LA GAZETTE

Bulletin Trimestriel N° 21 – septembre 2013

ALSACE-CARDIO

Association de Familles et de Malades
ou Opérés Cardio-Vasculaires

Siège Social : 4, rue des Bouleaux – 68140 MUNSTER
Tél : 03.89.77.00.47 / 06.80.21.63.81 E-mail : president@alsace-cardio.org
Association loi 1908 déclarée au Tribunal d'Instance de Colmar Volume : 10 Folio : 523
Agrément : ARS 2010/916 du 9.11.2010
INSEE : 510 257 140 000 10
Site : www.alsace-cardio.org

EDITO

Chers amis,

C'est déjà la rentrée. Nous avons vécu un premier semestre contrasté et nous démarrons cet automne avec de nouvelles données.

Tout d'abord, nous avons hébergé l'Assemblée Générale d'Alliance du Coeur le 8 juin à l'Hôpital A. Schweitzer de Colmar. A cette occasion, j'ai été élu vice-président de l'Union et Auguste Gerschheimer, vérificateur aux comptes. De même, l'Alsace se trouve bien représentée puisque Lionel Pfann, président de COTRAL a été élu secrétaire général.

D'autre part Alsace-cardio a entrepris une démarche qualité et 5 membres du Comité ont été formés par l'IREPS Strasbourg. Anne Moniatte-Mertz sera chargée de vérifier si les projets élaborés par les vice-présidents et moi-même entrent bien dans ce cadre pour 2014. Cette démarche qualité doit nous permettre de pérenniser notre notoriété et de mettre en valeur notre fonction première qui est de représenter les usagers dans le système de santé régional.

Pour les rendez-vous traditionnels de fin d'année, vous trouverez dans les pages suivantes les indications utiles. N'hésitez pas à nous appeler si vous avez des questions en suspend.

Amitiés à tous.

Daniel EMMENDOERFFER
Président Alsace-cardio

LA VIE DE L' ASSOCIATION

Personnes à contacter pour toute information

BUREAU

Nom & prénom	Fonction	adresse	Téléphone	adresse courriel
EMMENDOERFFER Daniel	Président	4, rue des Bouleaux 68140-MUNSTER	03.89.77.00.47 06.80.21.63.81	daniel.emmen@orange.fr president@alsace-cardio.org
GERSCHHEIMER Auguste	Vice-Président Territoire 1	3,rue Gast 67400 – Illkirch-Graffenstaden	06.81.40.80.02	gerschheimer.auguste@wanadoo.fr
LANZI Georges	Vice-Président Territoire 2	6, rue de Vendenheim 67116 – REICHSTETT	03.88.18.19.80 06.09.75.43.88	georgeslanzi@sfr.fr
GRANDADAM Marie-France	Vice-Président Territoire 3	2, rue des Prunes 68150 - RIBEAUVILLE	03.89.73.35.88 06.85.65.12.25	marie-france.g@orange.fr
VIRTEL Pierre	Vice-Président Territoire 4	51, avenue Alphonse Juin 68100 – MULHOUSE	03.89.65.06.63 06.76.28.49.51	pvirtel.alsacecardio@free.fr
KNICHEL Mirianne	Secrétaire	43, rue de Turckheim 68000 – COLMAR	03.89.80.74.25 06.43.03.67.57	fernand.knichel@free.fr
MONIATTE-MERTZ Anne	Secrétaire Adjointe	16, rue de l'Altenberg 67220 – NEUBOIS	03.88.85.67.66 06.51.76.53.52	moniattanne@free.fr
LIENHARDT Jean-Georges	Trésorier	7, Impasse de la Fontaine 67270 – HOCHFELDEN	03.88.91.76.88 06.74.37.90.51	j-g.lienhardt@alsace-cardio.org

