

Emportez-moi

www.jolimont.be

Jolimont

MAGAZINE

Le magazine des hôpitaux de
Jolimont \ Lobbes \ Nivelles \ Tubize

10

Mai \ Août 2018



p. 6



p. 12

**CHIRURGIE
ORTHOPÉDIQUE:
OPÉRER POUR RÉPARER**

**DIÉTÉTIQUE:
5 CONSEILS POUR
VOS ENFANTS**

p. 08

**ORL:
VOS OREILLES
À LA LOUPE!**



CENTRES HOSPITALIERS
JOLIMONT ASBL

NOUVEAU

VARILUX  **series**™



PARCE QUE CHAQUE DÉTAIL DE VOTRE VIE COMPTE



**UNE VISION ÉTENDUE
À PORTÉE DE BRAS**

AVEC LA TECHNOLOGIE XTEND
VOUS VOYEZ CHAQUE DÉTAIL
SANS EFFORT.



Place de la louve
La louvière

064/22.56.46

Optique Lauwerys

VARILUX®
EMPOWER YOUR VISION

#1 MONDIAL DES VERRES
PROGRESSIFS*

Bonjour à tous,

L'été se termine et la rentrée s'est déjà dessinée pour nos enfants et adolescents. Aussi, nos diététiciennes vous ont-elles concocté quelques conseils utiles pour le bien-être et la bonne santé de nos plus jeunes: bien se nourrir, bien bouger, bien grandir, des objectifs que nous poursuivons au sein des Centres Hospitaliers Jolimont. Par la même occasion, nous revenons sur un phénomène typiquement estival: l'otite des vacances! Le Dr Frederickx nous emmène sur le chemin d'un examen ORL.

BIEN SE NOURRIR, BIEN BOUGER, BIEN GRANDIR, DES OBJECTIFS POURSUIVIS PAR NOS HÔPITAUX

À quoi servent les cellules souches? Comment sont-elles prélevées? Autant de questions auxquelles répond le Dr Van Obbergh, hématologue.

La chirurgie orthopédique et traumatologique constitue le dossier de cette édition. Pour mettre en lumière ce service incontournable, nous vous proposons un zoom sur trois spécialités avec nos chirurgiens: le Dr Quintart nous parle du genou, le Dr Najm de la hanche et le Dr Massinon de l'épaule. Ils vous expliquent les techniques qu'ils utilisent selon les pathologies développées.

En vous remerciant de votre attention, nous avons le plaisir de vous souhaiter une excellente rentrée!

Benoît DEBANDE,

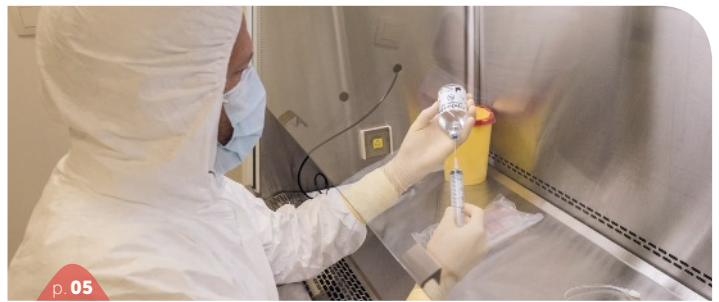
Administrateur et Directeur Général des Centres Hospitaliers Jolimont

Pascal GRAUX,

Administrateur et Directeur Général Administration et logistique



En octobre 2017, les Centres Hospitaliers Jolimont ont obtenu l'accréditation, preuve des soins de qualité qui y sont dispensés.



p. 05



p. 08



p. 10

Sommaire 10

04 NEWS

05 EN IMAGES

Des cellules souches pour régénérer le sang

06 DOSSIER

Vous saurez tout sur l'orthopédie!

08 PAS À PAS

ORL: des spécialistes aux petits soins

10 INTERVIEW

Urologie: une prise en charge de A à Z

12 5 CONSEILS DIÉTÉTIQUES

Dès la rentrée, on va bien manger!

14 PRÉSENTATIONS

Les nouveaux arrivés



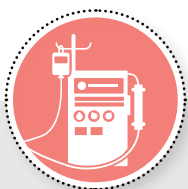
JOLIMONT MAGAZINE

est une publication de l'asbl Centres Hospitaliers Jolimont

Conception et réalisation Vivio \ Rue Rodenbach, 70 \ 1190 Forest \ Internet: www.vivio.com \ E-mail: info@vivio.com \ Tél.: +32 2 640 49 13 \ Fax: +32 2 640 97 56 \ Éditeur responsable Pascal Graux \ Centres Hospitaliers Jolimont asbl \ Rue Ferrer, 159 \ 7100 Haine-Saint-Paul \ Tél.: +32 64 23 40 08 \ Fax: +32 64 23 36 94 \ Comité de rédaction Corentine Biron, Alain Bouchez, Sophie De Norre, Alex Parfonny, Christophe Ravoet, Danielle Vanbelle, Pierre Vandenberghe \ E-mail: communication@jolimont.be \ Coordination de la rédaction Lauranne Garitte \ E-mail: lg@vivio.com \ Secrétariat de rédaction Claudine De Kock \ Rédaction Alicia Alongi, Thomas Coucq, Lauranne Garitte \ Maquette Marie Bourgois \ Mise en page Frederico Anzalone, Noémie Chevalier \ Photos Corentine Biron, Coralie Cardon, Utopix – Hyacinthe Arthurs \ Régie publicitaire Florence Constant \ Tél.: +32 2 533 94 20 \ Mobile: +32 495 543 023 \ E-mail: fc@vivio.com \ Impression Artoos \ Trimestriel \ Tirage 12.000 exemplaires

Les articles, opinions, dessins et photos contenus dans le magazine le sont sous la seule responsabilité de leurs auteurs. Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction réservés pour tous pays. La publicité est indépendante du contenu rédactionnel. L'asbl Centres Hospitaliers Jolimont n'est pas responsable du choix des annonceurs présents dans le magazine.





