'inscrit dans trois ordres – le soma, la psyché et le nous qui correspond au divin dans l'humain – et la médecine a dès lors un pied dans l'art et l'autre dans la science.



sa créativité dans ses œuvres, et le public projette sa créativité dans leur réception. Ainsi l'art est le moyen de l'intersubjectivité par excellence, en opposition à la science, paradigme de l'objectivité partagée. L'art donne des possibilités quasi infinies dans l'espace du jeu et permet d'intégrer et réguler les cognitions et les émotions dans la culture. L'art est une source de sublimation et procure des satisfactions et du plaisir. La créativité permise par la complexité de la vie psychique est un important facteur de civilisation.

### L'ART ET LA CRÉATIVITÉ EN MÉDECINE

D'autres articles de ce dossier traitent des bienfaits thérapeutiques de l'art tant pour les patient-es que pour les médecins! En psychiatrie, l'expression artistique sous toutes ses formes a fait ses preuves depuis longtemps, comme par exemple dans le cadre des Ateliers de réhabilitation Césure au CHUV.

Mais y aurait-il une psychopathologie de la créativité? Un déficit de sublimation est rarement investigué chez les patient-es. Pourtant l'absence de créativité va souvent de pair avec la solitude, le retrait social et la tristesse. En effet la créativité ne procure pas seulement du plaisir, mais aussi de la joie, de la joie de vivre. La compulsion de répétition empêche l'innovation, le changement nécessaire à la vie. Il en résulte obsession, agression, dépression et addiction. Bien sûr, les mécanismes sont circulaires; il y a la génétique, l'épigénétique et les traumatismes qui viennent entraver la créativité du sujet. Mais Edgar Morin nous a appris à voir l'esprit dans ce qu'il nomme «la boucle cerveau-esprit-culture». Il y a la dimension individuelle, mais aussi culturelle. Dans notre monde désenchanté, nos contemporains souffrent du vide existentiel, conséquence, selon Viktor Frankl, du refoulement spirituel. En résulte une névrose de civilisation dont les symptômes sont la dépression, l'agression et l'addiction.

### SPIRITUALITÉ ET CLINIQUE DU SENS

La spiritualité, comme l'art, relève du registre de l'espace transitionnel. C'est un besoin naturel et universel de lien et de sens, religieux ou non. La spiritualité

mobilise dans le cerveau l'interface cognitive et émotionnelle. L'imagerie cérébrale fonctionnelle montre à ce sujet la mobilisation de nombreuses régions tant corticales que sous-corticales. En ceci, la spiritualité est très proche de la musique.

Tout se passe comme si notre psyché avait besoin d'une cohérence pour diminuer les tensions intrapsychiques et interpersonnelles. C'est d'ailleurs la conclusion à laquelle est arrivé Aaron Antonovsky, un sociologue médical déporté à Auschwitz: l'humain a besoin de cohérence, c'est-à-dire d'avoir confiance dans sa capacité de comprendre le monde, de gérer sa vie et de lui donner du sens. Cette cohérence est le fondement de ce qu'il a nommé la salutogenèse, la construction d'attracteurs de santé dans l'avenir du/de la patient-e. Viktor Frankl, aussi déporté à Auschwitz, arrive à la même conclusion: l'humain a une volonté de sens, sous peine de vide existentiel. Il va alors fonder une école de psychothérapie existentielle fondée sur la construction du sens: la logothérapie. Celle-ci permettra l'auto-distanciation et l'auto-transcendance. Ce sont les prémisses d'une médecine de la personne.

Ainsi, de Platon aux neurosciences, on s'aperçoit que la santé s'inscrit dans trois ordres. C'est pourquoi la médecine a un pied dans l'art et un pied dans la science. Elle ne pourra jamais être réduite à une technique, elle doit inclure la subjectivité et la clinique du sens.

« L'art est une source de sublimation et procure des satisfactions et du plaisir. »

PUBLICITÉ .....

**Fiduciaire  
PAUX Conseils  
& Gestion**

- Conseils fiscaux
- Gérance/ Administration PPE
- Comptabilité

Rue de la Gare 15 - 1110 Morges  
Tél. 021 803 73 11 - info@paux.ch - www.paux.ch



**Dr Jean-Pierre  
Randin**  
Membre du comité  
de rédaction

## LES CONCERTS DU CŒUR QUI FONT DU BIEN

*Depuis plus de 20 ans, des études cliniques et neuroscientifiques ont démontré le caractère bénéfique de la musique, particulièrement quand nous prenons de l'âge. Les activités musicales ont des effets similaires aux antidépresseurs; elles peuvent notamment retarder les effets négatifs de la maladie d'Alzheimer et prévenir l'isolement social.*

La musique trouve tout particulièrement sa place dans les soins palliatifs et dans les fins de vie: elle diminue la douleur, les angoisses, la dépression, sans distinction d'âge, de genre ou de diagnostic. L'entourage du/de la patient-e bénéficie de toute évidence du moment musical, et très probablement aussi le personnel soignant, soumis à rude épreuve. Tout ce monde confronté à la souffrance se sent apaisé par la musique quel que soit le genre: classique, jazz, folklorique ou autre.

### TROIS ASSOCIATIONS À L'UNISSON

Le livre de Claire Oppert, *Le pansement Schubert*<sup>1</sup>, aide à nous éclairer: violoncelliste de talent, elle joue de son instrument dans les EMS et dans le secteur hospitalier des soins palliatifs. Son témoignage et son expérience valent toutes les études cliniques et suffisent à nous convaincre.

Fondée en 2017 en Valais, l'association « Les Concerts du Cœur » a étendu son action en Suisse romande, avec une association vaudoise créée en 2019 et une autre en 2021. Les trois partagent les mêmes buts:

Pour plus d'informations, devenir membre de l'association et/ou la soutenir financièrement: [www.lesconcertsduecœur.ch](http://www.lesconcertsduecœur.ch)

### LE CHIFFRE

# 150+

concerts  
organisés dans  
50 EMS vaudois  
depuis 2019



**« La musique diminue la douleur, les angoisses, la dépression, sans distinction d'âge, de genre ou de diagnostic. »**

- ▶ Produire et réaliser des concerts de qualité dans des établissements médico-sociaux et éducatifs, des institutions à but social, des hôpitaux, cliniques et centres pénitentiaires;
- ▶ Sélectionner et soutenir de jeunes musicien-nes en leur permettant d'exprimer leur talent lors de concerts donnés dans ces institutions;
- ▶ Ouvrir de nouveaux horizons professionnels à ces artistes en les rendant attentif/ves à une approche sociale de leur profession.

Ces prestations de haut niveau ne coûtent quasiment rien aux institutions grâce à la générosité et à la fidélité de plusieurs donateurs/trices.

