



L'ECHO DES TRANSPLANTES CARDIAQUES EURE ET SEINE-MARITIME

Numéro 6

Avril 2005

Bulletin trimestriel de liaison et d'informations gratuit.

CARDIO-GREFFES HAUTE-NORMANDIE

Siège social :

Service chirurgie cardio-vasculaire
pavillon Derocque

CHU ROUEN

76031 ROUEN

Nouveau numéro de téléphone :

02 35 83 77 74

Affilié à la Fédération Française
des Associations de Greffés du
Coeur et des Poumons

Rédaction-composition :

Jean-Claude FENYO

Michel BOSSELIN

Les articles signés sont
sous la responsabilité
de leurs auteurs !

Sommaire à l'intérieur

C'EST LE PRINTEMPS



VIVE LE PRINTEMPS

Sommaire

Couverture : *Le printemps*

Mot du Président	2
Portrait d'une transplantée	3
La recherche et le développement J.C. FENYO	4-5-6-7
Réflexions Rappel activités	8
Compte-rendu des activités	9
Evolution des greffes Séca	10
D.M.P. Santé	11-12
Transplantation et alimentation	13
Cuisine - Passion jardin	14
Lecture	15
Libertés	16
Connaissance de notre région Nos actions	17-18
Histoires vécues	19
Parcours du cœur Consultation sur internet	20

Directeur de la publication :
Dr D. RIQUIER



Association régie par la loi 1901

LE MOT DU PRESIDENT

Notre journal gratuit (ou revue) désormais sur la bonne route, devient ce jour le 6ème numéro. Il s'adapte et s'améliore au fil des années, ce qui ne vous empêche absolument pas d'y participer selon les modalités que vous préférez car il est autant si ce n'est plus votre journal que le nôtre. Il est là aussi pour rappeler à tous et à toutes les bienfaits des dons d'organes ; encore une fois merci aux généreux donateurs sans lesquels nous ne serions plus là ! et merci aussi à leurs familles et à leurs proches.

Merci aussi au Comité de Rédaction qui ne ménage pas ses efforts pour rendre cette revue plus attrayante, plus conviviale et plus concrètement utile de par sa variété et ses conseils.

La prochaine AGO (Assemblée Générale Ordinaire) doit avoir lieu le 28 mai prochain à Yvetot (au C.A.T.) ; réservez dès aujourd'hui cette date où nous aurons le plaisir de nous retrouver le plus nombreux possible.

Amitiés à TOUS.

Docteur Daniel RIQUIER
(Médecin transplanté)

Revue éditée grâce à la générosité des Laboratoires Novartis.

PORTRAIT D'UNE TRANSPLANTÉE

Je me suis déplacé en campagne, à quelques kilomètres d'Elbeuf, dans une charmante bourgade qui se développe : « La Saussaye ».

J'y ai rencontré Madame Monique RIVETTE, notre transplantée, qui demeure dans un pavillon de plain-pied, entouré de végétation. Une pelouse bien entretenue où l'on voit déjà les premières floraisons printanières pointer leur nez.

Madame RIVETTE m'a accueilli simplement avec sa gentillesse ; un peu surprise que l'on se déplace pour elle, d'avoir été choisie pour figurer dans notre bulletin, elle qui n'est transplantée que depuis trois ans.

Avant c'était la nuit, maintenant c'est le jour, me dit-elle.

Je suis née avec une malformation au cœur. J'avais la « maladie bleue ». Je ne pouvais pas faire d'efforts, pas de sport. Je n'étais pas une petite fille comme les autres.

Puis en 1955, j'ai subi ma première opération, à cœur ouvert. J'étais la centième fillette à profiter de cette technique. Puis j'ai subi une deuxième intervention, mais j'étais restée toujours fragile.

Maintenant, depuis ma transplantation, je me sens nettement mieux. Je marche, je fais du vélo de temps en temps, mais jamais

de longs trajets. Il me faut récupérer doucement. Je suis néanmoins mariée. J'ai deux enfants et quatre petits-enfants qui occupent mes mercredis.

Je me suis inscrite au club associatif de la commune où je pratique la peinture sur soie, sur porcelaine. Nous fabriquons divers objets, entre autres, des boîtes en carton, décorées. Nous participons à des bourses échanges de vêtement.

Puis je voyage avec mon mari : la montagne, la mer, les pays étrangers... Quand vient le beau temps, je le suis lors de ses nombreux déplacements professionnels. Je pars avec lui en caravane.

Maintenant, je revis autre chose. Je me sens bien, je suis heureuse de ma condition.

Nous avons discuté un bon moment. C'est une femme en bonne forme, plutôt contente de cette rencontre avec un membre de notre association, que j'ai dû quitter vers dix-sept heures, en lui souhaitant plein de bonnes choses et surtout d'avoir toujours « la pêche ».



Ce qui importe, ce n'est pas d'ajouter des années à la vie, mais d'ajouter de la vie aux années.

Alexis Carrel

LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE, LE DÉVELOPPEMENT TECHNOLOGIQUE ET L'INNOVATION (I)



INTRODUCTION

Les médias ont largement fait écho aux déclarations du Président de la République lors de la cérémonie des vœux aux « forces vives de la Nation » le 4 janvier dernier pour redonner à la France « les moyens d'une grande ambition industrielle ». Un mouvement de protestation de chercheurs du secteur public lancé le 7 janvier 2004, « Sauvons la Recherche », à la suite de réductions importantes de leurs budgets 2003 et 2004, à la fois en moyens matériels mais aussi humains, a abouti, après la signature d'une pétition signée par 75.000 personnels de recherche et 250.000 autres citoyens, à des « Assises nationales des Etats généraux de la Recherche » à Grenoble les 28 et 29 octobre, en présence notamment des ministres de tutelle François Fillon et François d'Aubert et de nombreux hauts responsables politiques. Une Loi d'orientation et de programmation de la Recherche est en préparation et devrait être présentée au Parlement au premier semestre 2005, qui tiendra compte des contributions émises lors des Etats généraux et des Assises, mais aussi des inflexions que le gouvernement souhaite impulser. Certains points de l'avant-projet de Loi ne recueillent pas le consensus, mais il s'agit d'une étape importante : en effet, des événements aussi marquants sont rarissimes dans notre pays, trois depuis un demi-siècle. Le colloque de Caen (1^{er}-3 novembre 1956) a donné l'occasion à Pierre Mendès France d'impulser un effort massif, onze ans après la fin de la seconde guerre mondiale, qui a été largement accentué par le Général de Gaulle, pour affirmer le rôle de grande puissance civile et militaire de notre pays. Après une décennie 70-80 difficile, des Assises régionales et nationales ont conduit à une Loi d'orientation et de programmation en 1982 sous l'autorité du Ministre Jean-Pierre Chevènement. Ce sont les principes et les conséquences de cette loi qui font l'objet du débat actuel, les tentatives de réforme de Claude Allègre n'ayant pas fondamentalement changé les structures ni les états d'esprit.