UNE NOUVELLE UNITÉ D'AUTODIALYSE À LOBBES

C'est avec fierté que le Dr Joëlle Ghysen, entourée de l'ensemble des membres de son équipe et aidée d'un patient, a coupé en grande pompe le cordon de la nouvelle unité d'autodialyse de Lobbes le 14 juin dernier. Installé dans l'ancien «hôtel du Nord», à côté de la clinique Saint-Joseph, ce centre répond désormais parfaitement aux attentes de la population: allier l'excellence des soins à la proximité du service, chère aux Lobbains. Six lits sont disponibles, pour une dizaine de bénéficiaires, installés dans un cadre chaleureux, au bord de la Sambre. \



OBJECTIF «ÉCONOMIE D'ÉNERGIE»!

Le Groupe Jolimont a décidé de relancer, dès l'automne, auprès de l'ensemble du personnel et des patients, une campagne d'économie d'énergie. Objectif: sensibiliser le public aux petits gestes du quotidien qui permettent de réduire la facture énergétique. Cette campagne, dotée d'une sympathique mascotte, aura pour premier thème l'informatique. En effet, via un visuel et des phrases-conseils, la mascotte vous initiera aux bons actes pour économiser de l'énergie avec vos outils de travail. Alors, à vous de jouer! \



UN SERVICE DE CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE TOUT NEUF À JOLIMONT

Ce 22 juin, le Dr Christian Quintart a inauguré le tout nouveau Service de Chirurgie orthopédique et traumatologique, situé au A4, à l'hôpital de Jolimont. Il en a profité pour présenter ses équipes dans les moindres détails, saluant le travail des uns et des autres, et la patience qui leur a été nécessaire, ainsi qu'aux patients, pendant cette longue période de travaux. Leila Lo Bianco, infirmière en chef du service, a ensuite eu l'honneur de couper le ruban, invitant ainsi les personnes présentes à découvrir la nouvelle infrastructure, le confort des chambres et la performance des outils. \

LE SAVIEZ-VOUS?

\ CE SAMEDI 22 SEPTEMBRE, L'UNITÉ DE SOINS PALLIATIFS SAINT ALEXIS, À JOLIMONT, FÊTE SES 10 ANS, EN PRÉSENCE D'ALDA GREOLI, VICE-PRÉSIDENTE DU GOUVERNEMENT WALLON ET MINISTRE DE LA SANTÉ. \



DES CELLULES SOUCHES POUR RÉGÉNÉRER LE SANG

► **DR FLORENCE VAN OBERGH**
HÉMATOLOGUE SUR LES SITES DE JOLIMONT ET DE NIVELLES.

LE SERVICE D'HÉMATOLOGIE assure la récolte et la réinfusion des cellules souches, après une chimiothérapie intensive. Explications.



► **L'ACCREDITATION JACIE**
FIN SEPTEMBRE 2015, LES CENTRES HOSPITALIERS JOLIMONT ONT OBTENU L'ACCREDITATION JACIE (JOINT ACCREDITATION COMMITTEE ISCT - EBMT). CE LABEL VALIDE LES TECHNIQUES DE COLLECTE ET DE TRANSFUSION DE CELLULES SOUCHES. CETTE ACCREDITATION EST UN GAGE DE QUALITÉ ET DE SÉCURITÉ DES SOINS CONCERNANT LE PROCESSUS DE GREFFE.

► **DES CONGÉLATEURS À -80°C**
LA GRANDE PARTICULARITÉ DE L'HÔPITAL DE JOLIMONT EST DE CONSERVER LES CELLULES DANS DES CONGÉLATEURS À -80°C, ALORS QUE LA PLUPART DES HÔPITAUX EUROPÉENS LES CONSERVENT DANS DE L'AZOTE LIQUIDE. DES ÉTUDES SONT EN COURS AFIN D'ÉVALUER LES AVANTAGES DES DEUX TECHNIQUES DE CONSERVATION.



► **L'AUTOGREFFE OUI, MAIS PAS L'ALLOGREFFE**
L'HÔPITAL DE JOLIMONT NE PRÉLÈVE LES CELLULES SOUCHES QUE POUR DES AUTOGREFFES, C'EST-À-DIRE POUR RESTITUER AU PATIENT SES PROPRES CELLULES SOUCHES. JOLIMONT NE PRATIQUE DONC PAS LES ALLOGREFFES, C'EST-À-DIRE LA GREFFE ENTRE DEUX INDIVIDUS DIFFÉRENTS. CE TYPE DE GREFFE N'EST RÉALISÉE QUE DANS LES HÔPITAUX UNIVERSITAIRES.

Une cellule souche est une cellule capable de se différencier et de se multiplier en nouvelles cellules sanguines spécialisées (globules rouges, blancs et plaquettes). Depuis 1994, le Service d'Hématologie de l'hôpital de Jolimont récolte des cellules souches par cytophérèse, une technique consistant à prélever le sang d'un patient pour en extraire les cellules souches et lui restituer le reste par autogreffe.

Ces cellules possèdent comme un GPS interne: elles retrouvent le chemin de la moelle osseuse et fabriquent de nouvelles cellules sanguines. «Grâce à cette technique, nous réduisons les risques d'infection», explique le Dr Florence Van Obbergh, hématologue. Ce procédé est proposé chez les patients souffrant d'hémopathies (maladies du sang) malignes nécessitant une chimiothérapie intensive.



VOUS SAUREZ TOUT SUR L'ORTHOPÉDIE!

UNE FRACTURE, DE L'ARTHROSE, UNE TENDINITE..., ces pathologies sont prises en charge dans les Services de chirurgie orthopédique et de traumatologie des Centres Hospitaliers Jolimont. Nous avons poussé la porte de trois d'entre eux afin de vous dévoiler leurs spécificités.

