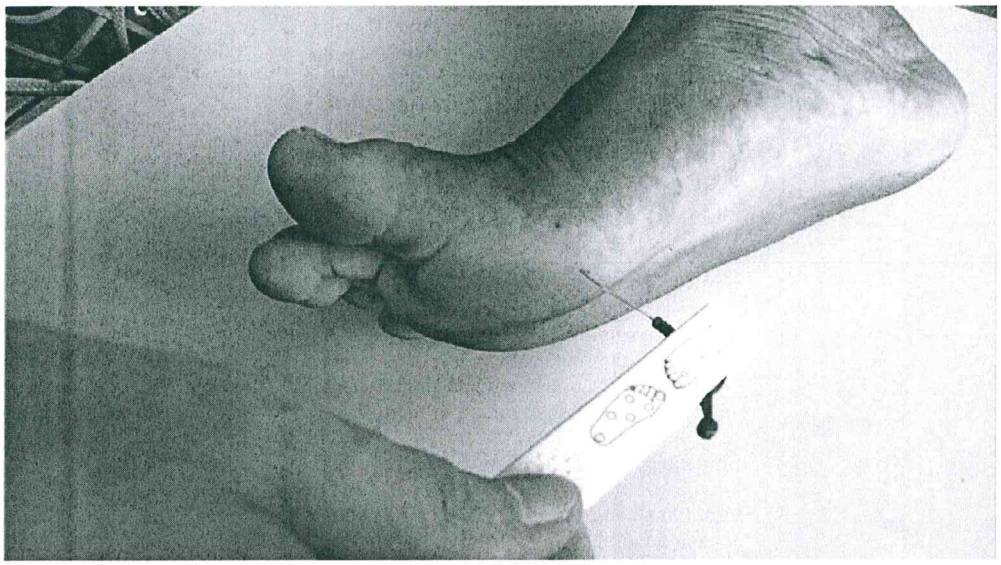
SANTÉ

# UNE JOURNÉE POUR PRENDRE SOIN DE SES PIEDS

PLAN / AFFICHE à partir de 7,00€/A1
CARTES PREPAYEES AVANTAGES
HG MAYOTTE BUREAUTIQUE SELF COPIE
De 7h30 à 15h30 du lundi au vendredi
0269 80 76 80 - hgmayotte@gmail.com
Rond point Méga à côté de Pôle emploi - Mamoudzou



Test du monofilament qui consiste à tester la sensibilité du pied.

**Hier s'est déroulée dans toute la France la 13ème édition de la journée nationale de la santé du pied et pour la 5ème fois à Mayotte.**

Chaque jour, nous faisons entre 5 000 et 6 000 pas et pourtant nos pieds, si *"sollicités"* et malmenés, sont les grands oubliés de notre santé. Les maux de pieds sont multiples et leurs causes aussi. C'est d'autant plus vrai en présence d'une maladie chronique, tel le diabète. Les spécialistes de l'UFSPP (union française de la santé du pied et de podologie) estiment que les diabétiques ou artéritiques, doivent régulièrement faire examiner leurs pieds. La gravité des risques de complications est parfois ignorée ou sous-évaluée. En effet, on comptabilise en France 10 000 amputations de patients diabétiques par an, et à Mayotte, le CHM réalise environ une amputation par semaine.

## ENVIRON UNE AMPUTATION DU PIED AU CHM PAR SEMAINE

À Mayotte, cette journée est importante dans notre contexte. En 2008, l'enquête *"Maydia"* (Mayotte Diabète) réalisée par la cellule interrégionale d'épidémiologie a révélé une forte prévalence du diabète, 10,5% chez les 30 à 69 ans (20% des plus de 60 ans) et qu'un diabétique sur deux ignore sa maladie, quel que soit l'âge. La gravité des risques de complications du diabétique et en particulier celle concernant les pieds est de surcroît ignorée.