Ces considérations sont rappelées pour souligner l'actualité du sujet, l'interdépendance entre l'Etat et les acteurs publics et industriels, et son importance. Nous-mêmes patients bénéficions particulièrement des progrès des industries pharmaceutiques (ex : immuno-suppresseurs), de l'imagerie médicale (IRM, échographie), de l'électronique (cœur artificiel), etc..., pour ne citer que quelques exemples. Ces progrès sont bien évidemment issus de Recherches fondamentales, même si certaines, en électronique par exemple, n'avaient pas pour objectif initial les retombées dans le domaine qui nous concerne. De même on n'en est encore qu'aux balbutiements des nanotechnologies avec des conséquences imprévisibles en explorations fonctionnelles et en chirurgie.

Les trois activités humaines les plus importantes sont l'Enseignement, la Culture, la Recherche (*auteur inconnu*). Il est donc important de définir précisément la terminologie, de rappeler pourquoi l'intervention des pouvoirs publics reste capitale, même dans un système libéral et de présenter une prospective dans le domaine de la santé.

La RECHERCHE SCIENTIFIQUE est l'ensemble des travaux, des activités intellectuelles, qui tendent à la découverte de connaissances et de lois nouvelles. On parlera surtout de *Recherche fondamentale*.

Le DÉVELOPPEMENT TECHNOLOGIQUE est l'étude des outils, des procédés et des méthodes employés dans les diverses branches de l'industrie. On parlera surtout de *Recherche finalisée ou appliquée*.

Enfin, L'INNOVATION est le passage dans le circuit économique d'un produit, procédé ou technologie nouvelle.

Ces définitions sont évidemment arbitraires, ces activités ne sont pas cloisonnées et les relations entre Recherche et Innovation ne sont pas linéaires, il peut y avoir Innovation ou Développement technologique sans Recherche. Par exemple, Joseph Cugnot (1725-1804) a construit la première automobile à vapeur en 1770 et un modèle plus important, le sardier, en 1771. C'était de la Recherche appliquée et non une Innovation car les véhicules restèrent inutilisables faute de puissance suffisante. Cugnot ne pouvait pas connaître les travaux fondamentaux de Nicolas Carnot qui établit pour la première fois en 1824 un lien entre chaleur et travail, fondement de la thermodynamique moderne.

Le socle du Progrès reste cependant l'élargissement des connaissances par la Recherche fondamentale, le temps s'écoulant entre découverte et innovation devient de plus en plus restreint et plus de 90 % des chercheurs que le monde a connus sont vivants. L'arrivée de la sonde Huygens sur Titan est un exploit technologique et scientifique qui va permettre d'approfondir les connaissances en prébiotique (science fondamentale qui étudie les mécanismes d'apparition de la vie sur notre planète). Le lancement de l'Airbus A380 est un exploit technologique et industriel et sera une réelle Innovation si les commandes lui permettent de poursuivre sa commercialisation, contre-exemple malheureusement de Concorde. Les transmissions de données par Internet ont été initialement mises au point pour les besoins de l'armée américaine, en interne dans les années 70, puis développées par les chercheurs du CERN (Laboratoire européen de physique des particules à Genève) pour échanger leurs informations, puis on a assisté très rapidement dans la dernière décennie à l'explosion des Technologies de l'Information et de la Communication (les TIC), que l'on appelait encore il y a quelques années *Nouvelles TIC* !



LA RECHERCHE, POURQUOI ?

Dans l'histoire de l'humanité, les politiques nationales de recherche sont récentes puisqu'on peut les dater véritablement de la seconde guerre mondiale : projet Manhattan bombe « A » aux Etats-Unis, fusées V1 et V2 en Allemagne. Le gaz moutarde (ypérite) datait déjà de la première guerre mondiale ainsi que le développement de l'aviation à des fins militaires (tirs de mitrailleuses couplés à la rotation des hélices). On connaît des savants et des inventions depuis la haute antiquité, par exemple : Archimède et son principe, la Renaissance - Léonard de Vinci et ses planches anatomiques, Pascal et sa machine à calculer, les XVIIème (Newton et les lois de la gravitation), XVIIIème (Lavoisier et la conservation de la matière) et XIXème siècles (Gerhardt aspirine découverte en 1853 mais son usage médical en 1899), et une certaine Recherche organisée existait dans les premières universités créées en Europe depuis les XII et XIIIème siècles (Bologne en 1150, Sorbonne en 1257). Les financements n'étaient pas institutionnels mais reposaient sur le mécénat (rois, princes, papes, prélats...) ou la richesse personnelle. Lavoisier était aussi fermier général et investissait une partie de ses revenus dans la Recherche, ce qui ne l'a pas empêché de finir sur l'échafaud.

Les rapports des forces économiques et militaires sont de plus liés aux interventions de l'Etat. Ces relations s'institutionnalisent de façon différente, les politiques de la science peuvent prendre à l'extrême de ses situations reflètes de l'organisation des sociétés : libéralisme aux Etats-Unis, centralisation en France, planification dans les anciens pays socialistes.

La Recherche est un élément stratégique de développement des nations modernes.

D'une manière générale, la science, plus particulièrement la Recherche scientifique, poursuit deux objectifs fondamentaux :

- une volonté de savoir, de faire progresser les connaissances, participant ainsi à l'enrichissement intellectuel des citoyens,
- une finalité pratique d'accroissement de la sécurité et de la prospérité par les Innovations, c'est à dire par l'apparition et le développement de nouvelles réalisations, sources de croissance économique et de création d'emplois qualifiés.

En schématisant, les enjeux que recouvre la Recherche scientifique sont de trois ordres :

- *enjeux cognitifs* : les résultats scientifiques d'une nation constituent une variable stratégique pour la préparation de son avenir. On ne peut imaginer que la France puisse continuer à tenir son rang à l'échelle mondiale sans participer pleinement aux progrès de la connaissance dans le cadre international,
- *enjeux économiques* : la croissance et la compétitivité sont étroitement liées aux efforts consentis en matière d'Innovation. Outre les ressources engagées par les pouvoirs publics et les entreprises, l'Innovation est aussi la résultante de la densité des échanges d'informations entre partenaires (utilisateurs, producteurs, chercheurs...), de l'organisation du travail, du niveau de qualification de la main d'œuvre...qui sont le fruit des synergies locales entre tous les acteurs de la société,
- *enjeux sociaux* : outre son rôle évident dans la formation des hommes, la Recherche donne à la Société la capacité de répondre aux défis qui lui sont posés, par exemple en matière de santé ou d'environnement.