ORTHOPÉDIE ET TRAUMATOLOGIE

L'orthopédie, c'est la spécialité chirurgicale qui s'occupe des pathologies articulaires, ligamentaires et musculo-tendineuses. C'est souvent la chirurgie (prothèses, sutures...) qui permet de traiter ces pathologies. La traumatologie quant à elle prend en charge les fractures, les entorses et les contusions du squelette. Le traitement est souvent conservateur – plâtre, attelle, bandage – mais parfois aussi réparateur, c'est-à-dire chirurgical.

► SERVICES DE CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE

DE GAUCHE À DROITE:
DR ALEXANDRE MASSINON,
CHEF DE SERVICE À LOBBES,
DR CHRISTIAN QUINTART,
CHEF DE SERVICE À JOLIMONT
ET DR SIMON NAJM, CHEF DE
SERVICE À NIVELLES.

orthopédistes sont polyvalents pour ce qui concerne la traumatologie, mais ont leur domaine de prédilection en orthopédie. Grâce à leur expertise sur un membre, les soins sont de meilleure qualité. Dans cet hôpital, certaines chirurgies sont plus régulièrement réalisées. «Nous faisons souvent des chirurgies ligamentaires du genou, des chirurgies prothétiques de la hanche, du genou et de l'épaule, ainsi que des chirurgie de l'épaule», commente le Dr Alexandre Massinon, Chef de Service à Lobbes.

LES SPORTIFS VONT À NIVELLES

L'hôpital de Nivelles compte trois chirurgiens orthopédiques, avec également leur spécialité. Parmi eux, le Dr Simon Najm, Chef de Service à Nivelles, possède un diplôme de traumatologie du sport. «Les sportifs,

À LOBBES, CERTAINES CHIRURGIES SONT PLUS COURANTES

À l'hôpital de Lobbes, quatre médecins





► **LES CHIRURGIENS ORTHOPÉDISTES** DOIVENT PARFOIS ÊTRE GÉNÉRALISTES (TRAITEMENT DES PERSONNES ÂGÉES, TRAUMATOLOGIE, ETC.), MAIS SONT SOUVENT SPÉCIALISÉS DANS LA CHIRURGIE D'UN MEMBRE EN PARTICULIER.

notamment de haut niveau, viennent régulièrement dans notre hôpital pour cette spécificité», note-t-il. La chirurgie de la main et la microchirurgie représentent un service à part au sein de l'hôpital, avec des médecins formés plus particulièrement à cette discipline. Au sein des Centres Hospitaliers Jolimont, l'hôpital de Nivelles est aussi le seul à proposer une technique unique pour traiter l'hallux valgus (déviation de la base du gros orteil vers l'extérieur). Il s'agit du Scarf sous anesthésie loco-régionale, qui corrige l'anomalie d'angle. Le patient rentre chez lui avec un cathéter placé derrière le genou, qui endort son pied pendant deux jours. Cette technique réduit sensiblement la douleur de la chirurgie.

LE FUTUR CENTRE DE REVALIDATION NIVELLOIS

L'autre grande spécificité de l'hôpital de Nivelles est sans nul doute son nouveau centre de réhabilitation de 20 lits. Installé provisoirement à Tubize, ce centre déménagera en septembre dans la nouvelle aile construite à Nivelles. Un médecin spécialiste en médecine physique et réhabilitation s'y entourera d'une équipe performante.

L'ORTHOGÉRIATRIE SUR LES TROIS SITES

Depuis deux ans, le Service de chirurgie orthopédique de l'hôpital de Nivelles a mis en place un Service d'orthogériatrie afin de suivre la tendance de vieillissement de la population qui induit de plus en plus de fractures (surtout du col du fémur). Dès son admission, la personne âgée est prise en charge par des gériatres, mais est opérée par un chirurgien orthopédiste. Cette collaboration étroite avec le Service d'orthogériatrie existe aussi à l'hôpital de Jolimont et de Lobbes. Grâce à cette collaboration, la qualité de la prise en charge s'est nettement améliorée.

LE SERVICE DE CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE DE L'HÔPITAL DE JOLIMONT A ÉTÉ REMIS À NEUF EN JANVIER 2018

UN SERVICE FLAMBANT NEUF À JOLIMONT

Le Service de chirurgie orthopédique de l'hôpital de Jolimont a été remis à neuf en janvier 2018. «Convivial, confortable, lumineux et au design contemporain, ce nouveau service compte 24 lits dont 10 chambres particulières», explique le Dr Christian Quintart, Chef de Service à Jolimont. Il est entouré de quatre chirurgiens orthopédistes expérimentés. Un kinésithérapeute spécialisé en pathologies orthopédiques à temps plein les accompagne pour la rééducation des patients. Pour cela, une salle de kinésithérapie est dédiée au service.

UN CENTRE DE REVALIDATION À DEUX PAS DE JOLIMONT

«Nous avons d'excellents contacts avec le centre de réhabilitation situé à deux pas de l'hôpital», note le Dr Quintart. Après son hospitalisation, le patient y est bien souvent orienté pour une réhabilitation en compagnie des kinésithérapeutes, ergothérapeutes, physiothérapeutes et médecins physiothérapeutes. Grâce à cette approche pluridisciplinaire et experte des soignants du centre, les résultats sont très bons. \



CONTACTEZ NOS SERVICES DE CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE:
Lobbes: 071 599 303
Jolimont: 064 23 40 00
Nivelles: 067 88 59 20

ZOOM SUR...

... L'ÉPAULE

La pathologie la plus courante de l'épaule est la luxation qui concerne des patients jeunes et qui fait souvent suite à un accident, puis à une répétition de la luxation (luxations récidivantes). Le traitement choisi est la stabilisation par arthroscopie (examen qui permet d'explorer l'articulation). Ensuite chez les patients de 45 à 80 ans, les tendinopathies rompues (ou ruptures de coiffe) sont nombreuses. La cause est l'usure, et c'est la chirurgie qui en vient à bout. Enfin, pour les personnes de plus de 60 ans, l'usure du cartilage est fréquente et souvent traitée par la pose d'une prothèse.