ADMINISTRATEURS

BALLAY Dominique Médecin		18, rue de Cardinal Mercier 90000 – BELFORT	06.62.65.30.40	dominique.ballay@w anadoo.fr
BERBET Gérard		40, rue de la Mairie 68120 – Pfastatt	03.89.52.73.12	berbetg@yahoo.fr
BURGER Bernard		12, rue des Cerisiers 68140 – STOSSWIHR	03.89.77.48.11 06.75.22.57.28	b.burger@free.fr
COLL Jacques		48bis, rue de Staffelfelden 68450 – BOLLWILLER	03.89.48.83.14 06.08.62.13.25	jacquescoll@aol.com
GERIG Jean		30, rue Basses Huttes 68370 – ORBEY	03.89.71.22.13	
HABLAINVILLE Gilbert		21, rue des Vergers 68800 – THANN	03.89.37.97.23 06.11.14.27.14	gilbert.hablainville@sfr.fr
HECKMANN Yves		28, route d'Issenheim 68500 – GUEBWILLER	03.89.76.68.93 06.70.12.52.42	yvan.heckman@hotmail.fr
HEINTZ Irène		1, rue du Jasmin 67400– Illkirch-Graffenstaden	03.88.66.10.46	
ROBERT Guillaume		4, rue Louis Pasteur 67800 – BISCHHEIM	03.88.33.30.38 06.32.77.83.50	starkomputer@orange.fr
ROUCHER-SARRAZIN Alain		2, rue des Champs 68310 – WITTELSHEIM	03.89.55.01.31 06.08.16.66.45	alain.roucher-sarrazin@w anadoo.f
SPINNER Henri		8, rue du Neufeld 68920 – WINTZENHEIM	03.89.79.20.48 06.08.93.47.90	henri.spinner@neuf.fr

DELEGUES

ULRICH Jean-Paul		55, rue de Rothbach 67340 – INGWILLER	03.88.89.46.06	

WOLFF François Cardiologue	Conseiller Médical	10, rue de Copenhague 67000 – STRASBOURG	03.88.39.31.40 06.84.31.44.90	francois.w olff2@numericable.fr
Site : www.alsace-cardio.org				ROBERT Guillaume starkomp

ECOUTE SANTE CŒUR

N° AZUR : 0811 099 098 Ligne d'information aux personnes malades ou opérées du cœur et leurs proches

---

AVIS AUX PERSONNES SEULES

Vous souhaitez la visite d'un membre de l' Association pour vous aider ou vous conseiller dans vos démarches. Vous avez besoin d'un réconfort moral ou d'une information .
APPELEZ une personne figurant dans le tableau ci-dessus.

Cotisations 2013 : Le prix reste le même soit 20 € . N'attendez pas pour vous mettre à jour. Nous vous en remercions d'avance.
Merci d'envoyer directement un chèque contre récépissé au Trésorier : Jean-Georges LIENHARDT – 7, Impasse de la Fontaine – 67270 HOCHFELDEN

PROGRAMME D' ACTIVITES 2013

Date	Lieu	Manifestation	Nbr
10.09.2013	ORBEY	Conférence Médicale sur AVC (MGEN) (D.E)	
11.09.2013	RIBEAUVILLE	Réunion du Comité	
14.09.2013	PESSAC -33	Journée Nationale Prévention - Alliance du Coeur	
17.09.2013	3 EPIS	Conférence Médicale sur MCV (MGEN)(D.E)	
18.09.2013	IHRINGEN Allemagne	Marche adaptée dans le Kaiserstuhl (Mirianne Knichel)	
19.09.2013	Belmont - Bellfosse	Formation aux 1ers secours avec CB et RCPO	
21 et 22/09/13	STRASBOURG	Salon des Associations – Parc de la Citadelle	
24.09.2013	3 EPIS	Atelier « Gestes d'urgence » (MGEN) (D.E)	
28.09.2013	Bains les Bains	Journée Médicale (P.V + D.E)	
1.10.2013	3 EPIS	Atelier « nutrition » (MGEN) (D.E)	
12.10.2013	MULHOUSE	Journée du Coeur (P.V + G.B)	
8.10.2013	3 EPIS	Atelier « diabète » (MGEN) (D.E)	
12 et 13.10.2013	STRASBOURG	Congrès ADOT 67 (Palais des Congrès)	
15.10.2013	BITCHE	Vieillissement – mémoire et maladie (A.G)	
17.10.2013	WALDERSBACH	Formation aux 1ers secours avec CB et RCPO	
20.10.2013	MERTZEN	Sortie d'automne (Jacques COLL)	
14 au 29.11.2013	MULHOUSE	Quinzaine du diabète (P.V)	
		Groupes de paroles Colmar – Strasbourg - Mulhouse **Pour toute précision complémentaire, adressez-vous au président :** **president@alsace-cardio.org ou au tél : 03 89 77 00 47**	