ÉQUILIBRE ET
DÉSÉQUILIBRE DES
SOCIÉTÉS

PERCEVOIR, PENSER,
COMMUNIQUER

LA MATIÈRE DU
BIG BANG A NOS JOURS

LES VISAGES DES
PLANÈTES

DU CHAOS
AUX SYSTÈMES
COMPLEXES

GÉRER L'AVENIR DE
LA TERRE

COMPRENDRE ET
MIEUX SOIGNER

(à suivre)
JCF

QUELQUES EXEMPLES EN HAUTE-NORMANDIE

Automobile, aéronautique et espace

L'Université et l'INSA de Rouen, le CORIA (Complexe de Recherche Interprofessionnel en Aérothermochimie) lié au CNRS, le CERTAM (Centre d'Etude et de Recherche Technologique en Aérothermique et Moteur), le CEVAA (Centre d'Essais Vibro-Acoustique pour l'Automobile), le CRIHAN (Centre de Ressources Informatiques de Haute-Normandie) et l'ESIGELEC (École Supérieure d'Ingénieurs en Génie Électrique), sont associés sur le Technopôle du Madrillet situé sur les communes de Saint-Etienne-du-Rouvray et de Petit-Couronne à l'entrée sud de Rouen, dans un *Centre National de Recherche Technologique Combustion Moteurs* pour faire face aux défis industriels majeurs posés par tous les problèmes liés à l'injection, la combustion, la production et l'élimination des polluants et des bruits dans les moteurs automobiles, qui sont des défis industriels majeurs. Les problèmes connexes que sont la dispersion des polluants automobiles dans l'atmosphère ainsi que les incidences éventuelles sur la santé sont aussi impliqués, en collaboration avec un laboratoire de l'INSERM. Un partenariat important est développé avec les principaux constructeurs automobiles (Renault, PSA).



Simulation numérique d'une chambre de combustion (CORIA)



Production d'un spray d'essence par injection indirecte (gauche) et injection directe (droite) (CORIA)

Les activités s'étendent aux moteurs aéronautiques et spatiaux toujours autour de la même thématique (contrôle de la combustion), notamment en collaboration avec le site de Vernon de la SNECMA (SNP) qui fabrique les moteurs de la fusée Ariane et Hispano-Suiza Aérostructures (HSA) et l'Université du Havre qui ont entamé une collaboration étroite dans le domaine des matériaux composites à matrice polymère, pour les inverseurs de poussée des moteurs d'avion à l'atterrissage qui subissent de très fortes contraintes mécaniques et thermiques.



Maquette du moteur d'Ariane 5 (SNP)



Inverseur de poussée (HSA)

Recherches interdisciplinaires entre chimistes, biochimistes, biologistes et cliniciens

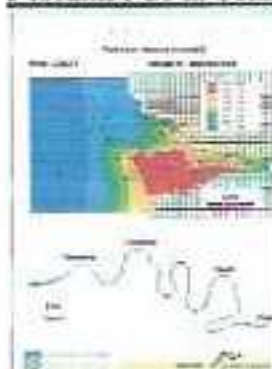
L'Institut Fédératif de Recherche Multidisciplinaire sur les Peptides (IFRMP) joue un rôle structurant très important. Il coordonne les activités de 4 unités labellisées par l'INSERM, 4 unités labellisées par le CNRS et 4 laboratoires universitaires pour développer un ambitieux programme multidisciplinaire biotechnologique sur les peptides et protéines d'intérêt thérapeutique. L'expertise de ses équipes de chimistes de l'Institut de Recherche en Chimie Organique Fine (IROCF) - Université et INSA de Rouen, biochimistes (Faculté des Sciences et Techniques), physiologistes, pharmacologues (Faculté de Médecine et de Pharmacie) et du Centre d'Investigation Clinique du CHU de Rouen lui permet d'être compétitif au niveau national et international.



Activité biologique de l'ODN

Les chimistes ont synthétisé un nouveau neuropeptide de la famille des endozépines, l'octadécanéuropeptide (ODN), ligand endogène du récepteur des benzodiazépines. Les pharmacologues ont montré que l'administration par voie intracérébroventriculaire d'ODN à des souris et des rats induit des comportements de type anxieux qui se manifestent par une propension à se réfugier dans des endroits obscurs et une forte réticence à pénétrer dans un compartiment éclairé. En combinant l'analyse des relations structure-activité et les techniques de modélisation moléculaire, les biochimistes ont réussi à synthétiser un puissant antagoniste de l'ODN qui pourrait ouvrir une nouvelle voie thérapeutique pour le traitement de la dépression.

Recherches sur l'environnement Pollution par le cadmium (métal lourd) de l'estuaire de la Seine



Seine-Aval est un programme scientifique à caractère appliqué réunissant plus d'une centaine de scientifiques dans des disciplines très diverses (géologie, chimie, écologie, écotoxicologie, etc.) appartenant à une vingtaine de laboratoires d'excellence.

Ses objectifs :

- améliorer la connaissance scientifique du milieu naturel,
- grâce à une vision globale, constituer des outils d'aide à la décision.

Seine-Aval constitue le programme d'études et de recherches le plus important mené actuellement en France sur un estuaire.

Il a bénéficié du soutien de l'Etat, de la Région Haute-Normandie, de l'Agence de l'Eau Seine-Normandie et d'industriels de la Région.

REFLEXIONS - INTERROGATIONS

Que devient notre (votre) association ?
Quel parcours devons-nous choisir ?
Devons-nous poursuivre l'édition de l'ECHO ?



Cardio-Greffes Haute-Normandie progresse bon an, mal an, doucement.

L'équipe en place fait son possible pour recruter de nouveaux adhérents, s'investit, essaie de vous être agréable.

Nous espérons faire plaisir à toutes et à tous à travers nos diverses activités.

Malheureusement, nous constatons qu'il n'y a guère de retour. Nous souhaiterions recevoir de vos nouvelles, que vous émettiez des critiques, que vous nous donniez des idées.

Nous avons obtenu des subventions et reçu des dons divers. Mais que devons-nous organiser pour intéresser un plus grand nombre de transplantés ?

Seulement une minorité semble s'intéresser aux activités de l'association.

Afin d'encourager les jeunes de moins de 25 ans à nous rejoindre, nous avons décidé la gratuité de l'adhésion la première année.

En juin 2004, nous étions 22 adhérents à jour de cotisation et fin décembre 38 ; mais encore faut-il que nous conservions ces adhérents.

Les femmes semblent boudier un peu l'association. Qu'elles nous rejoignent, nous les accueillerons avec grand plaisir. Leurs conseils seraient sûrement utiles.

Nous nous posons des questions sur la continuité de l'impression de l'ECHO. Ce bulletin intéresse-t-il vraiment les transplantés ? Nous ne recevons aucun courrier nous donnant vos impressions, nous donnant des idées de reportages, d'activités etc... Si réellement cette revue n'intéresse que peu de greffés, est-il raisonnable d'investir des fonds de l'association en vue de sa parution ? Si nous n'obtenons aucune réaction de la part de ses lecteurs, il est possible, à notre grand regret, que nous cessions la parution de l'ECHO en décembre 2005.

Alors, si vous souhaitez que cette revue garde vie, faites-nous signe. N'hésitez pas à nous contacter soit par courrier, soit par téléphone.