... LE GENOU

Chez les patients jeunes, les pathologies du genou sont souvent méniscales et/ou ligamentaires et/ou associées à un problème de lésion du cartilage. Elles sont traitées en général par chirurgie arthroscopique. Le patient plus âgé rencontre plutôt des problèmes dégénératifs comme de l'arthrose qui est traitée par la pose d'une prothèse. Le Dr Quintart a développé une technique tout à fait innovante (voir ci-contre).

... LA HANCHE

La pathologie la plus fréquente de la hanche est la coxarthrose, c'est-à-dire l'usure de l'articulation coxo-fémorale. Viennent ensuite les fractures du col du fémur. Les hôpitaux de Jolimont et de Nivelles proposent la mise en place d'une prothèse totale de hanche par voie antérieure pour traiter la coxarthrose (arthrose de la hanche). Cette opération mini-invasive consiste en une incision de 8 cm. Le chirurgien ne coupe pas les tendons ni les muscles. La réhabilitation et la récupération sont beaucoup plus rapides.

LE MÉDECIN ORL – OU OTORHINOLARYNGOLOGUE – est le spécialiste des pathologies du nez, de la gorge et des oreilles. À l'hôpital de Jolimont, le service ORL est équipé pour diagnostiquer avec précision mais aussi pour faire face à des demandes plus urgentes, comme des otites particulièrement douloureuses!



ORL: DES SPÉCIALISTES



UN RENDEZ-VOUS EN URGENCE

Vous ou votre enfant avez terriblement mal à une oreille et la sensation qu'elle est bouchée? Du liquide s'en écoule? Vous revenez de vacances d'un pays chaud et humide où vous vous êtes baigné ou avez récemment été à la piscine? Si vous répondez oui à ces différentes questions, alors vous souffrez peut-être d'une otite moyenne aiguë (OMA) ou d'une otite externe (appelée aussi «otite du baigneur») et qui est une infection fréquente et bénigne mais terriblement douloureuse. Si vous êtes concerné, n'hésitez pas à contacter un ORL sans attendre. Lors de la prise de rendez-vous, décrivez vos symptômes et expliquez votre situation. Les Centres Hospitaliers Jolimont ne vous laisseront pas en plan et pourront vous recevoir rapidement afin de vous examiner, de mettre en place un traitement, et de vous soulager. \

UN EXAMEN CLINIQUE

Lors de la consultation, le médecin ORL vous pose quelques questions, vérifie vos antécédents, et vous examine afin d'établir le diagnostic. Il s'assure notamment que votre conduit externe est bien exempt de lésions, que l'otite ne s'est pas étendue à l'oreille moyenne située derrière le tympan, ou encore que ce dernier n'est pas abîmé ou perforé suite à l'infection. Pour ce faire, il dispose d'un microscope qui peut grossir l'image jusqu'à 40 fois. Impossible de rater un détail avec ce niveau de précision! Si nécessaire, le médecin ORL peut également utiliser une petite canule afin de nettoyer votre conduit auditif du cérumen qui s'y serait accumulé en «bouchon» ou d'un corps étranger enclavé (fréquent chez les jeunes enfants), et réaliser un frottis, afin de pouvoir analyser les sécrétions en laboratoire et adapter le traitement. \



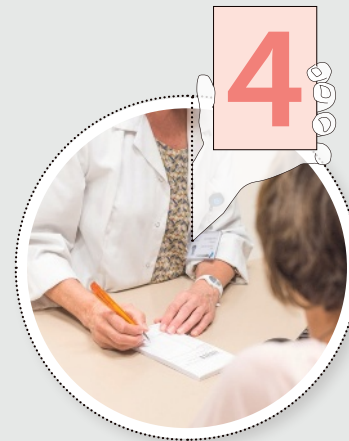
3 QUESTIONS AU... Dr Yolande Frederickx \
médecin ORL aux hôpitaux de Nivelles et Jolimont

L'ORL, QU'EST-CE QUE C'EST?

«L'ORL s'intéresse à toutes les pathologies du nez, de la gorge et des oreilles. Notre champ d'action est donc très large! Nous prenons en charge des pathologies plus courantes comme des otites, des angines, des sinusites mais nous nous occupons également des troubles de la déglutition [difficultés à avaler après un AVC par exemple], des cancers de la gorge, des pertes d'audition, d'odorat...»



AUX PETITS SOINS



DES TESTS AUDITIFS

L'otite peut occasionner une perte d'audition – jusqu'à 40 décibels dans certains cas. Ces difficultés peuvent être la conséquence d'une otite moyenne ou d'une complication qui serait passée inaperçue. La réalisation d'un test auditif peut donc être nécessaire pour préciser le diagnostic. Concrètement? Vous êtes placé dans une cabine insonorisée, et des sons du plus aigu au plus grave sont diffusés successivement dans un casque. Le médecin ORL vous demande de signaler les sons que vous percevez en levant la main. Simple mais efficace! En fonction des résultats et de votre âge, il peut déterminer la perte liée à l'infection.

Bon à savoir: les pertes d'audition consécutives à une otite sont le plus souvent provisoires! ↘

UN TRAITEMENT SUR MESURE

En fonction des résultats des différents examens, le médecin ORL peut vous proposer un traitement. Il s'agit généralement de gouttes contenant des antibiotiques à administrer directement dans l'oreille, mais un traitement oral et des antidouleurs peuvent également être prescrits.

Un rendez-vous de suivi est fixé environ 10 jours après la première visite. Entretemps, le frottis réalisé en consultation aura été analysé et la souche bactérienne à l'origine de l'infection identifiée. En fonction, votre médecin pourra vous proposer d'adapter si nécessaire le choix d'antibiotiques. En général, quelques jours suffisent pour que les choses rentrent dans l'ordre, mais cela peut également prendre quelques semaines en cas d'inflammation du tympan ou si vous souffrez d'otites à répétition. ↘

QUELS CONSEILS DONNEZ-VOUS POUR ÉVITER LES SOUCIS ORL?