MENU « Au Moulin de MERTZEN » du 20 octobre 2013

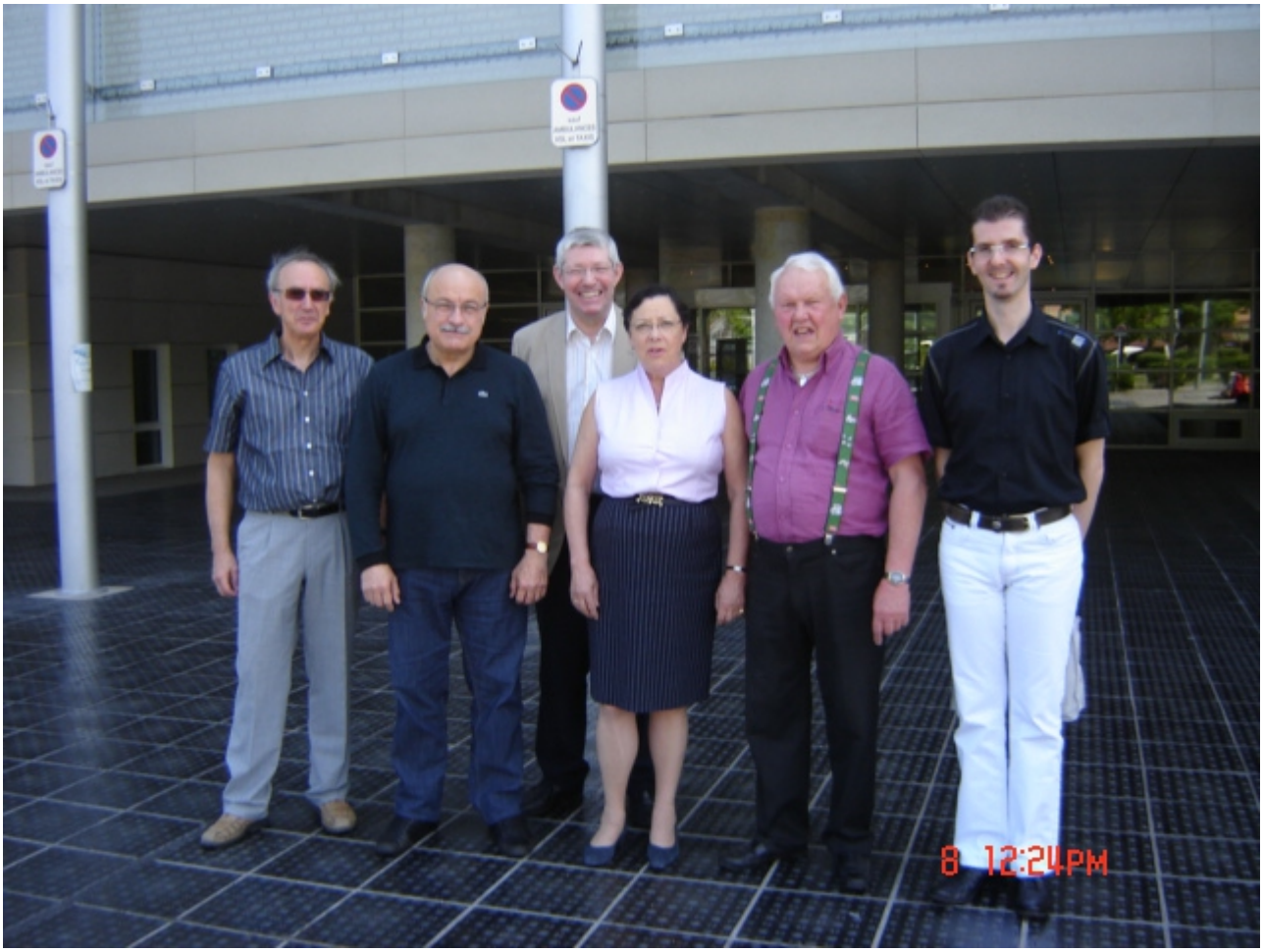
Menu :
1 potage
Carpes Frites sans arête à volonté
Frites à volonté
Salade
Vacherin glacé

Boissons comprises:
1 Kir
Café ou Thé

Prix : 25,50 € hors boissons indiquées ci-dessus

Inscriptions auprès de Jacques COLL – 03 89 48 83 14 ou 06 08 62 13 25
Mail : jacquescoll@aol.com

Illustration 2 : Bureau d'Alliance du Coeur (de gauche à droite : Daniel Emmendoerffer – Vice-président ; Joël Romeu – Vice-président ; Philippe Thébault – Président ; Claude-Jeanne Dickelmann – Vice-présidente ; Claude Milot – Trésorier ; Lionel Pfann – Secrétaire Général.