Nous vous rappelons qu'il existe un responsable par secteur :

- | | | |
|--|------------------|----------------------|
| • Au nord du département Seine-Maritime et Somme : | Dr Daniel RQUIER | Tél. 03 22 26 66 60 |
| • Le Havre et sa région : | Serge COUSTHAM | Tél. 02 35 28 10 19 |
| • Dieppe et sa région : | Francis BARQ | Tél. 02 35 83 77 74 |
| • Eure : | Claude MORIN | Tél. 02 32 46 37 43 |
| • Rouen-Illeuf-vallée de Seine- Pays de Bray : | Michel BOSSELIN | Tél. 02 35 62 92 72 |
| | Didier LECOEUR | Tél. 02 35 78 51 95. |

RAPPEL DES ACTIVITES 2005. Toutes nos activités se déroulent le samedi.



- 28 mai : Assemblée Générale au C.A.T. d'Yvetot, le matin à 9h15, suivie d'un repas chaud et d'une discussion à bâton rompu.
- 3-4-5 juin : Représentation de membres de l'association au congrès national de la Fédération à Toulouse (si vous êtes candidat, merci de vous inscrire auprès de Michel BOSSELIN au plus tôt).
- 11 juin : Pique-nique à la base nautique de Léry-Poses. Un abri et des toilettes sont prévus ainsi qu'une aire de stationnement (ne pas oublier son repas). Un concours de boules est prévu l'après-midi pour les personnes qui le désireront. Si vous avez un problème de transport, appelez au 02 35 83 77 74.
- 22 juin : Journée « DON D'ORGANES » à Rouen.

- Juillet et Août étant consacrés aux vacances, nous ne prévoyons aucune activité (permanence téléphonique en cas de problème : 02 35 83 77 74 ou 02 35 78 52 95). Nous avons envisagé de tenir un stand à la fête de Montaure fin août, mais nous n'avons jamais eu de réponse.
- 24-25 septembre : Exposition de peintures à l'orangerie du Jardin des Plantes de Rouen.
- 15 octobre : Promenade pédestre l'après-midi - une boucle d'environ six kilomètres, à chacun son rythme (l'association offrira un casse-croûte et une boisson).
- 19 novembre : Après-midi récréative au C.A.T. d'Yvetot - jeux de société - (l'association offrira un goûter et une boisson).

Ce sera une année bien remplie. Mais si vous avez d'autres suggestions, n'hésitez pas à nous les soumettre.

COMPTE-RENDU DES ACTIVITES 2005

15 Janvier : Galette des Rois :

Notre traditionnelle fête des Rois début janvier s'est déroulée au C.A.T. d'Yvetot.

L'ambiance était des plus agréables. 22 personnes ont participé dont la moitié était des transplantés. Le temps était favorable au déplacement.

Nous avons fait connaissance avec de nouveaux adhérents.

Après avoir partagé la galette, notre secrétaire et son épouse avaient prévu des friandises afin d'accompagner le thé ou le café.

Chaque femme est repartie avec une plante, selon un tirage au sort : qui une azalée, qui une fougère ou un bégonia, un benjamina, offerte par l'association. Ce geste a semblé être apprécié par ces dames.

Nous avons passé un après-midi convivial, oubliant pour un moment les petits soucis quotidiens.

Quelques photos souvenir ont été prises.

Nous nous sommes séparés vers 18 heures, nous donnant rendez-vous au 05 mars pour l'après-midi crêpes.

05 Mars : Après-midi crêpes

Il fallait être courageux et motivé pour entreprendre le déplacement à Yvetot ce samedi 05 mars. En effet, toute la semaine la neige était tombée bloquant ainsi une partie des routes. Nous avons même songé à reporter notre manifestation, puis finalement, nous n'avons rien changé, les grands axes étant dégagés en ce début de week-end. 21 personnes ont bravé le froid et ont répondu présent à notre sympathique après-midi. Cinq personnes ne sont pas venues à cause des intempéries (les petites routes n'étaient pas encore dégagées certainement). Ils sont tout à fait excusés.

Cinq transplantés ou plutôt leurs épouses s'étaient dévouées afin de préparer chacune une vingtaine de crêpes qui furent dégustées avec beaucoup de plaisir.

Il était également prévu en accompagnement, des confitures maison, sans oublier le cidre, les jus de fruits.

L'ambiance était comme toujours très conviviale, les discussions très animées.

Pour clore cet après-midi, thé ou café ont été offerts, accompagnés de petits fours secs.

Les femmes ont fait le service. Merci à ces dames pour leur concours.

Que fussions-nous sans elles !...

09 Avril : le voyage « l'Eure pittoresque et touristique »

N'ayant pu atteindre les 20 personnes nécessaires pour cette promenade, nous avons dû décommander cette journée, à notre grand regret.

Tous les trésors de la terre ne valent pas le bonheur d'être aimé.

EVOLUTION DE L'ACTIVITE DE GREFFE ENTRE 2003 & 2004 EN FRANCE

Source : Etablissement français des greffes.

	2003	2004
Coeur	283	317
Coeur-poumons	16	22
Poumons	76	145

Les résultats de l'activité de prélèvement et de greffe en France en 2004 enregistre une augmentation significative par rapport à l'année 2003.

Au C.H.U. de Rouen, 12 transplantations cardiaques ont été effectuées en 2003 et **17 en 2004**.

Nous n'avons pas eu l'occasion de faire connaissance avec toutes et tous les transplantés(es), mais nous leur souhaitons la bienvenue, une bonne santé et une longue vie grâce à ce nouveau cœur.

Nous espérons qu'ils nous rejoindront au sein de notre association.

4 nouvelles transplantations ont été effectuées à ce jour depuis le 1er janvier 2005.

SECU : les grands changements :

Source : IRCANTEC.

La loi du 13 août 2004 relative à l'assurance maladie entraîne de grandes modifications dans le fonctionnement de la Sécurité sociale qui vont tous nous toucher dans notre quotidien. En voici les points principaux :

L'augmentation des recettes

- paiement par le patient de 1 euro par consultation : cette somme, sorte de franchise, sera déduite du remboursement de la Sécurité sociale,
- hausse du forfait hospitalier : 16 euros en 2007,
- augmentation de l'assiette de la CSG sur les salaires de 95 à 97 %,
- hausse de la CSG de 6,2% à 6,6% sur les retraites et de +0,7% sur les revenus du patrimoine et les placements,
- transfert vers l'assurance maladie d'une partie des taxes sur le tabac.

La coordination des soins

- création, avant juillet 2007, du dossier médical personnel (DMP) :
- choix par le patient d'un médecin traitant avec l'accord de ce dernier,
- développement des médicaments génériques,
- renforcement des contrôles pour les arrêts de travail.

Dossier médical personnel (DMP) ? source : AGRICA

« Dossier unique, informatisé, qui appartiendra au patient, seul détenteur du code d'accès ».

Son utilité :

- améliorer la santé du patient par l'efficacité des soins,
- faciliter le partage d'informations entre le patient et les professionnels de santé,
- assurer le respect du secret médical,
- maîtriser les dépenses de santé en dépensant mieux.