**UNE ACTION APPELÉE À SE DÉVELOPPER**

Depuis 2019, plus de 150 concerts ont eu lieu dans une cinquantaine d'EMS du canton de Vaud. Et en avril 2022, les trois associations ont fêté ensemble leur 500<sup>e</sup> concert. Présent à l'un d'eux, j'ai vu une femme, ancienne danseuse pourtant limitée dans ses mouvements, marteler le sol avec ses pieds au rythme d'un morceau de jazz. Quelle satisfaction que d'observer le bonheur et l'apaisement qui se lisent sur les visages des résident-es, d'entendre les souvenirs ravivés! Au terme du concert, les discussions entre musicien-nes et auditeurs/trices valent de l'or. Un échange gagnant-gagnant!

L'association vaudoise a l'intention d'élargir son champ d'action dans les hôpitaux privés et publics, dans les secteurs de grande souffrance, c'est-à-dire dans les services de soins palliatifs. Elle pourrait ainsi s'inscrire dans une véritable stratégie thérapeutique, trouver sa place dans la médecine «intégrative». L'association verrait ainsi ses objectifs pleinement remplis. Pour ce faire, elle compte sur le soutien du corps médical, en particulier des médecins d'EMS et des spécialistes des soins palliatifs.

LE COMITÉ DE LA SVM ENCOURAGE LES GROUPEMENTS ET MEMBRES DE L'ASSOCIATION À SOUTENIR CETTE DÉMARCHÉ.

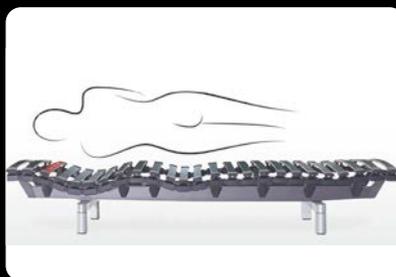
<sup>1</sup> Claire Oppert, Le pansement Schubert, Editions Denoël, 2020.

PUBLICITÉ

www.confort-lit.ch  
**Confort-lit**  
DEPUIS 1989

**BRIDGE, la nouvelle technologie novatrice qui s'adapte à toutes les morphologies.**

**Pour un sommeil sain et réparateur.**



Votre partenaire qualité et confort en ameublement & literie

1400 YVERDON  
Av. de Grandson 60  
024 426 14 04  
yverdon@bluewin.ch

1005 LAUSANNE  
Rue St-Martin 34  
021 323 30 44  
lausanne@confort-lit.ch

1762 GIVISIEZ  
Rte des Fluides 3  
026 322 49 09  
givisiez@confort-lit.ch

**33 ans**

## TÉMOIGNAGE

DOSSIER  
MÉDECINE & ARTS'ENRICHIR EN  
DEHORS DU TRAVAIL

*Lorsque j'étais enfant, ma mère m'emmenait au musée. Le meilleur moment était celui de l'achat d'une ou deux cartes postales que j'admirais durant tout le trajet de retour et conservais comme des trésors inestimables! Ma mère était bricoleuse et me transmet le goût du «fait main». Elle fournit le terreau favorable à l'éclosion de ma créativité.*

**Dre Line Guillod**  
Pédopsychiatre  
et co-responsable  
du programme  
DEPART, SUPEA,  
CHUV

La peinture prend une grande place dans ma vie. J'ai le sentiment que cette activité est devenue vitale, qu'il est nécessaire de l'exercer pour maintenir mon équilibre. Elle est source de valorisation narcissique, mais également de plaisir, d'une forme de jouissance de « produire quelque chose de concret », et me ramène à l'état de petite enfance. Le processus créatif demande de la concentration, d'être tout à fait présent dans l'ici et maintenant, un état proche de celui de la méditation en pleine conscience. Je pense que tous ces éléments contribuent à une forme de bien-être somato-psychique.

Cette activité est un moyen d'expression mais aussi une incroyable source de

**« Cette activité est un moyen d'expression mais aussi une incroyable source de partage. »**

partage. Je travaille par thématiques inspirées de mes questionnements existentiels, des sujets d'actualité qui me touchent, mes voyages

et mes rencontres. La peinture est une façon de travailler un sujet, d'exprimer mes idées, mes interrogations et mes ressentis. Exposer ou publier ce que je produis me permet de confronter mon travail au regard de l'autre, et c'est à mon sens le moment le plus enrichissant du processus créatif. Je peins sur toile ou papier mais également sur mur. Le graffiti est un travail de rencontre car l'artiste peint rarement seul-e et sa toile est l'espace urbain. Cette pratique m'a permis de voyager en prenant part à des festivals de street art, des moments d'échanges inoubliables... et l'occasion d'y rencontrer celui qui allait devenir mon mari!



DR

La peinture m'aide également à maintenir un juste équilibre avec ma profession, que j'aime, mais qui reste mon moyen de subsistance avant tout, et non ma raison de vivre. Cela me permet de garder des espaces de ventilation psychique, des espaces pour me ressourcer et m'enrichir en dehors du travail. Peindre contribue donc à faire de moi un individu aux multiples facettes, une médecin plutôt « bien dans ses baskets »!

Pour découvrir les œuvres : instagram @lineakaline  
Pour se tenir informé-e ou visiter l'atelier : lineguillod1@gmail.com

## DU BISTOURI À LA PLUME

*Lorsque l'âge est venu me priver du privilège d'exercer la médecine, j'ai hésité entre faire le tour du monde ou le tour de moi-même en m'embarquant dans une psychanalyse. Il fallait choisir, à moins de proposer à un psychiatre de m'accompagner sur un cargo.*

**R**efusant le renoncement inhérent à tout choix, j'ai pris une tangente : celle de la fiction et de la plume qui conjuguent le voyage par l'imaginaire et la réflexion par l'écriture. Cette option m'ouvrait, à chaque instant et en tous lieux, les espaces des idées, des sentiments, du rêve et de l'aventure. Sans limites, sinon celles de trouver les mots justes, les comparaisons qui font mouche, les métaphores qui donnent des ailes à la pensée. Sans entraves sinon celles de réunir le rythme et le chant qui font qu'une phrase est vivante au point de vous sauter à la gorge pour vous mordre ou pour s'y enrouler avec la douceur de la soie.