«Tout d'abord, éviter la cigarette et limiter sa consommation d'alcool, deux gros facteurs de risque de cancer... Pour le nettoyage des oreilles, nous recommandons également d'éviter les cotons-tiges, qui favorisent la formation de bouchons de cérumen. Il vaut mieux leur préférer les sprays et autres solutions dédiées à cet effet! »

QUELLE EST LA SPÉCIFICITÉ DES SERVICES ORL DE L'HÔPITAL DE JOLIMONT?

«Nous disposons de matériel que l'on ne trouve pas forcément ailleurs et qui nous permet de réaliser des stroboscopies pour examiner de près les cordes vocales, des posturographies pour évaluer l'équilibre d'un patient... Nous disposons également de différents appareils pour évaluer l'audition à tout âge: des potentiels évoqués pour les nouveau-nés par exemple ou encore une cabine spécialement équipée pour les petits enfants de moins de 3 ans.»



UROLOGIE: UNE PRISE EN CHARGE DE A À Z



POUR PRENDRE UN RENDEZ-VOUS EN UROLOGIE

Jolimont: 064 23 40 00
Lobbes: 071 59 93 03
Nivelles: 067 885 233
Tubize: 02 391 01 30

10

CANCER DE LA PROSTATE

L'IMPORTANCE DU DÉPISTAGE

Le cancer de la prostate n'engendre aucun symptôme, sauf lorsqu'il est déjà à un stade avancé (métastases osseuses). Le dépistage est donc préconisé à partir de 50 ans, tous les deux ans. Si un parent au 1^{er} degré a développé ce cancer avant 60 ans, il est plutôt conseillé de le réaliser dès 45 ans. Il est effectué grâce à deux examens indispensables:

- ▶ **une prise de sang:** elle va mesurer le dosage de PSA (Antigène Spécifique de la Prostate). Il s'agit d'une protéine produite par la glande prostatique qui, à l'état normal, se trouve dans des proportions faibles dans le sang;
- ▶ **un toucher rectal:** il s'agit d'un examen de la prostate, réalisé par l'anus. Il permet d'évaluer le volume de la prostate et de repérer une éventuelle nodosité (dureté un peu pierreuse). Cet examen est un peu désagréable, mais pas douloureux.

DEPUIS 15 ANS, le Dr Stéphane Rysselinck est urologue à l'hôpital de Jolimont. Consultations, examens et opérations rythment ses journées, car sa spécialité lui permet de suivre ses patients tout au long de leur parcours de soins. Depuis sa création il y a un an, il est également impliqué dans la Clinique de la prostate.

EN QUOI CONSISTE L'UROLOGIE?

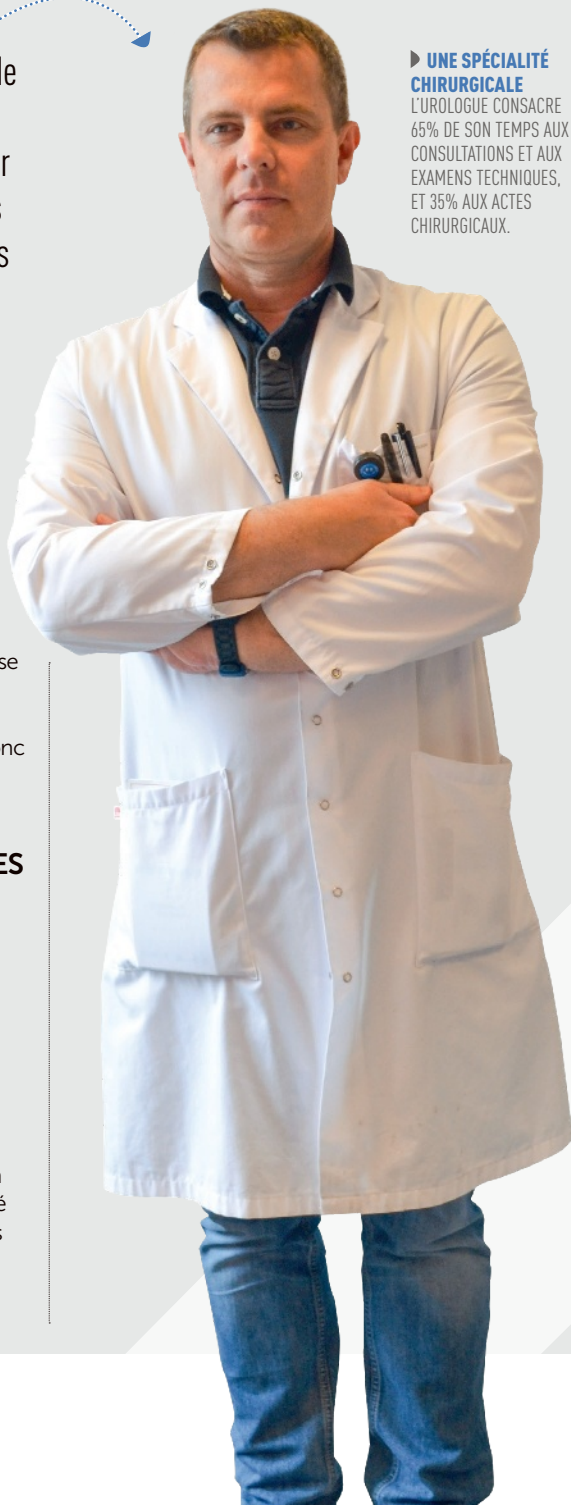
Dr S. R. C'est une spécialité qui prend en charge les maladies du système urinaire des hommes et des femmes, et du système génital de l'homme. Un urologue offre une prise en charge complète à ses patients. En effet, sa pratique a trois facettes: médicale, technique (réalisation d'examens) et chirurgicale. Il est donc l'artisan du diagnostic et du traitement.

QUELLES SONT LES PATHOLOGIES LE PLUS SOUVENT TRAITÉES?