Son contenu :

Chaque bénéficiaire de l'assurance maladie âgé de plus de 16 ans disposera d'un DMP. Les éléments de diagnostics et thérapies seront reportés par les professionnels de santé ainsi que les comptes rendus de sortie des établissements de santé. À terme, les radiographies seront intégrées.

Qui aura accès aux données ?

Le patient sera le seul à avoir un accès automatique et déterminera qui pourra y accéder : les médecins de ville et hospitaliers, les services d'urgence et, avec un accès limité, les autres professionnels de santé : infirmiers, pharmaciens, kinésithérapeutes, mais également l'assurance maladie, les médecins des assurances privées, des mutuelles et la police.

Le patient pourra en refuser l'accès mais, dans ce cas, l'assurance maladie ne prendra pas en charge le remboursement des frais engagés.

DMP et carte vitale :

Le DMP ne sera pas stocké sur la puce de la carte vitale. La nouvelle carte vitale, qui comportera la photo du titulaire et certains éléments de biométrie sera la clé permettant d'autoriser l'accès par le praticien.

SANTÉ

TOUTE LA VÉRITÉ SUR LES OMEGA 3

Effet de mode, secret de jeunesse ou réelle panacée contre les maladies cardio-vasculaires ?
Explications des scientifiques.

Les oméga 3 font couler beaucoup d'encre en ce moment, mais nous ne savons pas ce qu'ils sont, et à quoi ils servent vraiment ?

Que sont les oméga 3 ?

Ce sont de bonnes graisses. De la famille des acides gras poly-insaturés, les oméga 3 sont indispensables à l'organisme. Ils contrôlent la structure de nos cellules, et sont directement impliqués dans toutes leurs activités. Ils jouent un rôle hormonal et énergétique. L'organisme ne fabrique pas naturellement les oméga 3 et doit les puiser dans l'alimentation.



Sont-ils bons pour nous ?

« La seule assurance scientifique que nous ayons aujourd'hui concerne la prévention des maladies cardio-vasculaires », assure Jean-Marie Bourre, directeur de recherche à l'Inserm.

En effet, les oméga 3 fluidifient le sang, évitent l'apparition de caillots, régulent le rythme cardiaque et réduisent considérablement les risques d'infarctus. Pour le reste, notamment en matière dermatologique et rhumatologique, Jean-Marie Bourre préfère parler de fortes présomptions. Un apport suffisant en oméga 3 réduirait les risques d'eczéma et de psoriasis, et l'huile de poisson aurait un effet bénéfique sur le processus inflammatoire.

« Beaucoup d'hypothèses encourageantes se dégagent depuis quelques années mais il faut attendre les preuves scientifiques. Des études en cours, en matière d'ostéoporose et de cancer », confirme-t-il.

Où les trouver dans notre alimentation ?

Dans quels aliments sont-ils présents ?

Les aliments les plus riches en oméga 3 sont les huiles, notamment les huiles de colza (la plus riche au meilleur prix), de noix (plus onéreuse, de soja (à utiliser avec parcimonie car un peu trop riche en oméga 6), de lin et de périlla (une des plus riche en oméga 3). Les noix en sont aussi richement pourvues, ainsi que les graines de lin, la mâche, le pourpier et, dans une moindre mesure, les légumes à feuilles vertes.

Ils se trouvent aussi dans les poissons des mers froides : sardines et maquereaux en tête, harengs, anchois frais, thons germon et saumons.

Que penser des aliments dits « enrichis » ?

Seuls les aliments naturellement riches, comme les oeufs de poules bien nourries, ou encore le porc, la volaille et le lapin nourris des graines de lin sont intéressants. Enfin, le beurre et la margarine « enrichis en oméga 3 » n'ont pas grand intérêt car plus pauvres que l'huile de colza et plus riches en graisse saturées. Quant au lait enrichi, un bol de ce lait apporte dix fois moins d'oméga 3 qu'une cuillère à soupe d'huile de colza.

L'OBSERVANCE : LE RESPECT DE LA PRESCRIPTION MEDICALE.

La transplantation vous permet de retrouver la qualité de vie que vous aviez perdue. Etre transplanté entraîne certaines règles avec lesquelles vous devez apprendre à vivre. « Lorsqu'on est transplanté, on sait ce qui nous pend au nez. Etre observant, c'est un bien-être, c'est aussi bien se connaître et connaître les réactions de son corps. Je ne suis pas malade, je marche, je bouge, je vis. Je n'ai pas le droit de négliger mon greffon.

NON OBSERVANCE = AUGMENTATION DU RISQUE DE PERTE DE GREFFON

Vous devez être vigilant(e), il en va de votre santé. Etre sérieux passe d'abord par une excellente connaissance de votre état de santé et de votre corps.

Vous devez « écouter » les conseils donnés par votre médecin.

Faites confiance à votre équipe soignante : elle est là pour vous informer, vous écouter et vous aider.

S'INFORMER = C'EST COMPRENDRE LES ENJEUX DU TRAITEMENT
COMPRENDRE = C'EST RESPECTER LA GRÊVE ET LA RÈGLE DE SON GREFFON

TRANSPLANTATION CARDIAQUE ET ALIMENTATION

L'alimentation après la transplantation cardiaque est évolutive et dépend des traitements associés et de l'état général de la personne.

Juste après l'intervention (durant la phase d'hospitalisation en réanimation), l'objectif est de favoriser une récupération rapide. L'alimentation est, tant que possible, adaptée aux envies du patient.

En fin d'hospitalisation et pour le retour à domicile, l'alimentation devra comporter quelques restrictions visant à protéger les artères coronaires et limiter les effets secondaires des traitements :

♥ Influence des corticoïdes sur l'alimentation :

Les corticoïdes favorisent une prise de poids, une rétention hydro-sodée (oedèmes), une décalcification osseuse et peuvent être à l'origine d'un diabète dit « cortico-induit ».

Après l'opération, les corticoïdes sont prescrits à très fortes doses (1mg par kg de poids corporel et par jour environ). Ces doses sont dégressives pendant plusieurs semaines pour atteindre un taux optimal.

L'alimentation sera, par conséquent :

- limitée en graisses d'origine animale (beurre, gras des viandes, fromages,...) et en sucres simples (sucre, miel, confiture, biscuits sucrés,...)
- contrôlée en sel en fonction de la dose quotidienne de corticoïdes
- riche en produits laitiers.



♥ Influence alimentaire du traitement immunosuppresseur :

Ce traitement vise à éviter le rejet du greffon mais diminue en parallèle les défenses immunitaires générales.