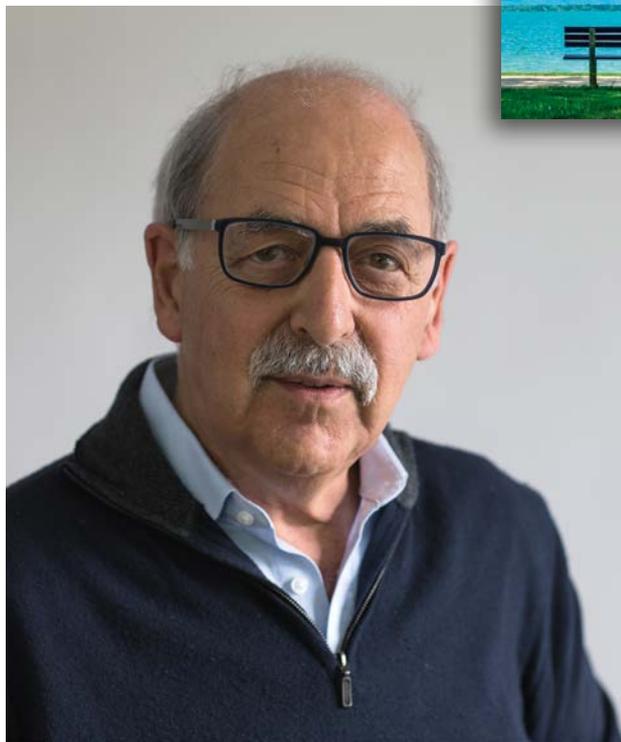
Sans en avoir fait l'expérience thérapeutique sur autrui, je sais pour ma part qu'écrire souffle le vent qu'attendent mes voiles, au point qu'une journée sans écriture, ne serait-ce que dans mon journal, me laisse sur ma faim. En écrivant, je réfléchis mieux, je pense plus large, plus loin, plus précis. J'éclaire ainsi mon chemin, tout en apprivoisant l'inconnu qu'est mon double en moi-même. A croire que je dialogue avec ce que je confie à mon écran qui à son tour me démontre qu'avec soi on n'est jamais seul.

Renoncer à l'écriture serait m'enfermer hors de moi, alors qu'en m'y adonnant, j'accède à une liberté si légère, si transparente qu'elle m'offre des instants d'apesanteur et d'allégresse dans lesquels je peux espérer une forme de connexion idéale avec autrui. C'est ainsi que j'ai exploré divers thèmes tels qu'une pandémie criminelle (*Yxsos ou le songe d'Ève*, 2011), un voyage avec mon ami graveur le Dr Michaël Reinhardt (*Escapade aux Hébrides*, 2013), le dilemme liberté-solitude-dépendance

(*Le tour du quartier*, 2015), les effets pervers de la procrastination (*Quand les mouettes ont pied*, 2017) ou la friche des problèmes liés à la fin de vie (*Casimir ou la vie derrière soi*, 2022).

Que celles et ceux tenté-es par l'exercice de l'écriture s'y mettent sans attendre ni préjuger : comme l'appétit qui se révèle au bout de la fourchette, les idées surgissent sous la plume. La suite est affaire d'acharnement, car il y a loin de la pépite au bijou.

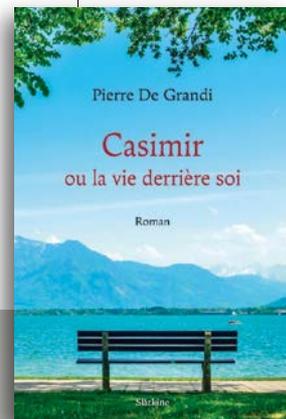
« Renoncer à l'écriture  
serait m'enfermer  
hors de moi »



### TÉMOIGNAGE

#### DOSSIER MÉDECINE & ART

**Prof. Hon.  
Pierre De Grandi**  
Ancien chef du  
département de  
gynécologie-  
obstétrique et ancien  
directeur médical  
du CHUV





**CL+ Clinique de La Source**  
Propriété d'une fondation à but non lucratif

Dans le cadre du développement de ses activités, la Clinique de La Source a le plaisir d'annoncer l'arrivée, dès le 1<sup>er</sup> juin 2022, de la

**DOCTEURE AURÉLIE SIVADE**  
Spécialiste en oncologie.  
Membre de la FMH

Avenue des Bergières 2  
1004 Lausanne - Suisse  
Tél.: +41(0)21 646 30 10

Leader dans son domaine et à la pointe de la technologie médicale, notamment en chirurgie robotique, la Clinique de La Source est un établissement privé de soins aigus pluridisciplinaires (Chirurgie - Médecine - Maternité) de 150 lits qui dispose d'un plateau technique d'avant-garde. Elle est reconnue pour la qualité des soins et les prestations de premier ordre qu'elle offre à ses patients et plus de 560 médecins accrédités indépendants.

**LA SOURCE, PARTENAIRE DE VOTRE SANTÉ TOUT AU LONG DE VOTRE VIE.**



**vision**

NOUVEAU  
consultation basse vision

Swiss Visio Montchoisi prend en charge les patients atteints de malvoyance au sein de la consultation basse vision. Une équipe expérimentée et multidisciplinaire, composée d'orthoptistes, d'optométristes et d'ergothérapeutes travaillant en étroite collaboration avec l'ophtalmologue, assure cette prise en charge.

**Plus d'informations :**  
Swiss Visio Montchoisi – Unité d'orthoptie  
Avenue du Servan 38, CH-1006 Lausanne  
**+41 58 274 22 00**  
[orthoptie@swissvisio.net](mailto:orthoptie@swissvisio.net) – [www.swissvisio.net](http://www.swissvisio.net)

  
**SWISS VISIO**  
Montchoisi

SWISS MEDICAL NETWORK MEMBER

# AROMED

LA FONDATION DE PRÉVOYANCE  
PROFESSIONNELLE

## LA PRÉVOYANCE DES MÉDECINS

Sécurité. Flexibilité. Performance.

- Un médecin indépendant sur quatre nous fait confiance en Suisse Romande
- 100% des versements défiscalisés
- Rémunération moyenne sur 10 ans proche de 3%
- Tarif attractif depuis plus de 20 ans

# LE DR AMINE MRAIHI, UN PSYCHIATRE À LA DOUBLE IDENTITÉ

*Spécialiste en psychiatrie et psychothérapie installé dans son cabinet pullièran, le Dr Amine Mraïhi est aussi un musicien de talent. Virtuose de la musique orientale tout comme son frère Hamza, médecin également, il nous explique comment il a su trouver l'harmonie entre deux passions si prenantes.*

## Quel rôle l'art musical joue-t-il dans votre vie ?

La musique fait partie intégrante de mon quotidien depuis ma plus tendre enfance en Tunisie. Mon père, médecin lui aussi, nous a transmis à mon frère Hamza et moi-même sa passion dévorante pour le classique arabe. Nous avons énormément pratiqué, parcouru le monde et petit à petit trouvé notre propre identité musicale, contemporaine et riche de multiples influences culturelles. C'est d'ailleurs par ce biais que nous avons tissé nos premiers liens avec la Suisse. Si je ne considère pas ma carrière musicale comme mon gagne-pain, je l'exerce avec la même envie et le même sérieux que la médecine. J'y trouve également un espace de liberté supplémentaire qui me procure un grand bien-être.