Dr S. R. L'incontinence est assez fréquente chez les femmes. Elle est liée à l'accouchement, à la ménopause ou encore à l'obésité. Le vieillissement de la population engendre quant à lui des problèmes de prostate chez l'homme. Le cancer de la prostate nous occupe beaucoup. Il est fort médiatisé, les patients se sentent donc concernés et souhaitent un dépistage. C'est une évolution positive car aujourd'hui ce cancer est dépisté et traité de façon plus précoce. Nous faisons donc face à des situations beaucoup moins catastrophiques qu'il y a 30-40 ans.

▶ UNE SPÉCIALITÉ CHIRURGICALE

L'UROLOGUE CONSACRE 65% DE SON TEMPS AUX CONSULTATIONS ET AUX EXAMENS TECHNIQUES, ET 35% AUX ACTES CHIRURGICAUX.



Les autres pathologies fréquentes concernent les infections (ex. pyélonéphrite), les pierres (lithiases) aux reins, à la vessie, dans les uretères et les dysfonctionnements sexuels chez l'homme (ex. troubles de l'érection, de l'éjaculation).

AVEZ-VOUS UNE SPÉCIALITÉ?

Dr S. R. Ma spécificité dans le service concerne surtout la chirurgie laparoscopique, utilisée en cancérologie urologique. Au lieu de réaliser une grande incision au niveau du ventre, quatre ou cinq petits trous suffisent. C'est en quelque sorte une chirurgie effectuée «par le trou de la serrure», à l'aide d'une caméra et d'un écran vidéo. Les bénéfices pour le patient sont nombreux: moins de douleurs post-opératoires, moins de saignements, séjour à l'hôpital plus court, rétablissement plus rapide... C'est une technique que j'ai développée à l'hôpital de Jolimont lorsque j'y suis arrivé il y a 15 ans, et qui a maintenant pris une place importante dans notre arsenal thérapeutique.

EN UROLOGIE, Y A-T-IL DES TECHNIQUES RÉVOLUTIONNAIRES À VENIR?

Dr S. R. La robotique chirurgicale est un projet que nous avons à cœur de développer aux Centres Hospitaliers Jolimont. Il s'agit de chirurgie laparoscopique assistée par robot. Ce robot est commandé par le chirurgien grâce à une console et un écran 3D. Cette technique lui permet d'avoir des gestes d'une finesse accrue.

L'HÔPITAL DE JOLIMONT A DÉVELOPPÉ LA CLINIQUE DE LA PROSTATE. EN QUOI CONSISTE-T-ELLE?

Dr S. R. Nous avons un grand volume de patients porteurs du cancer de la prostate. C'est pourquoi nous avons développé cette clinique thématique en mars 2017. Elle regroupe les compétences de plusieurs spécialistes, évoluant autour du cancer de la prostate: urologues, oncologues, radiothérapeutes, radiologues et anatomopathologistes. Ceux-ci, en plus de leurs contacts réguliers, se réunissent une fois par semaine en pool multidisciplinaire. L'objectif est de discuter des différents cas rencontrés, afin de proposer aux patients le suivi le plus adapté. Chaque spécialiste ne fait donc plus «sa petite cuisine» dans son coin. Tout au long de sa prise en charge par la Clinique de la prostate, le patient est accompagné par une coordinatrice de soins oncologiques. Elle organise ses différentes consultations, et est son point de contact.

LA CLINIQUE RÉALISE AUSSI UN TRAVAIL DE PRÉVENTION. QUELS SONT VOS CONSEILS?

Dr S. R. Mes conseils sont principalement d'ordre alimentaire. Il est favorable de consommer des tomates, des brocolis, du jus de grenade, du soja, des poissons gras... Des fruits et légumes, de manière générale. Les viandes rouges sont, par contre, à éviter. ↘

► LA CHIRURGIE LAPAROSCOPIQUE

LES PATIENTES QUI SOUFFRENT D'UNE DESCENTE DE LA VESSIE, BÉNÉFICIENT LARGEMENT DE LA CHIRURGIE LAPAROSCOPIQUE, DÉVELOPPÉE DEPUIS 15 ANS À L'HÔPITAL DE JOLIMONT. CETTE TECHNIQUE MINI-INVASIVE PERMET UNE HOSPITALISATION PLUS COURTE, UNE DIMINUTION DES DOULEURS POST-OPÉRATOIRES, ET UNE REMISE EN CONDITION PLUS RAPIDE.

BIOGRAPHIE

1995

Diplôme de médecine obtenu à l'UCL

2001

Agrément en urologie

2001

à 2003

Urologue à la Clinique Saint-Luc à Bouge

2002

Diplôme universitaire de la Faculté de Strasbourg en chirurgie laparoscopique

Depuis 2003

Urologue à l'Hôpital de Jolimont, et chef de service depuis 6 ans

↘ L'UROLOGUE EST L'ARTISAN DU DIAGNOSTIC ET DU TRAITEMENT ↘

DÈS LA RENTRÉE, ON VA BIEN MANGER!

LA CLOCHE DE L'ÉCOLE A SONNÉ. Et avec elle, les boîtes à tartines font leur grand retour. Que mettre dans celles-ci? Comment bien alimenter votre enfant? Bérangère Duquenne, diététicienne à l'hôpital de Nivelles, vous livre ses bons conseils.

«Je répète souvent à mes patients que l'on mange pour vivre et pour être en bonne santé mais que l'on ne vit pas pour manger», souligne Bérangère Duquenne, diététicienne à l'hôpital de Nivelles. Pour bien démarrer l'année scolaire, suivez ce précepte! Soyez aussi conscient que les enfants ont des besoins nutritionnels différents de ceux des adultes. Ceux-ci dépendent de leur âge, de leur poids et de leur activité physique. L'alimentation doit fournir différents nutriments nécessaires à l'organisme de l'enfant: des glucides (ou «sucres»), des lipides (ou «graisses»), des protéines, des sels minéraux, des oligo-éléments, des vitamines, des fibres et de l'eau. Comme ils sont en pleine croissance, les enfants ont par exemple besoin d'une certaine quantité de protéines: 50 g de viande ou dérivés (volaille, œufs, poissons) par jour pour un enfant de 4 ans contre 100 g pour un enfant de 12 ans. Ils ont aussi besoin de calcium pour former leur squelette dont les produits laitiers sont la source principale.