L'attention devra être accentuée sur l'hygiène dans sa globalité. L'hygiène alimentaire comportera aussi ses règles :

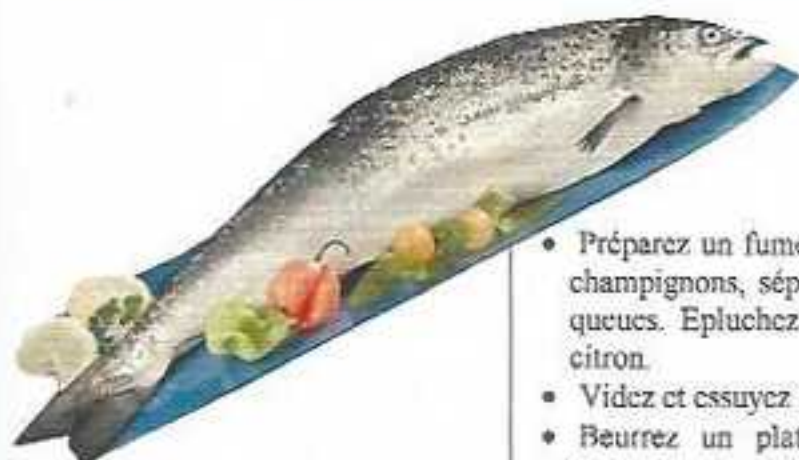
- lavage des mains régulier lors de la préparation des repas
- plan de travail désinfecté
- lavage des fruits et légumes
- éviction des aliments à fort risque microbiologique (coquillages et crustacés, produits de charcuterie, fromages au lait cru,...)
- utilisation de l'eau de bouteille
- si traitement par ciclosporine : éviction du pamplemousse et ses dérivés (jus de fruits en contenant,...) qui perturbent l'équilibre du traitement

Remarque : là aussi, les doses sont dégressives et l'hygiène sera moins rigoureuse lorsque le traitement sera adapté.

Quelques mois après la transplantation, l'alimentation sera essentiellement pauvre en graisses d'origine animale et peu salée pour préserver le cœur et maintenir un poids stable. Sans oublier d'éliminer deux grands facteurs de risque des maladies cardio-vasculaires : le tabac et l'alcool.

Déguster des mets variés en restant raisonnable et pratiquer une activité physique régulière (marche, natation, vélo,...) sont les règles d'or pour maintenir son capital santé !

Hélène MARQUES DA SILVA - DIETETICIENNE - UNITE DIETETIQUE DEVE - C.H.U.



SAUMON BRAISE AU RIESLING

Pour 6 personnes

- 1 saumon de 1,8 à 2 Kg
- 10 champignons de Paris de taille moyenne
- 3 échalotes, 1 citron
- 3 verres de vin blanc d'Alsace (riesling de préférence)
- 25 cl de crème fraîche
- beurre, sel, poivre
- ½ litre de fumet de poisson
- Préparez un fumet de poisson au riesling. Epluchez et lavez les champignons, séparez les têtes des queues, hachez finement les queues. Epluchez et hachez finement les échalotes. Pressez le citron.
- Videz et essuyez le saumon. Salez et poivrez l'intérieur.
- Beurrez un plat allant au four qui contienne le saumon. Répartissez les échalotes et les queues de champignons hachées, placez le saumon sur ce lit. Mouillez avec le vin blanc et le fumet de poisson au tiers de la hauteur de poisson. Recouvrez d'une feuille d'aluminium beurrée et mettez à cuire pendant 25 mn à four chaud.
- Pendant ce temps, cuisez les têtes de champignons dans une poêle contenant la moitié du jus de citron et un grand verre d'eau. Salez légèrement et laissez bouillonner 5 minutes. Tenez au chaud.
- Quand le saumon est cuit, retirez-le du four, ôtez la peau et tenez-le au chaud, au bord du four. Mettez le jus de citron dans une casserole et faites réduire de moitié. Ajoutez alors la crème en deux ou trois fois en fouettant avec un fouet. Faites réduire à nouveau tout en continuant à fouetter de façon à obtenir une certaine onctuosité. Rectifiez l'assaisonnement avec sel, poivre et jus de citron.

Mettez le saumon sur le plat de service en disposant autour les têtes de champignons et nappez avec la sauce.

PASSION JARDIN



Le décor des jardins : arbustes, plantes vivaces et bulbeuses d'été.

De juin à septembre, nombreuses sont les espèces vivaces ou bulbeuses qui se succèdent. Chaque espèce a souvent une durée de floraison relativement brève de l'ordre de 3 semaines, mais l'association de multiples espèces et variétés permet d'obtenir un effet décoratif continu.

Ces plantes d'été peuvent être dispersées sur l'ensemble du jardin, parmi des vivaces ou des arbustes de printemps.

On peut aussi les rassembler en plate-bande fleurie qui attirera l'attention en juillet-août.

Si on associe vivaces et bulbeuses dans la même composition, il est préférable de planter l'ensemble au printemps (en avril-mai).

Si vous plantez seulement les vivaces, la plantation peut avoir lieu à l'automne (septembre-octobre), surtout si le terrain est léger, à tendance sèche. Les plantes disposent alors de tout l'hiver pour développer leur système racinaire et seront plus aptes à supporter un manque d'eau l'été suivant.

Dans tous les cas, la plantation doit se faire sur un terrain propre, débarrassé de ses mauvaises herbes et de leurs racines. Il est en effet très difficile de lutter contre les adventices après la plantation car les herbicides sont actifs sur les vivaces et les bulbeuses cultivées.

Un labour et un binage du sol, suivis d'un nivellement au râteau permettront d'obtenir une surface propre à recevoir les plantations.

LECTURE



Notre rubrique sera consacrée cette fois-ci aux femmes écrivains et à une partie de leurs oeuvres.

Comtesse de la Fayette : 1634-1693, Marie-Madeleine Proche de la Vergne, comtesse de... femme de lettres, auteur entre autres de : La Princesse de Clèves, Zaïde (nouvelle), Mémoires de la cour de France.

Comtesse de Ségur : 1799-1874, Sophie Rostopchine, comtesse de... auteur d'ouvrages pour la jeunesse, entre autres : Les malheurs de Sophie, Le Général dourakine.

N'oublions pas la publication de ses lettres toutes particulières dans leur franc parler, leurs drôleries dans une chronique de la vie quotidienne de l'époque et racontées à sa fille principalement.

George Sand : 1804-1876, Aurore Dupin, baronne Dudevant dite...

Sa vie, son oeuvre évoluèrent au gré de ses attachements passionnés. Ses romans sont ainsi successivement d'inspiration : sentimentale (Indiana Lehi), sociale (le compagnon du Tour de France, Consuelo), rustique (la Mare au diable, François le champi, la petite Fadette).

L'amie de nombreux écrivains, peintres, musiciens, a été toute sa vie une passionnée et une révoltée ; mais elle reste un grand parmi les grands.

Colette, la contemporaine : 1873-1954, Sidonie Gabrielle dite...

Peintre de l'âme féminine, femme de lettres : La vagabonde, Le blé en herbe, Blandine, Sido, La fin de Chéri, L'enlèvement, La naissance du jour, pour ne citer que ses principaux titres, mais elle a écrit aussi des pièces de théâtre.

Edmonde Charles-Roux :

Originaire de Marseille, elle fit une partie de ses études à Prague, puis à Rome.