## Vos carrières de médecin psychiatre et de musicien s'influencent-elles mutuellement ?

Sans aucun doute ! Certes, la médecine est une discipline fondamentalement plus définie, plus cadrée. Le médecin se doit de faire preuve d'une certaine mesure vis-à-vis de son/sa patient-e. En tant qu'art, la musique est évidemment moins balisée. Cela reste donc deux carrières distinctes que je gère séparément, les enjeux n'étant pas les mêmes. Néanmoins, j'y retrouve une créativité commune. Une capacité d'improvisation face à l'inattendu. Tant la musique que la psychiatrie supposent une rencontre entre des partenaires prêtes à s'engager dans un voyage identitaire, vers soi-même et vers autrui. Il s'agit d'un terrain propice à l'échange sans jugement, où l'un-e est invité-e à se laisser porter par l'autre. A lâcher prise, parfois. L'empathie

est la clé : on apprend à découvrir l'autre, à comprendre ses besoins et ses envies, pour mieux l'aider à retrouver son chemin lorsqu'il/elle se sent désorienté-e. A l'image d'une œuvre musicale, une psychiatrie réussie doit permettre de s'octroyer la liberté de se rêver différemment.

## Comment vous y prenez-vous pour concilier deux occupations si exigeantes ?

La réponse courte, ce serait de dire qu'il ne faut pas avoir besoin de beaucoup de sommeil, ce qui est heureusement mon cas (*rires*). Sachant que j'exerce toute la semaine de 8h à 18h dans mon cabinet de psychiatrie et que je joue de la musique au moins trois heures par jour, outre ma vie de famille, cela laisse peu de place pour d'autres activités. Mais aussi longtemps que la passion vous nourrit, cette double vie est un moteur et non un obstacle. D'où l'importance de s'avoir s'écouter, et d'oser dire stop lorsqu'on estime avoir besoin de passer à autre chose. C'est d'ailleurs le cas de mon frère qui a récemment décidé de mettre entre parenthèses sa carrière musicale pour se consacrer à d'autres projets de vie. Une page se ferme mais un nouveau chapitre débute, à chacun d'y écrire l'histoire dans laquelle il s'accomplira le mieux.

## TÉMOIGNAGE

### DOSSIER MÉDECINE & ART

Propos recueillis  
par la rédaction



© Fredrik Gille

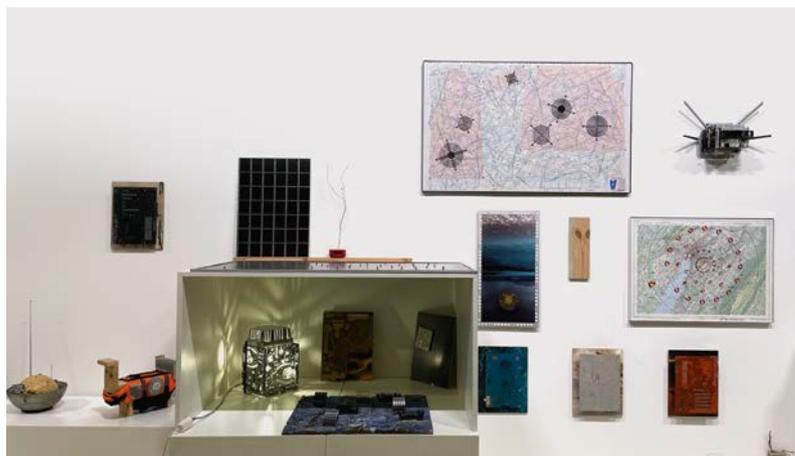
## L'ART À L'HÔPITAL

DOSSIER  
MÉDECINE & ART

**Agathe Naito  
& Rosalie Vasey**  
Chargées du  
programme VU.CH,  
l'art à l'hôpital

## UN LUXE ESSENTIEL

*VU.CH est d'abord un jeu de mots, le CHUV à l'envers, le CHUV là où on ne l'attend pas. VU.CH soutient et diffuse l'art dans les quelque 120 bâtiments de l'hôpital. Le programme propose des expositions d'art contemporain et des événements (performances, ateliers, conférences, concerts, etc.) dans trois espaces principaux ouverts au public, l'Espace CHUV, l'Espace Cery et l'Espace Mercerie, et directement dans les services hospitaliers, avec des actions adaptées ainsi qu'à travers le prêt d'œuvres appartenant à la collection d'art du CHUV.*



© CHUV

Lancement d'une  
artothèque à Cery

Inaugurée début mai 2022, l'Artothèque VU.CH offre à toutes et tous la possibilité d'emprunter des œuvres d'art uniques pour une durée de trois mois. Sa collection est constituée de dessins et peintures créés à l'atelier Césure, un espace de création artistique au sein des Ateliers de réhabilitation du Département de psychiatrie du CHUV. Cette première artothèque de l'État de Vaud permet de rendre l'art accessible à tout un chacun et de valoriser la production artistique des bénéficiaires.

Pour en savoir plus :  
[ateliers-rehab.ch/](http://ateliers-rehab.ch/)  
[artotheque-vu.ch/](http://artotheque-vu.ch/)

**A**u cours des quarante dernières années, les structures hospitalières telles que le CHUV reconsidèrent la prise en charge des patient-es et proches ainsi que les conditions de travail du personnel. Prendre en compte la santé globale (physique et mentale) de toutes les usagères et usagers devient un enjeu majeur face à la fragmentation des soins et la « technologisation ». L'art à l'hôpital, soutenu dans les années 1980 par l'UNESCO et depuis 2019 par l'OMS, participe à cette démarche en réanimant la fonction hospitalière, c'est-à-dire d'accueil.

Au contact de l'art, tous les récepteurs sensoriels sont stimulés, ce qui a pour effet la sécrétion d'hormones avec des répercussions sur le stress et la douleur par exemple. Au niveau cognitif, l'expérience esthétique sollicite notre mémoire, en-

gageant à la discussion ou la rêverie, et agit sur nos schémas de pensée. L'art crée ainsi des espaces où il est permis de se (re)définir comme sujet. Les dernières découvertes sur le fonctionnement du cerveau et sa plasticité permettent d'avancer que si l'art n'a pas le pouvoir de guérir, il soigne et peut renforcer l'envie de vivre.

## UN ENJEU ÉTHIQUE

C'est aussi une opportunité de démocratisation de la culture par la pluralité des publics. Cependant, l'art à l'hôpital ne se vit pas de la même façon que dans un musée : l'urgence des missions premières du lieu perturbe constamment les espaces de fiction. Ainsi, l'art fait preuve de sa puissance dans les interstices, là où la guérison ne dépend pas que des soins spécifiques.

