



Vacciné(e) contre la grippe ? Pensez aussi au pneumocoque

Dans une quinzaine de jours, les vaccins anti-grippaux arriveront dans les pharmacies. Vous êtes peut être l'une des 10 millions de personnes qui bénéficient de la gratuité de ce vaccin ou qui se vaccinent contre la grippe pour en éviter les conséquences.

Si vous vous vaccinez contre la grippe, vous avez plusieurs bonnes raisons pour vous vacciner ou vous revacciner contre le pneumocoque :

- Ceux qui sont fragiles vis-à-vis de la grippe sont fragiles aussi vis-à-vis du pneumocoque
- Chez les adultes, les pneumonies à pneumocoque peuvent mettre la vie en danger
- Certains pneumocoques sont difficiles à traiter en raison de leur résistance aux antibiotiques.
- Contrairement à la grippe qui impose une revaccination annuelle, une injection vaccinale anti-pneumococcique une fois tous les 5 ans est suffisante.
- Les effets indésirables sont rares (principal problème connu : l'allergie à l'un des composants du vaccin).

Selon la formule bien connue, « parlez-en à votre médecin traitant ».

Pour en savoir plus : <http://www.theriaque.org>

(base de données sur les médicaments indépendante de l'industrie pharmaceutique)



Le Bica du doc

Vide

A partir de la cinquantaine, le nombre des problèmes de santé a tendance à augmenter et la consommation médicamenteuse aussi. Chez certains patients âgés, le nombre des médicaments inscrits chaque mois sur l'ordonnance peut même dépasser la douzaine.

Quand le médecin traitant tente de réduire le nombre des produits prescrits, il s'aperçoit souvent que cette polymédication est due en partie à une dépression chronique liée à l'absence de projets, au manque de ressources, à la solitude et au sentiment de n'être « plus bon à rien ».

Les personnes âgées les plus déprimées étant souvent celles qui se plaignent le moins, dépister la dépression est difficile. Les médecins sont donc à la recherche de LA question facilitant cette détection. Des médecins anglais viennent de tester avec succès chez les résidents d'une maison de retraite une question « toute bête » :

« est-ce qu'il vous semble que votre vie est vide ? »

N'hésitez pas à poser une question similaire si vous avez le sentiment de « ne plus y arriver » avec une personne âgée de votre entourage.

Source : "Do you feel that your life is empty ?" The clinical utility of a one-off question for detecting depression in elderly care home residents. Whelan PJ et al. Age Ageing 2008, Jul;37(4):475-8.

Météo antibio

Risques

- | | |
|---------------------|-------------|
| - Grippe | très faible |
| - Bronchiolite | très faible |
| - Inf respiratoire | faible |
| - Gastro-entérite | faible |
| - allergies pollens | forts |

Source : <http://www.grog.org>
et <http://www.pollens.fr>

« Dites moi qui vous soigne, je vous dirai comment vous êtes vacciné »

En matière de vaccination, tout le monde n'est pas protégé de la même façon.

Des médecins israéliens ont cherché à savoir s'il existe une relation entre les soins préventifs et les habitudes des médecins vis-à-vis de leur propre santé. En 2007, dans la région de Jérusalem, ils ont questionné 29.447 patients âgés de 65 ans et plus et les médecins qui les soignent habituellement.

Ils ont ainsi constaté que les patients les mieux vaccinés sont plus souvent que les autres soignés par des médecins :

- formés en Europe ou aux Etats-Unis
- de sexe féminin,
- bien vacciné(e)s,
- adepte du sport ou de l'exercice.

Et vous, comment décririez-vous votre médecin ?

Source : Abranson ZH et al. Prev Med, 13 août 2008.