A la déclaration de la guerre en 1939, elle prépare un diplôme d'infirmière, puis est affectée dans un corps d'ambulancières. Elle fut une première fois blessée en 1940, puis une seconde fois en Autriche en 1944.

Elle est entrée au journal « Vogue » après la guerre et y demeura pendant 16 ans. Elle écrivit de nombreux scripts originaux pour les ballets de Roland Petit.

Ses oeuvres sont traduites en dix sept langues dont l'hébreu, l'arabe, le chinois.

Sa bibliographie : Oublier Palerme, prix Goncourt 1966 - Elle, Adrienne - L'Irrégulière ou mon itinéraire Chanel - Stèle pour un bâtard - Une enfance sicilienne - un désir d'Orient - l'homme de Marseille.

Françoise Sagan : 1935-2004, Françoise Quirez dite...

Femme de lettres, auteur de : Avec mon meilleur souvenir - Bonjour tristesse - Un certain sourire - Dans un mois, dans un an - Aimez-vous Brahms - La chamade - Les merveilleux nuages - Un peu de soleil dans l'eau froide - Des bleus à l'âme - Un profil perdu - Un piano dans l'herbe - Le lit défait - De guerre lasse - Le chien couchant - La femme fardée - Un roman immobile.

Nouvelles : Des yeux de soie - - Musique de scène

Pièces de théâtre : Château en Suède - Bonheur, impair et passe - Les violons parfois - La robe mauve de Valentine - Le cheval évanoui - Château en Suède.

LIBERTÉS

La Liberté consiste à faire tout ce qui ne nuit pas à autrui
(Déclaration des droits de l'homme et du citoyen)



Bartholdi, New-York



McDonald's, Barentin



Dali, Vascoeuil



Cardio-greffé, Rouen

BALADE EN VALLEE DE L'EURE :

De Pacy-sur-Eure à Dreux : 46 Km (carte Michelin n° 55 & 60).



Pacy-sur-Eure : Eglise St-Aubin - édifice gothique, remanié au 16ème siècle. La nef est d'une régularité et d'une unité de style remarquable. Il convient de signaler l'autel orné de quatre bas reliefs en pâte de verre et les verrières de Décorchemont aux tons de braise, représentant l'Ascension. Belle Vierge à l'Enfant, en pierre, du 16ème siècle.

Pacy-sur-Eure a connu une certaine notoriété lorsque Aristide Briand se prit d'attachement pour la vallée de l'Eure.

Au départ de Pacy, prendre la D836 jusqu'à Breuilpont, en passant par Hécourt, puis la D58 sur 1,500 km. Par la D71, longer la forêt de Mercy. Superbe point de vue sur la vallée de l'Eure, un peu avant le village de Lorey.

Continuer jusqu'à Neuilly. A voir, le château de la Folletière.

Ivry-la-Bataille : cette localité a conservé une église du 16ème siècle, remarquable pour sa tour et surtout pour son portail Sud attribué à Philippe Delorme.

La « Bataille » est celle qui vit, le 14 mars 1590, la victoire de Henri IV sur les Ligueurs de Mayenne. Un obélisque commémoratif a été érigé sur le plateau par les soins de Napoléon en 1804. Sur la route qui y conduit, le village de la Couture est, depuis 1707, un important centre de fabrication d'instruments de musique à vent (si vous le souhaitez, visite du musée).

Au départ d'Ivry-la-Bataille, prendre la D833 pour se rendre à la Couture-Boussey, puis la D163 pour découvrir l'obélisque. Par la même route, rejoindre Ivry-la-Bataille et se rendre à Ezy-sur-Eure qui s'est fait une spécialité du peigne de corne (musée à visiter).

Prendre la Direction d'Anet. : Vestiges du château de Diane de Poitiers.

Le portail d'entrée forme une sorte d'arc de triomphe romain. Au dessus de l'arche centrale, le tympan est constitué par un moulage représentant Diane couchée.

L'aile gauche de l'ancienne cour d'honneur. Le vestibule d'entrée, au dallage noir et blanc et l'escalier sont partie d'adjonctions réalisées au 17ème siècle par le duc de Vendôme.

On pénètre à droite dans le salon rouge où se trouvent différents souvenirs de Diane.

Dans la partie gauche du rez-de-chaussée se trouve la salle des falences qui a gardé une partie de son carrelage primitif, puis la grande salle à manger.

Au 1er étage, dans la salle des Gardes, belles boiseries du 16ème siècle et tapisseries de la même époque. Dans la chambre d'honneur a été réinstallé le lit de Diane de Poitiers. Il a conservé ses belles tentures anciennes.

La chapelle en forme de croix grecque est l'oeuvre de Philibert Delorme. Un dôme coiffé d'un lanternon couvre la nef circulaire. A l'intérieur, de beaux bas-reliefs de Jean Goujon représentent des anges portant les attributs de la Passion. Les douze apôtres sont des moulages des statues originales.

Le corps de Diane, profané en 1795 et jeté dans une fosse, repose maintenant contre l'église paroissiale d'Anet.

Prendre la D16 vers Sorel-Moussel, puis la D143 jusqu'à Marcilly-sur-Eure.

Ruines de l'abbaye du Breuil-Benoît. C'est de cette abbaye que partirent les moines qui fondèrent la Grande-Trappe. Au-delà du château se dressent encore l'église (12ème-13ème siècles) dont le transept s'est écroulé, et l'ancien logis abbatial (16ème).

Continuer jusqu'à St. Georges-Motel, puis à 7 km, prendre la D928 pour entrer dans Dreux.

Curiosités principales : le beffroi qui fut élevé de 1512 à 1531. Le rez-de-chaussée et le 1er étage sont flamboyants. Le 2ème étage et les lucarnes de la haute toiture datent de la Renaissance. La campanile est du 17ème siècle.

A l'intérieur, la salle du rez-de-chaussée est couverte d'une belle voûte à clés pendantes. La voûte du 2ème étage et la charpente du toit méritent, elles aussi, d'être vues.

La chapelle royale St-Louis abrite les sépultures de la famille d'Orléans.

Le parc qui entoure la chapelle conserve quelques vestiges du donjon et des fortifications du château des comtes de Dreux, démantelé en 1593 sur ordre de Henri IV.

Le musée, aménagé dans une chapelle transformée, présente d'intéressants documents et souvenirs concernant l'histoire locale.

Vous aurez fait un beau périple dans l'Eure et l'Eure et Loir.

Nous vous souhaitons une belle promenade. N'oubliez pas d'emporter votre appareil photos, pensez au concours.

Michel Bosselin

NOS ACTIONS

Cardio-greffes, comme beaucoup d'autres associations, a participé à l'élan de générosité envers les sinistrés de l'Asie du Sud-Est, suite au drame du 26 décembre 2004. Après en avoir discuté en bureau, nous avons décidé de faire un don de 500 euros.

Ce geste de solidarité nous a semblé nécessaire. Nous tenions à vous en informer par honnêteté envers vous.