**« Au contact de l'art, tous les récepteurs sensoriels sont stimulés. »**

Les enjeux de politique culturelle d'un centre hospitalier ne sont pas thérapeutiques – même si indirectement ils participent à la guérison – mais d'ordre éthique. En augmentant l'espace consacré à l'art, un centre hospitalier favorise une prise en charge humaine des usagères et usagers et, de par son rôle dans la cité, se révèle un espace propice pour interroger le statut de l'art dans la société. Programme complet sur : [vu.chuv.ch](http://vu.chuv.ch)

# « FAIRE UN PAS DE CÔTÉ POUR MIEUX SE COMPRENDRE »

La psychiatrie,  
une vocation



La psychiatrie est un métier passionnant : rencontrer des personnes aux prises avec des problèmes importants, souvent incompris par elles-mêmes ; offrir à ces gens une clé de lecture différente ; faire un pas de côté pour mieux se comprendre, mieux se connaître. Parfois, il est nécessaire d'avoir une approche très médicale en proposant un traitement médicamenteux, et de prendre du recul par rapport à son propre travail. Être au contact de personnes qui sont pleines de doutes et les voir retrouver du sens est quelque chose qui me plaît beaucoup.

Quelle a été votre  
expérience la plus  
marquante avec un-e  
patient-e durant la  
pandémie



Une expérience à la fois belle et stressante. Un patient très anxieux qui était persuadé que la fin du monde était proche et qui a eu besoin de venir au cabinet chaque semaine. Je pense que sans cela il n'aurait pas pu assumer ses responsabilités professionnelles et familiales durant cette période.

Quels sont vos trois ingrédients  
personnels pour garder une  
excellente santé mentale



Ma famille, la musique, les voyages, les balades en montagne.

Qui a été votre  
mentor et  
quel meilleur  
conseil vous  
a-t-il/elle  
donné



J'ai rencontré plusieurs superviseurs qui m'ont apporté beaucoup de sagesse, dont le Prof. Pierre Bover, la Dre Anne Paccaud et le Dr Michael Schekter. Ils/elle m'ont transmis que nous sommes seulement là pour accompagner les patient-es et les ressources sont à l'intérieur d'eux/elles. A nous de les aider à trouver leur chemin pour les mobiliser.



Quel est votre  
objet fétiche qui  
vous accompagne  
quotidiennement



Le thé.

Et vous, allez-vous  
souvent chez le  
médecin/psychiatre



J'ai fait une psychanalyse durant ma formation postgraduée.

Est-ce que les  
médecins consultent  
beaucoup chez les  
psychiatres



Les médecins sont des humains comme les autres. La prévalence des troubles psychiques y est aussi élevée que dans la population générale. Ils/elles sont aussi soumis-es au stress et aux questionnements existentiels quant au sens de leur vie et de leur fonction au sein de la société. Il peut être important parfois de prendre un peu de recul.

VISITE MÉDICALE

Dre Catherine  
Léchaire

## BIO EXPRESS

- **Âge**  
48 ans
- **Diplôme**  
Spécialiste en psychiatrie et psychothérapie (2000)
- **Activité**  
Installée en cabinet individuel à Lausanne depuis 2013, déléguée du groupement des psychiatres à l'Assemblée des délégués de la SVM
- **Situation familiale**  
2 enfants adultes
- **Hobbies**  
Musique, voyages et randonnées en montagne



**Dr Philippe Eggimann**  
Président de la SVM  
et de la Société  
médicale de la Suisse  
romande (SMSR)

## SANS TRANSPARENCE, LES SOURIS DANSENT !

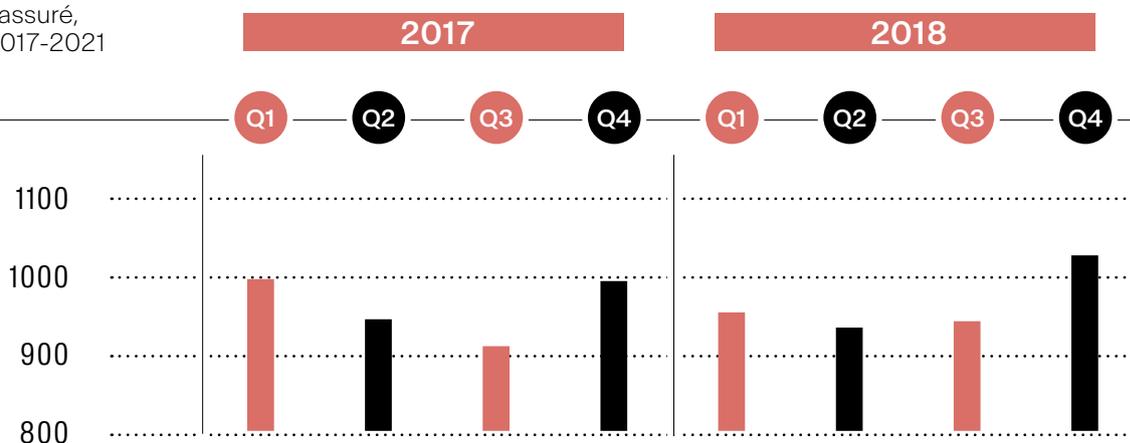
Après un premier coup de semonce en matière de prédictions de hausse des coûts de la santé en février déjà (avant même de disposer des estimations du 4<sup>e</sup> trimestre 2021...), une deuxième salve tirée le 3 avril dans la presse dominicale a fortement résonné en Suisse. Alertés par le bruit d'une augmentation apparente des coûts de 5% en 2021, de nombreux médias et politiciens l'ont alors relayée, évoquant même une flambée brutale des primes de 9% pour 2023. Info, intox, poisson tardif?

**C**ôté assureurs maladie, la tactique est connue et bien rodée. Il s'agit de prédire en amont des hausses des coûts justifiant des demandes de hausse des primes, que l'OFSP pourra valider sans sourciller à la sortie de l'été. Et désormais sans aucune ingérence des cantons, auxquels l'accès au mode de calcul des primes a été retiré. Les prédictions étant systématiquement surévaluées, les réserves enflent inexorablement, sans possibilité légale de les réduire.

Du côté des fervent-es défenseur-es d'un secteur public fort et généreux, les milliards de la santé font aussi rêver. Pas pour les accumuler, mais pour les dépenser soi-même, sans trop en laisser au secteur privé. Des coûts de la santé en hausse ne sont ainsi pas dénués d'intérêt, pour autant qu'ils soient liés à une étatisation croissante de la santé, et que l'on prévoie simultanément d'atténuer l'impact des primes par des subventions individuelles. Avec une reconnaissance espérée du citoyen dans les urnes?

### MONITORING DE L'ÉVOLUTION DES COÛTS DE L'ASSURANCE-MALADIE (MOKKE)

Prestations brutes AOS  
en CHF par assuré,  
trimestriel 2017-2021



PAR AN

**3 843 CHF**

**3 855 CHF**

2017-2018: + 0,3% PAR AN

## LE CONSEIL FÉDÉRAL TIENDRA-T-IL PAROLE ?

Malheureusement, les solutions que promeuvent aujourd'hui ces alliés de circonstance n'auront aucun effet sur les deux causes de la hausse lente, mais irrémédiable, des coûts à charge de l'assurance maladie obligatoire: le vieillissement de la population et le transfert du stationnaire vers l'ambulatoire. Plafonner les dépenses, tel que proposé par l'article 47c de la LAMal en discussion au Parlement, serait même catastrophique pour les patient-es. Il n'en résulterait qu'un rationnement des soins et la légalisation d'une médecine à plusieurs vitesses, en fonction des capacités financières de chacun-e.

