Le Self-Care : retour à la personnalisation du patient?

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **11 (1981)**

Heft 10

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-829719

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Le Self-Care*

retour à la personnalisation du patient?

Le fait de prendre soin de soi-même et d'aider son prochain en cas de maladie ou d'accident, fait partie de la tradition dans la plupart des sociétés. De nos jours, les progrès de la science ont relégué à l'arrière-plan les conseils de la grand-mère, l'aide de la voisine. L'habitude de s'entraider entre parents, amis, voisins, se perd, quand elle n'est pas déjà perdue.
Si la plupart des maladies aiguës, nécessitant des soins parfois intensifs de courte durée, sont généralement bien maîtrisées, des questions se posent concernant les maladies chroniques invalidantes et les accidents, de plus en plus nombreux, entraînant des séquelles graves. On assiste à l'apparition d'une critique incisive concernant, d'une part le coût des soins et d'autre part, la dépersonnalisation du patient.

Nouvelles tendances en provenance des Etats-Unis
Le **Self-Care** et le **Self Help Group** tendent à réduire le coût de la santé et à personnaliser le patient, en encourageant le public, en particulier les personnes âgées de 60 ans et plus, à suivre un cours destiné à leur permettre de s'occuper de leur santé et au besoin de celle de leur entourage. A cet effet, des cours sont dispensés régulièrement dans 24 Etats ainsi qu'au Canada. Ceux-ci concernent, entre autres, la manière d'utiliser les médicaments, la façon de se nourrir par rapport à certains besoins individuels, les soins aux blessures courantes. Des programmes additionnels sont destinés à permettre à des personnes souffrant d'affections chroniques, de juger de leur état et d'utiliser, en connaissance de cause, les moyens techniques et chimiques à leur disposition dans le cadre d'un dialogue responsabilisé avec le médecin. Le patient est non seulement informé de l'affection dont il souffre, de ses complications éventuelles et de la manière dont il doit se soigner, mais encore de la nécessité, des conséquences et des possibilités du ou des traitements qu'il suit et dont on l'encourage à assumer au maximum la responsabilité, faisant de lui un «patient actif». Les patients actifs sont encouragés à former des **Self Help Groups,** associations de personnes s'intéressant à un sujet donné: soins à soi-même et à l'entourage, prise en charge d'une personne souffrant d'une affection chronique, tel par exemple, le **Self Help Group** des épouses de patients ayant eu un infarctus du myocarde.
Ces **Self Help Groups** s'intéressent aux publications, aux conférences, aux recherches concernant le sujet qui les préoccupe. La plupart d'entre eux sont affiliés à un **tel med callers:** service de réponses enregistrées à partir de 300 mots clés, tels que: nausées, migraine, brûlures d'estomac, etc. La durée de chaque réponse varie de 3 à 7 minutes, selon le mot clé utilisé lors de l'appel téléphonique. 60 millions d'Américains sont affiliés à ce système de renseignements mis au point par la Société de médecine ou l'hôpital de chaque région, en regard des besoins spécifiques de celle-ci.

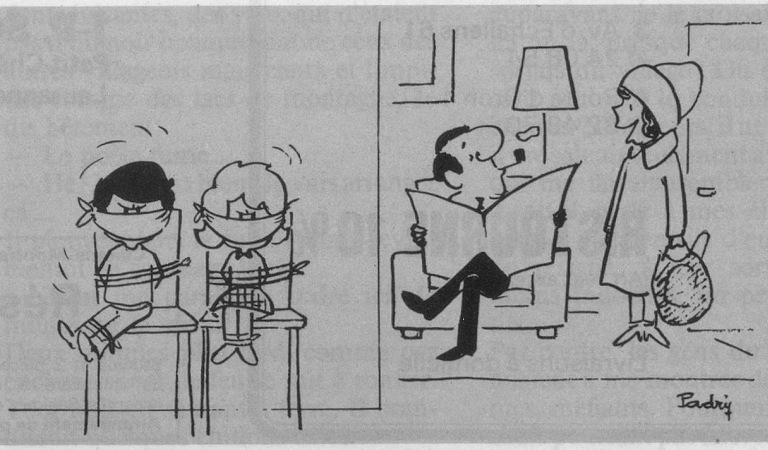
Favoriser une véritable prévention
L'habitude veut que la prévention soit basée sur les interdits. Certes, il est plus facile d'interdir l'usage de quelque chose que de responsabiliser quelqu'un par rapport à sa santé.
Une véritable méthode de prévention devrait être basée sur une observation concrète des modes de vie et responsabiliser, non seulement l'individu, mais l'ensemble du système sanitaire et social. Si l'on considère qu'il est plus facile de faire prendre un médicament à un patient, plutôt que de lui faire réduire son horaire de travail alors qu'il est surmené, c'est que, trop souvent, le repos n'est pas considéré comme un moyen de guérison dans les cas où il le serait réellement.
En ce qui concerne la prévention basée sur le mode de vie, une vaste enquête effectuée aux USA, a permis de constater que les personnes suivant les six recommandations suivantes se portaient mieux que celles qui n'en suivaient qu'une ou deux, quel que fût leur âge: dormez 7 à 8 heures par nuit au minimum; prenez un petit déjeuner; évitez de manger entre les repas; évitez d'excéder votre poids idéal de plus de 3 kilos; pratiquez régulièrement de l'exercice ou un sport; buvez peu d'alcool.

CIVA

Traduction résumée de:
** A guide to Medical Self-Care and Self-Help Groups,* U.S. Dept. of Health, Education and Welfare, Washington D.C.
Administration on Aging Publication n_o 129, U.S. Dept. of Health, Education and Welfare, Washington D.C.

AINES

renseigne et divertit. Faites-le connaître autour de vous!



– Alors?...
Ils ont été sages?...
– Ils n'ont pas bougé
et je ne les ai pas entendus!
(Dessin de Padry-Cosmopress)