Nous étudierons la possibilité d'apporter quelques « douceurs » aux transplantés hospitalisés pendant les périodes de fêtes.

Pourquoi ne pas insérer dans notre revue des rubriques « mariages, naissances » au sein des familles de transplantés (pour cela, il faudrait que nous en soyons informés). N'hésitez donc pas à nous communiquer ces différentes situations.

Nous sommes toujours à votre écoute pour essayer de résoudre vos problèmes de déplacements lors de nos différentes activités en téléphonant au 02 35 83 77 74 ou 02 35 62 92 72.

VIE ASSOCIATIVE = VIE ACTIVE

La retraite et la transplantation ne sont pas des cessations d'activités.

Le meilleur moyen de garder le moral et la forme est de s'investir dans de nouvelles activités sportives, culturelles, intellectuelles ou d'entraide.

S'investir, oui, mais pas n'importe comment.

Le bénévolat occupe l'esprit, et permet de s'investir dans une cause, suivant ses possibilités et disponibilités.

23% des bénévoles sont des retraités parce qu'ils ont plus de temps à consacrer aux diverses associations existantes. La participation à des activités sportives a été multipliée par 7 en 15 ans.

Cerner ses envies : faire le bon choix dans la multitude d'activités et d'associations, savoir cerner ses capacités physiques et surtout ses disponibilités.

Se sentir utile : Après 40 ans de vie active, les retraités ont souvent l'envie de se sentir utiles à la société. Après la transplantation cardiaque, les greffés femmes et hommes peuvent aussi être utiles au sein des associations.

Pour cela, il suffit de le vouloir.

Il y a toujours dans votre ville ou commune, une association qui vous convient.

Les associations constituent de véritables plates-formes d'échanges.

Les anciennes compétences professionnelles peuvent constituer de véritables atouts.

Faire profiter de ses expériences, c'est enrichissant pour soi et pour les autres.

Un nouveau rôle à trouver, c'est là le « secret » de l'engagement associatif. Quelle que soit la nature de l'association, il a de la valeur.

Chacun y trouve la possibilité de retrouver un rôle social valorisé et reconnu et dans lequel « on peut restaurer une image positive de soi.

Si l'aventure vous tente, renseignez-vous auprès de :

Cardio-Greffe Haute-Normandie
Service Chirurgie Cardio-Vasculaire
Pavillon Derocque
C.H.U. - 76031 ROUEN
Tél. 02 35 83 77 74

ou

France Bénévolat
127 rue Falguière
Hall B1
75015 PARIS
www.Francbenevolat.org

HISTOIRES VECUES tirées du livre *« quarante-cinq années de médecine »* (ou histoires cocasses ou coquines) du Docteur D. RIQUIER

LE CHAT :

Tard dans la nuit, les pompiers m'appellent dans une caravane (il n'y avait pas encore de camping-car). Un chat y faisait les quatre cents coups se jetant sur tout ce qu'il rencontrait, griffant qui voulait l'approcher et miaulant à qui mieux mieux. Bref, il était devenu un véritable fauve. Pénétrant très...prudemment dans cette caravane, je vis deux couples qui avaient « arrosé » avec persévérance je ne sais quel événement ; les restes de leurs libations dont deux « litrons » de vin étaient répandus sur le plancher. Le chat, lui aussi, avait participé à ces agapes et je compris rapidement qu'il s'était « réhydraté » à son tour et qu'il avait le vin méchant ! Nous appelâmes un vétérinaire qui, avec l'aide des pompiers, réussit à prendre l'animal dans un filet et qui lui fit prestement une piqûre, l'endormant sur-le-champ. Je n'ai pas revu ni le chat, ni ses maîtres. Je sais seulement que je n'ai pas rempli de feuille de Sécurité Sociale pour cet appelle de nuit ; les félins ne bénéficiant pas encore des largeurs de la Caisse.

UN MEDECIN SPECIALISTE :

Un vieux médecin retraité que je suivais régulièrement m'a raconté un jour cette anecdote dont je n'ai aucune raison de douter de sa véracité.

L'un de ses petits fils venait de terminer ses études de médecine suivies de quatre années supplémentaires de la spécialité ORL (oto-rhino-laryngologie) et lui montrait avec une fierté justifiée son beau diplôme tout neuf. Le grand-père lui dit alors qu'il allait soigner les maladies des oreilles, du nez et de la gorge. Son descendant lui répondit qu'ayant fait un an d'études supplémentaires, il se destinait à être « auriste ». Ce nouveau terme issu des techniques médicales de pointe ne disait rien à l'ancêtre. Son petit-fils lui précisa alors qu'un auriste était un médecin qui s'occupait uniquement des oreilles. Lors, le papy, ancien médecin de campagne, lui rétorqua d'un air malicieux et un tantinet goguenard :

-Quelle oreille : la droite ou la gauche ? (sans commentaire !).

*La plus perdue de toutes les journées est celle où l'on n'a pas ri.
Chamfort.*

LE PARCOURS DU CŒUR

Un temps printanier a récompensé les quelque deux cents marcheurs, coureurs, rollers, ayant répondu le samedi 2 avril à l'appel de l'association de Cardiologie de Haute-Normandie et de son club « Cœur et santé de Rouen » pour la 4^{ème} édition du parcours du cœur sur les quais de Seine, entre les ponts Guillaume le Conquérant et Cornicille. L'organisation de la manifestation par Serge Benoist et son équipe était parfaite. Après avoir remercié pour son action le Professeur Cribier et ses collaborateurs du CHU et les personnalités présentes, parmi lesquelles on a pu notamment remarquer Patrick Herr, président de l'Armada et le docteur Menguy, le départ a été donné vers 14h30 par Pierre Albertini, député-maire de Rouen, sous l'auhade de la fanfare traditionnelle.

La manifestation s'est terminée par une tombola abondée par 114 lots offerts par les généreux sponsors, dont un VTT.



Le tirage au sort, dans la bonne humeur, a donné l'occasion à Serge Benoist de démontrer sa voix de stentor pour pallier à une sonorisation défaillante !

Dans l'attente de la tombola, des courageux (ou curieux) ont eu le temps de découvrir vers l'aval l'avancement des travaux du 6^{ème} pont. Pourquoi ne pas suggérer aux organisateurs un relais symbolique entre le pont de Brotonne et le 6^{ème} pont lorsque celui-ci sera terminé ?

CONSULTATION SUR INTERNET OU SPÉCIALISTE ?

- Bonjour,

J'aimerais savoir comment vous ressentez des extrasystoles* ?

Merci et à bientôt.

- Normalement le cœur fait tic tac tic tac, quand il y a des extrasystoles il fait tictic + une petite pause et il repart tic tac tic tac.

Il faut quand même voir un cardiologue, en général ça peut être du à n'importe quoi : système sympathique, fatigue, stress, etc... Il n'y a que le cardiologue qui peut dire si c'est le cœur.

* extrasystole : contraction cardiaque anticipée, suivie d'une pause plus longue que la pause normale.

CONTRÔLE TECHNIQUE...