Les prophéties de hausse des coûts de la santé doivent ainsi être écoutées avec la plus grande prudence. Comparer 2021 avec 2020, année de baisses d'activité très importantes du fait de l'interdiction des prestations non urgentes et de la fermeture des cabinets pendant les confinements, n'est pas adéquat, ou tendancieux.

Il faut comparer sur plusieurs années, selon différents intervalles (cf. tableau ci-dessous). Des primes perçues en trop continuent donc d'alimenter les réserves qui approcheront sans doute les 13 milliards de francs à fin 2021. Les modestes ristournes encouragées n'y changeront rien.

Puisque les coûts réels 2021 ne seront consolidés par l'OFSP que cet automne (après l'annonce des primes 2023...), on recommandera à notre lectorat désireux d'un avis neutre de se fier pour l'instant aux calculs de l'Office fédéral de la statistique, repris dans le tableau de bord économique mis en ligne par le journal Le Temps. Il relate une baisse continue des coûts de près de 3% dans le calcul de l'indice des prix à la consommation au cours des trois dernières années! En attendant que le Conseil fédéral tienne sa promesse faite en 2020 devant le Conseil des Etats d'améliorer la transparence en la matière, cela permettrait de déterminer sur une base objective les effets des mesures de rationnement mises en discussion au parlement.

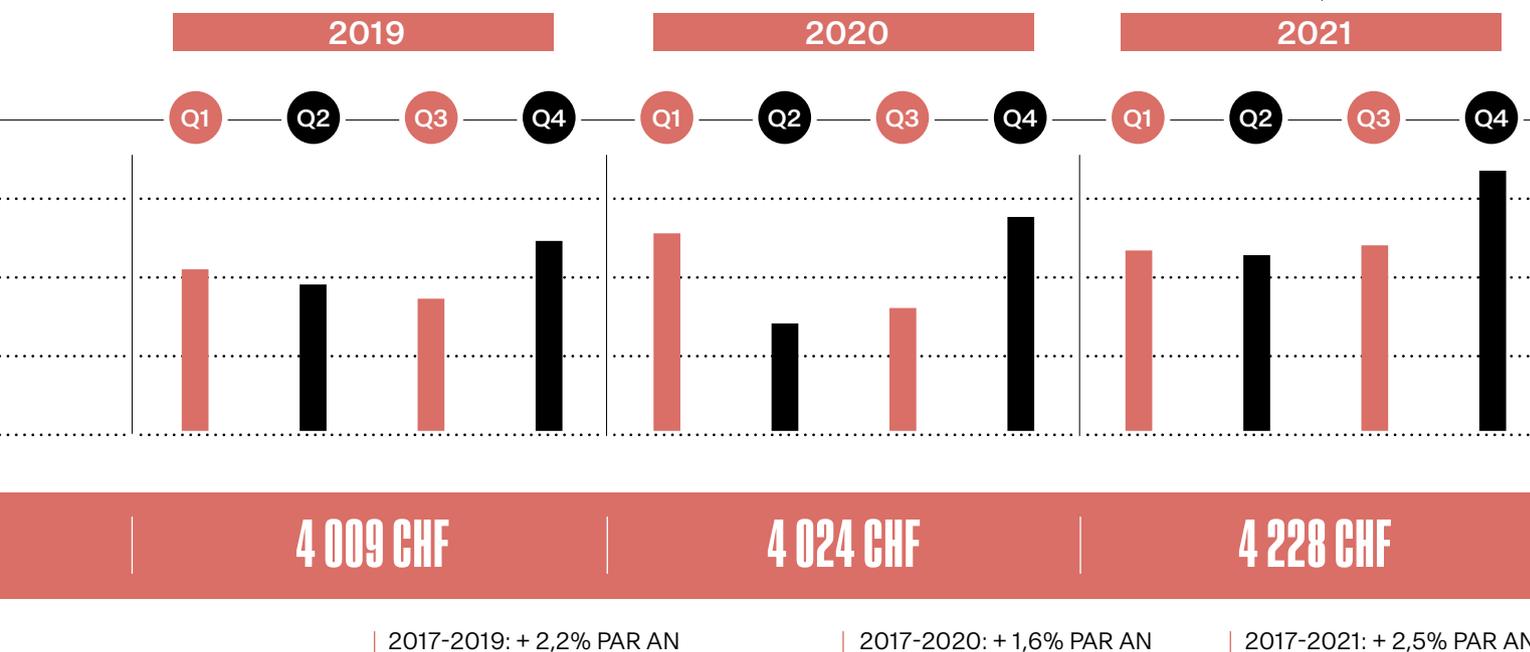
## LE CHIFFRE

# 3

L'OFS a observé une baisse continue de près de 3% des coûts de la santé dans le calcul de l'indice des prix à la consommation au cours des trois dernières années. Cette information a été reprise dans le tableau de bord de l'économie suisse lancé au printemps 2022 par le journal Le Temps.



Des données préliminaires suggèrent que les consultations ambulatoires liées au Covid-19 ont beaucoup augmenté en 2020 et 2021 chez les adultes âgés de 20 à 60 ans.



**Hélène de Ryckel**  
Responsable de la  
médiation culturelle

**Anne-Claire  
Schumacher**  
Conservatrice en chef  
et commissaire de  
l'exposition

« L'art génère des émotions, perceptibles lors d'une visite au musée, à l'écoute d'une pièce de théâtre ou d'un concert. »

**Hubert Crevoisier et  
la Montagne bleue**

## ET SI VOUS PRESCRIVIEZ DES ORDONNANCES MUSÉALES À VOS PATIENT-ES ?

*Le Musée Ariana, Musée suisse de la céramique et du verre à Genève, s'engage depuis de nombreuses années à rendre ses collections et ses expositions accessibles à toutes et tous ; dans ce cadre, il accueille ou travaille en partenariat avec des publics variés, enfants en bas âge, adolescent-es ou personnes âgées, migrant-es, étudiant-es, mais également personnes en situation de handicap ou de maladie.*

Dans le cadre de l'exposition « *Hubert Crevoisier. Je suis bleu, je suis jaune, je suis verre... et je vois rouge !* », le Musée Ariana propose pour la première fois des ordonnances muséales, en partenariat avec les Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG). L'artiste verrier suisse Hubert Crevoisier est sensibilisé aux liens bénéfiques entre l'art et la santé, qu'il a pu expérimenter dans le cadre du métier d'infirmier qu'il a exercé durant de nombreuses années. Sa démarche artistique, dans laquelle la matière et la couleur se conjuguent dans l'espace, se prête à une expérience esthétique immersive.