► **BÉRANGÈRE DUQUENNE**
DIÉTÉTICIENNE
À L'HÔPITAL DE
NIVELLES.



1 VARIER ET GOÛTER DE TOUT

La variété est la meilleure garantie de l'équilibre alimentaire. Pour manger équilibré, variez les aliments. Et pour cultiver cette variété, impliquez vos enfants dans le choix de ceux-ci, en faisant les courses avec eux, en manipulant les aliments ou en les cuisinant. Le goût, ça s'apprend: avant qu'un aliment ne soit totalement apprécié par un jeune, il faut le lui présenter 10 à 20 fois.

2 PRÉSERVER L'AMBIANCE DU REPAS

Le repas est un moment de plaisir et de détente. Prenez le temps, idéalement en famille, de manger à table. Pour conserver ce plaisir de manger ensemble, refusez donc les repas individuels consommés rapidement selon les horaires de chacun. Si votre enfant mange rapidement seul devant un écran, il ne sera pas concentré sur son assiette, n'aura pas conscience d'avoir mangé, ne ressentira pas la satiété et mangera donc de trop.

3 RESPECTER L'APPÉTIT DE L'ENFANT

Tout comme chez un adulte, l'appétit d'un enfant varie d'une personne à l'autre et d'un moment à l'autre. Ne le forcez donc pas à finir son assiette s'il affirme avoir assez mangé.

ACTIVITÉ PHYSIQUE

BIEN MANGER MAIS AUSSI BIEN BOUGER!

Bouger est aussi important qu'avoir une alimentation équilibrée. Il est recommandé que les enfants de 6 à 12 ans fassent au moins l'équivalent d'une heure de marche rapide par jour. Votre enfant n'aime pas le sport? Pas de souci, bouger n'équivaut pas nécessairement à une activité sportive. Bouger, c'est aussi: marcher ou rouler à vélo jusqu'à l'école, promener le chien, emprunter les escaliers, sauter à la corde, jouer au ballon dans le jardin, etc.

SURPOIDS

SOMMEIL ET ALIMENTATION

L'une des causes de surpoids est le manque de sommeil. Les études démontrent que les mauvais dormeurs sont plus sensibles au surpoids. Le sommeil est réparateur. Il nous permet de sécréter des substances pouvant nous aider à gérer la faim. Une mauvaise qualité ou quantité de sommeil engendre une augmentation de poids. Or la relation entre le sommeil et la nutrition est à double sens: si on s'alimente bien, le sommeil est meilleur et si on dort mieux, on grignote moins. Pour vos petits, retenez ceci: un enfant de 6 ans doit dormir en moyenne 10 heures par nuit.



VOTRE ENFANT A DES SOUCIS DE POIDS OU UNE ALIMENTATION DÉSÉQUILIBRÉE? CONTACTEZ L'UN DE NOS DIÉTÉTIENS:

Jolimont: 064 23 38 76
Lobbès: 071 599 323
Nivelles/Tubize: 067 885 212



▶ ET LES MATIÈRES GRASSES?

LES MATIÈRES GRASSES SONT INDISPENSABLES POUR LE BON FONCTIONNEMENT DE L'ORGANISME, TOUT COMME LE SUCRE. CEPENDANT, LES MATIÈRES GRASSES SONT NÉCESSAIRES CAR ELLES APPORTENT DES ACIDES GRAS ESSENTIELS ET DES VITAMINES LIPOSOLUBES (A, D, E, K) INDISPENSABLES À VOTRE ENFANT. VEILLEZ AUX QUANTITÉS ET VARIEZ LES SOURCES (BEURRE, MARGARINE, CRÈME FRAÎCHE, HUILES VÉGÉTALES).

DANS LA BOÎTE À TARTINES, IL Y A...

▶ DES LÉGUMES

Présentez-les de manière ludique et variée: bâtonnets de concombre ou de carotte, tomates cerises à grignoter ou crudités dans la tartine.

▶ DES FÉCULENTS

Ils donnent de l'énergie sur le long terme à vos bambins. Préférez le pain gris ou multicéréales au pain blanc car ils contiennent plus de fibres. Et variez les féculents: wraps, quinoa, pâtes froides, riz, etc.

▶ UNE GARNITURE

Sur la tartine, déposez un peu de matière grasse, de préférence végétale, nécessaire à la croissance de l'enfant (développement du système nerveux, notamment). Ensuite, choisissez une garniture variée: une tranche de fromage, un peu de charcuterie non transformée, d'œuf, du poisson et pourquoi pas de la tapenade de légumes.

▶ DE L'EAU

Pensez à fournir une jolie gourde à votre enfant, afin qu'il boive à sa soif.

▶ UN DESSERT

Vous avez le choix entre un fruit ou un produit laitier, mais évitez les biscuits, bonbons ou chocolat qui doivent rester un aliment plaisir pour l'enfant, à consommer avec modération ou dans certaines circonstances.

Apprenez-lui par contre à écouter les signaux de son corps qui lui indiquent quand il a faim et quand il n'a plus faim. N'oubliez pas d'adapter les portions à l'âge de chacun, tout en expliquant au cadet qu'il a des besoins inférieurs à l'aîné. Pour un enfant de 6 à 12 ans, comptez l'intérieur de la paume de sa main en viande, l'équivalent de son poing fermé en féculents et une quantité de légumes qui pourrait tenir sur ses deux mains. Globalement, l'assiette doit être répartie comme suit: ¼ de viande, volaille, poisson ou œufs, ¼ de féculents et ½ de légumes.