ARTICLE MEDICAL

Publié sur *E-sante.fr* (http://www.e-sante.fr)

Médicaments et aliments : des interactions à connaître…

La consommation de certains aliments peut être déconseillée lorsque l'on suit un traitement médicamenteux. En effet, certains composés peuvent interagir et provoquer des effets secondaires potentiellement dangereux…

Le jus d'ananas peut interagir avec certains médicaments.

Faux. C'est le jus de pamplemousse qui peut interagir avec certains médicaments, comme ceux contre le cholestérol, le sida, la dépression, etc.

Les aliments riches en vitamine K diminuent l'efficacité des traitements anticoagulants.

Vrai. Choux, brocolis, épinards, avocats, persil, laitue, abats, etc., sont des aliments riches en vitamine K à consommer avec modération lorsque l'on suit un traitement anticoagulant car ils en diminuent l'efficacité et augmentent le risque de thrombose.

Le jus de pamplemousse entraîne une sorte de surdosage de certains médicaments.

Vrai. Le jus de pamplemousse favorise l'absorption de certains médicaments par l'organisme et potentialise donc leurs effets. Ainsi, boire du jus de pamplemousse avant de prendre certains médicaments peut conduire à des effets secondaires en raison d'un surdosage.

Les flavonoïdes contenus dans certains aliments réagissent avec les médicaments.

Faux. C'est une famille de substances chimiques dénommées furanocoumarines, présente notamment dans le pamplemousse, qui a été incriminée. (Source : Paine M.F. et coll., Am. J. Clin. Nutr., 83 (5) : 1097-105, 2006.)

Certains médicaments contre l'excès de cholestérol interagissent avec le pamplemousse.

Vrai. Par exemple, la consommation de jus de pamplemousse en même temps qu'un traitement par simvastatine multiplie par 15 l'absorption du principe actif et provoque des atteintes musculaires graves. D'autres médicaments interagissent avec le jus de pamplemousse : anticoagulants oraux, tranquillisants, somnifères, antibiotiques, immunosuppresseurs, etc.

Les interactions médicaments/aliments sont indiquées sur la notice des médicaments.

Vrai. D'où la recommandation de bien lire la notice de tous les médicaments que l'on prend, rubrique « interactions ». On peut également poser la question à son médecin, voire à son pharmacien.

Avec certains médicaments, l'alcool augmente le risque de brûlures d'estomac.

Vrai. Associé à des anti-inflammatoires (type ibuprofène) ou à de l'aspirine, l'alcool augmente le risque de reflux acides et de brûlures d'estomac.

L'alcool est contre-indiqué avec les tranquillisants.

Vrai. En raison d'un risque accru de baisse de la vigilance et donc d'accident, l'alcool est contre-indiqué avec de nombreux médicaments : tranquillisants, analgésiques, neuroleptiques, certains antidépresseurs, certains antiallergiques, etc.

Les agrumes sont à éviter avec les anti-inflammatoires et l'aspirine.

Vrai. Les agrumes (citron, pamplemousse, orange) augmentent le risque de brûlures d'estomac des anti-inflammatoires et de l'aspirine.

La caféine diminue les effets secondaires des antibiotiques.

Faux. La caféine tend à l'inverse à accroître le risque de surdosage de certains antibiotiques. Pour éviter des effets secondaires, il est préférable de diminuer sa consommation de café, mais aussi de thé et de sodas.

La réglisse est à éviter avec les médicaments antihypertenseurs.

Vrai. Cette association est à éviter car la réglisse tend à augmenter la tension artérielle.

L'exposition au soleil améliore la tolérance à certains médicaments.

Faux. Certains médicaments (anxiolytiques, antibiotiques, antidépresseurs, antidiabétiques, anti-acnéiques, antifongiques, diurétiques, etc.) contiennent des molécules qui réagissent aux UV, lesquelles peuvent devenir allergisantes, voire toxiques. Cette transformation des médicaments lors des expositions au soleil peut entraîner une photosensibilisation avec apparition de rougeurs, de vésicules, voire de boutons, démangeaisons ou encore problèmes de pigmentation. Les médicaments photosensibilisants affichent un pictogramme représentant un soleil.

Article publié par Isabelle Eustache le 25/06/2013

Sources : Communiqué de presse de l'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (Afssaps), mise au point du 13 octobre 2008. Ansm, 19 juillet 2012.

Illustration 3 : Les Collégiades de Bischwiller 2013