Les ordonnances muséales permettent aux patient-es de découvrir l'exposition gratuitement avec un-e accompagnant-e de leur choix, de manière libre ou lors d'une visite guidée par la commissaire de l'exposition.

### L'ART, BÉNÉFIQUE POUR NOTRE SANTÉ PHYSIQUE OU MENTALE ?

Un rapport de l'OMS<sup>1</sup> atteste des recherches en cours pour analyser et établir les effets avérés de l'art sur la santé. L'art génère des émotions, perceptibles lors d'une visite au musée, à l'écoute d'une pièce de théâtre ou d'un concert. Ces moments privilégiés accordent au/à la patient-e, quelle que soit sa pathologie, un moment de plaisir et de détente, différent mais complémentaire aux soins, lui permettant de sortir pour un temps de son état de « corps malade ».

La découverte d'un musée, d'une exposition ou d'une œuvre est, selon les études, susceptible d'induire des réactions d'apaisement, de calme, de plaisir ou de surprise,

un dépaysement ; elle sort le/la patient-e de sa solitude et de son isolement social, améliore sa confiance en soi, diminue les troubles anxieux et de dépression, pour ne citer que quelques exemples. Afin d'avoir un retour sur les perceptions des patient-es à l'issue de leur visite, le Musée Ariana a mis en place une enquête.

### CARNETS D'ORDONNANCES À DISPOSITION DES MÉDECINS

Un tel projet ne peut fonctionner que si les médecins, quelles que soient leurs spécialités, participent activement, en sollicitant des carnets d'ordonnances au musée et en les prescrivant à leurs patient-es, mais également si les institutions muséales inscrivent la santé et le bien-être des visiteurs/euses au cœur de leur politique culturelle et de médiation.

Le bilan de l'action des ordonnances muséales sera tiré à la clôture de l'exposition d'Hubert Crevoisier (07.08.2022). Il est d'ores et déjà certain que le musée Ariana poursuivra, dans les années à venir, ce type de projets liés aux bienfaits de la santé pour toutes et tous.



Photo Boris Dumand, Musée Ariana

<sup>1</sup> World Health Organization: Health Evidence Network Synthesis Report 67, «What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?», 2019.



Un dossier sera dédié à la sécurité informatique dans un prochain numéro de DOC en 2022.

Propos recueillis par la rédaction

# SE PROTÉGER CONTRE LE PIRATAGE INFORMATIQUE

*Alors que plusieurs cabinets médicaux romands ont été pris pour cible par des logiciels de rançon en mars dernier, la Société vaudoise de médecine recommande l'application de 9 mesures concrètes aux médecins soucieux/ses de se prémunir au mieux contre toute attaque informatique.*

**P**ublication d'informations privées liées aux patient-es, atteinte au bon fonctionnement du cabinet et à sa réputation, les risques que représente une cyberattaque pour les structures médicales sont multiples et potentiellement lourds de conséquences. Or, comme le rappelle la FMH, « chaque cabinet médical est chargé de garantir la protection et la sécurité des données qu'il traite »<sup>1</sup>. S'il n'existe pas de protection parfaite face aux pirates informatiques, il est possible de leur compliquer sensiblement la tâche en appliquant quelques principes simples, exposés ci-dessous. Nous vous recommandons de faire appel à votre prestataire informatique qui pourra personnaliser ses conseils selon les spécificités de votre infrastructure.

## 9 CONSEILS POUR RENFORCER SON « IMMUNITÉ » INFORMATIQUE

- 1 **Installer un antivirus ou un pare-feu** (dispositif de sécurité qui surveille le trafic entrant et sortant de votre réseau) sur tous ses appareils et effectuer les mises à jour dès leur parution (si possible de manière automatique) afin de pallier au plus vite les fragilités du système.
- 2 **Sauvegarder régulièrement ses données** sur un dispositif « hors ligne » (comme un disque dur portable) et un dispositif « hors site » (par exemple un disque dur externe stocké en dehors des locaux ou une solution « Cloud », c'est-à-dire de stockage en ligne) pour disposer de deux copies en cas d'attaque. Tester au minimum 1 à 2 fois par an la fonctionnalité du système en procédant à des restaurations.
- 3 **Effectuer les mises à jour du système d'exploitation et des logiciels** présents sur ses ordinateurs pour corriger au fur et à mesure d'éventuelles failles de sécurité.
- 4 **Utiliser des mots de passe sûrs**, différents pour chaque compte, d'au moins 12 caractères incluant majuscules, minuscules, chiffres et caractères spéciaux, pour éviter de donner accès à toutes vos interfaces aux hacker-ses. Avoir recours à un gestionnaire de mot de passe peut s'avérer utile. Procéder à une authentification à deux facteurs (double vérification de l'identité, par ex. via un mot de passe et un code reçu ensuite par SMS ou sur une application mobile dédiée) permet encore de réduire les risques d'intrusion.
- 5 **Se méfier des courriels d'expéditeurs/trices inconnu-es** et ne jamais cliquer sur une pièce jointe ou un lien y relatif. Ne jamais transmettre de noms d'utilisateur/trice ou de mots de passe par e-mail ou téléphone et sensibiliser ses employé-es aux dangers encourus.
- 6 **Vérifier que ses disques durs soient chiffrés** (codage informatique empêchant la lecture des données à quiconque ne possède pas la clé de déchiffrement) par le système d'exploitation utilisé et/ou demander à son informaticien-ne.
- 7 **Envisager d'éteindre son serveur** durant les périodes d'inactivité pour réduire le temps d'exposition aux tentatives de hacking (à effectuer en collaboration avec votre informaticien-ne).
- 8 **Se renseigner sur les conditions de souscription à une cyberassurance** pour bénéficier d'une couverture en cas de dommages causés au cabinet ou à des tiers (perte de données, responsabilité civile, etc.). A noter que le paiement des rançons n'est pas toujours inclus.
- 9 **Vérifier la fiabilité des connexions à distance** établies dans le cadre du télétravail.

<sup>1</sup> FMH. « Exigences minimales pour la sécurité informatique des cabinets médicaux. Onze recommandations », p.1



**Dr Philippe Vuillemin**  
Médecin généraliste

Reproduction par l'auteur d'une dédicace du livre *Traité de chorégraphie* (1952), du danseur et chorégraphe ukrainien Serge Lifar (1905-1986).