4 NE PAS SAUTER DE REPAS

Sur une journée, un enfant doit prendre quatre repas: le petit-déjeuner, le dîner, le goûter et le souper. Le petit-déjeuner est primordial. C'est lui qui donnera l'énergie nécessaire à vos petits pour démarrer la journée. Ne le sautez surtout pas. Quant au goûter, envisagez-le comme un repas à part entière à prendre à heures régulières, à table dans une bonne ambiance afin d'éviter les nombreux grignotages au retour de l'école.

5 HALTE AUX BOISSONS SUCRÉES!

Sans surprise, la seule boisson recommandée est l'eau. Offrez à votre enfant une jolie gourde pour qu'il apprenne à boire tout au long de la journée. Un manque d'eau peut en effet générer des maux de tête et des problèmes de concentration. Évitez au maximum les boissons sucrées qui contiennent une quantité de sucre trop importante et n'ajoutez rien à l'eau. ↘

↘ SUR UNE JOURNÉE, UN ENFANT DOIT PRENDRE QUATRE REPAS: LE PETIT-DÉJEUNER, LE DÎNER, LE GOÛTER ET LE SOUPER ↘




LES NOUVEAUX ARRIVÉS




**DR STÉPHANIE
FLAS**
SPÉCIALITÉ
Pédiatrie
LIEU D'EXERCICE
Lobbes



**DR ALEXANDRE
DERMINE**
SPÉCIALITÉ
Oncologie
LIEU D'EXERCICE
Jolimont



**DR GAÉTAN
CATALA**
SPÉCIALITÉ
Oncologie
LIEU D'EXERCICE
Jolimont et CHR
Mons-Hainaut



**DR CAROLE
BOURMORCK**
SPÉCIALITÉ
Endocrinologie
LIEU D'EXERCICE
Lobbes



**DR JÉRÉMY
ALVES NUNES**
SPÉCIALITÉ
Soins d'urgence
LIEU D'EXERCICE
Jolimont



**DR TERESA
CARVALHO**
SPÉCIALITÉ
Neurologie
LIEU D'EXERCICE
Jolimont



Le Groupe Jolimont, acteur de votre santé, partenaire de votre bien-être!

Le Groupe Jolimont regroupe 6 hôpitaux, des maisons de repos, des services pour la petite enfance et des centres de santé mentale.

Engagé au côté de la population du cœur du Hainaut et du Brabant wallon depuis des décennies, le Groupe s'inscrit dans une démarche d'excellence médicale et pluridisciplinaire. En gardant toujours l'être humain au cœur de ses préoccupations.

Sa participation majoritaire dans le CHR Mons-Hainaut en fait aujourd'hui le premier groupe de santé wallon.



Aujourd'hui, le Groupe Jolimont, c'est:

- ▶ 150 places de crèche
- ▶ 640 lits en maison de repos
- ▶ 1.289 lits en hospitalisation
- ▶ 13.250 consultations annuelles en santé mentale
- ▶ 16.000 enfants examinés par la médecine scolaire
- ▶ 130.000 prises en charge par nos services d'urgence
- ▶ 573.000 consultations annuelles

Profitez de la vie, Vitatel veille sur vous !

Publicité
•
Contenu
indépendant

Vous vivez seul(e) à la maison ou votre
conjoint(e) doit s'absenter ?

De jour comme de nuit, nous sommes à
vos côtés. Malaise, chute, intrusion, prise
de médicaments ou tout simplement
besoin d'un contact ?

**Vitatel est là quand vous en avez besoin
car la télé-assistance, c'est notre métier.**



Contactez-nous !

078 15 12 12

www.vitatel.be



Télé-assistance 24h/24

Partenaire Mutualité chrétienne



La maltraitance des aînés,
nous sommes tous concernés.

0800 30 330

**Vous vous sentez maltraité ? Vous êtes témoin de maltraitance ?
VOUS VOUS POSEZ DES QUESTIONS SUR LA MALTRAITANCE ?**

*“C’est étrange, dès qu’on s’adresse à moi, les gens crient,
mon audition est pourtant intacte.” Mathilde, 68 ans*

*“Mon petit-fils vient me voir chaque samedi, ça me fait
plaisir ! Il me raconte sa vie, ses copines, ça me distrait. Il
va aussi faire les courses pour moi. Je vois bien qu’il
dépend plus que nécessaire, même si je ne suis pas
d’accord. J’ai bien trop peur qu’on se fâche et qu’il ne
vienne plus me voir...” René, 82 ans*

*“Depuis que je suis tombée, mon fils m’a reprise chez lui. Je
me déplace mal et j’ai besoin de compagnie. Parfois je
pense que je serais mieux ailleurs, même si c’est un
déchirement de quitter mon fils et mes petits-enfants...
Mais je me rends compte que je ne suis qu’une vieille dame,
une charge supplémentaire pour ma belle-fille qui,
parfois, me traite de tous les noms...” Irène, 76 ans*

Notre équipe d’intervenants psychosociaux vous propose gratuitement :

- Un accompagnement par des professionnels
- Une écoute active, bienveillante et confidentielle
- Le respect du secret professionnel
- Des séances d’information et de sensibilisation (pour des groupes de personnes âgées, des professionnels du domicile ou en institution, des écoles,...)
- Des formations pour les professionnels (médecins, soignants, police, travailleurs sociaux, ...)

Pour qui ?

Notre service s’adresse aux seniors, à leurs familles et proches et aux professionnels. (médecins, soignants, police, travailleurs sociaux,...)

Pourquoi nous contacter ?

- Pour obtenir des informations sur ce qu’est la maltraitance
- Pour parler de votre situation et envisager ensemble les alternatives possibles

Nous contacter ?

En appelant la permanence téléphonique gratuite
0800 30 330 du lundi au vendredi de 9h à 17h
6 antennes en Wallonie

RESPECT  **SENIORS**

Agence wallonne de lutte contre la maltraitance des aînés



www.respectseniors.be

Une initiative de la
 **Wallonie**