## LE MÉDECIN ET LES ARTS, UNE SOURCE D'INSPIRATION

*Du 9<sup>e</sup> siècle à aujourd'hui, comment les arts se sont-ils insinués dans la pratique médicale ?*

**I**bn Butlan, médecin arabe du 9<sup>e</sup> siècle, a commis un traité de médecine qui sera traduit en latin au 15<sup>e</sup> siècle sous le nom de *Tacuinum sanitatis*. La danse, la musique, le chant sont décrits comme essentiels au bien-être humain par des miniatures qui mettent en évidence musiciens et instruments, dont un orgue portatif et des trompettes. Il s'agit d'exprimer la joie, meilleure remède à la tristesse, source de maladies.

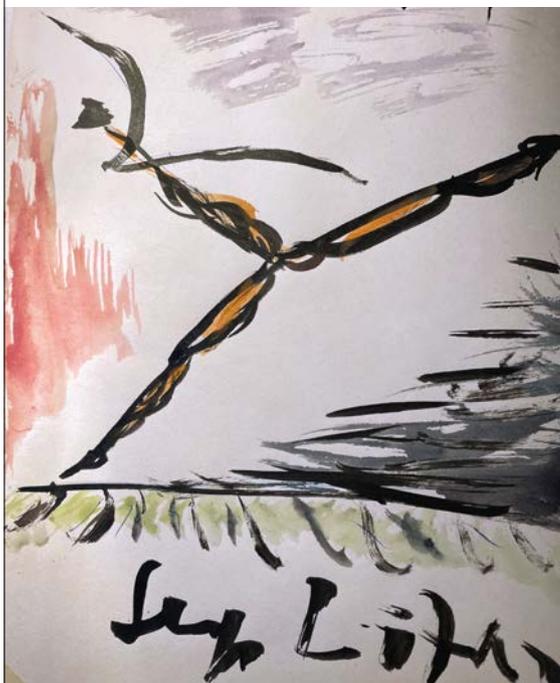
Dans le *Gouvernement nécessaire à chacun pour vivre longtemps en santé de 1600*, le médecin d'Henri IV évoque la dépression du vieillard et les moyens d'y remédier : « Il passera son temps à regarder la variété des fleurs, la diversité des belles couleurs [...]. Pour délecter l'ouïe, il prêtera l'oreille à la musique des voix et des instruments ».

Tissot, lui, déconseille le chant aux personnes souffrant de malformations thoraciques ou sujettes à des pneumonies. Quant à la danse, elle est prohibée depuis la Réforme et ne saurait être une thérapeutique en terre vaudoise au 18<sup>e</sup> siècle. Cela changera au 20<sup>e</sup> siècle et des médecins mécènes soutiendront danseurs/euses et ballets.

### EXPRIMER SES MAUX POUR MIEUX LES SOULAGER

Les tableaux en relation avec la médecine sont innombrables : ils peuvent être informatifs comme la « Leçon d'anatomie du Dr Tulp » par Rembrandt (1632) ; motivants, comme Desgenettes s'inoculant la peste à Jaffa (1804) par Gros ; empathiques, comme le Dr Arieta sauvant Goya (1820) ou encore Van Gogh peignant le portrait du Dr Gachet dont le regard perdu fait allusion à sa thèse sur la mélancolie (1890). La peinture est un art essentiel pour permettre de dire la souffrance : Aloïse est bien connue. Mais il y a aussi les innombrables inconnus de l'art-thérapie de Cery dans les années 1980 et un Lausannois qui peignait ses acouphènes pour ne pas les entendre.

La musique reste probablement l'art le plus ancien et son rôle est connu depuis l'Antiquité. De très nombreux médecins l'ont pratiqué. Un des plus connus est Albert Schweizer (1875-1965) qui reconnut dans la musique d'orgue ce souffle divin que la miniature évoquée ci-dessus exprime. Auteur d'un *Jean Sébastien Bach, le musicien poète*, il acquiert au contact de Münch et Widor une solide formation d'organiste et d'expert en construction d'orgues. Il en joue en pleine brousse, forme quelques élèves et utilise sa réputation de musicien et de philosophe pour recueillir les fonds nécessaires à la pérennisation de son hôpital. La musique stimule sa foi et celle-ci lui permet de soigner son prochain.



Plus d'autonomie.  
Plus de temps.

Plus d'inspiration.

Kia EV6.



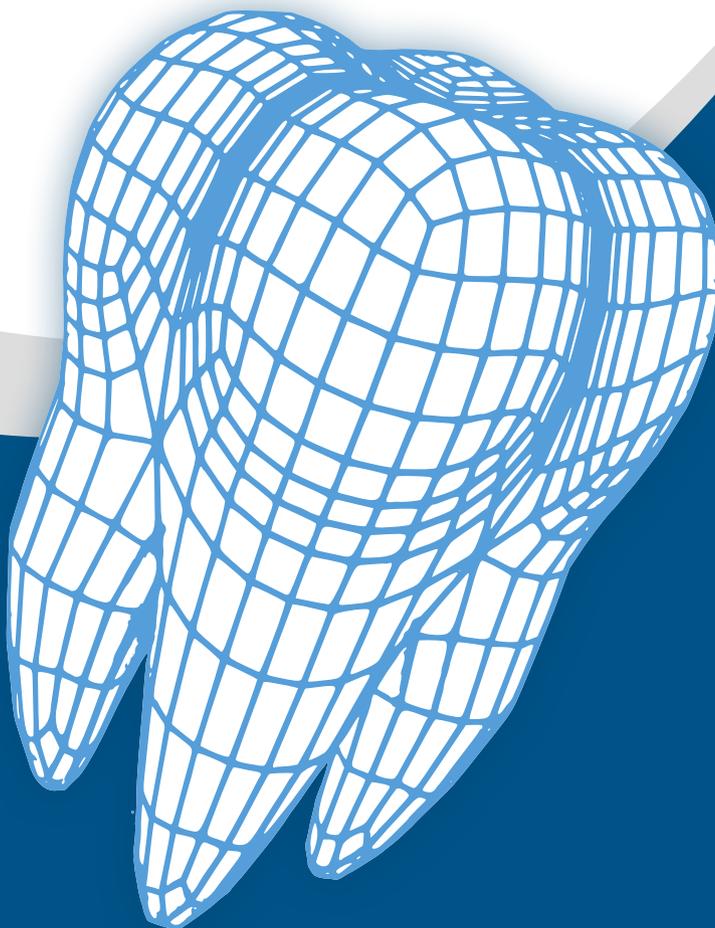
**Emil Frey** Crissier  
Centre Automobile Romand  
[emilfrey.ch/crissier](http://emilfrey.ch/crissier)



## Logiciel de gestion de cabinet **simple et efficace**

pour dentistes, orthodontistes, hygiénistes et cliniques dentaires

Entièrement développé en Suisse, Odontos permet de gérer votre cabinet depuis la prise de rendez-vous jusqu'à la facturation. Le logiciel est disponible en français et en allemand et peut être installé sur Windows, Mac et Linux.



[www.odontos.ch](http://www.odontos.ch)