C'est sous ce constat assez alarmant que *"RéDiabYlang"* le réseau diabète de Mayotte met en place une action d'information et de sensibilisation pour le public (notamment les personnes diabétiques qui sont plus sensibles aux complications) afin qu'il puisse rentrer dans un programme d'éducation thérapeutique. Cette action d'information vise à valoriser les bonnes pratiques quotidiennes d'hygiène du pied (lavage, séchage, coupe des ongles, chaussage). Elle a pour objectif aussi d'inciter les diabétiques à réaliser un dépistage du pied annuellement par le biais du *"test monofilament"* recommandé par l'HAS, une intervention rapide, non douloureuse et très simple. Elle vise également à faire de la prévention au niveau de la santé de cette partie du corps, et ainsi éviter le pire comme des amputations.

Actuellement, seulement deux podologues sont installés dans l'île pour plus de 200 000 habitants. *"L'année dernière, nous avons mené une action de formation pour les professionnels de santé : médecins, infirmiers. 10 personnes avaient répondu présentes et ont assisté à l'action. Mais faute de participants, nous n'avons pas pu renouveler l'action cette année"*, indique Kassandrah Chanfi, chargé de communication au réseau diabète de Mayotte.

## DEUX PODOLOGUES POUR PLUS DE 200 000 HABITANTS

*"Les personnes diabétiques peuvent présenter des complications au niveau des pieds avec notamment une perte de sensibilité. Sans auto-surveillance, ces aggravations peuvent entrainer dans le cas d'une plaie non traité une amputation"*, explique Thibault Rouchon, pédicure-podologue au réseau diabète de Mayotte.

En 2014, *"RéDiabYlang"* comptait 295 adhérents en son sein (la majorité s'inscrit sur recommandation d'un professionnel de santé) dont 85 personnes qui ont vu le podologue dans le cadre des séances d'éducation thérapeutiques. Des ateliers qui se déroulent soit en collectif (6 à 12 personnes), soit en individuel avec un accompagnement personnalisé.

Oirdi Anli

Le test du pied permet de réaliser un diagnostic et ainsi prendre de l'avance sur les traitements si nécessaires.

Rouchon Thibault, pédicure-podologue au réseau diabète de Mayotte. Il est l'un des deux podologues de l'île.

**Entreprise filiale, basée à Kawéni**
Recrute
Son/sa secrétaire commercial(e)

**Votre mission :**
Vous assurez l'accueil des clients et traitez les dossiers de vente
Vous établissez les devis et faites le suivi.
Vous assurez la facturation
Vous êtes l'interface entre les clients, la production, et la comptabilité

**Votre profil :**
Formation : bac + 2
Expériences : 3 ans dans un poste similaire
Vous maîtrisez les logiciels MS Office et de gestion commerciale : SAGE

Des qualités de rigueur, d'autonomie et de transparence dans les rapports humains sont nécessaires.
Rémunération suivant compétences

**Merci d'adresser votre candidature au journal qui transmettra :**
CV, lettre de motivation et prétentions.

Les Nouvelles de Mayotte
Quotidien d'informations générales

Mercredi 20 mai 2015
N° 2370 page 4

*Journée nationale du pied*

# Soignez vos pieds pour une bonne santé

*Kassandra Chanfi et Thibaut Rouchon*

Demain jeudi 21 mai 2015 se déroulera dans toute la France la 13ème édition de la journée nationale de la santé du pied et pour la 5ère fois à MAYOTTE

La santé du pied, c'est essentiel !

Chaque jour, nous faisons entre 5000 et 6000 pas et pourtant nos pieds, si "sollicités" et malmenés, sont les grands oubliés de notre santé. Les maux de pieds sont multiples et peuvent avoir pour nous tous des conséquences sur tout le membre inférieur.

C'est encore plus vrai en présence d'une maladie chronique, telle le diabète.

Les spécialistes de l'UFSPP (Union française de la santé du pied et de podologie) estiment que les diabétiques ou artéritiques, doivent régulièrement faire examiner leurs pieds. **La gravité des risques de complications est parfois ignorée ou sous-évaluée.

En effet, on comptabilise en France 10 000 amputations de patients diabétiques par an !

A Mayotte, cette journée est importante dans notre contexte. En 2008, l'enquête « Maydia » (Mayotte Diabète) réalisée par la Cellule Interrégionale d'Epidémiologie a révélé une forte prévalence du diabète, 10,5 % chez les 30 à 69 ans (20% des plus de 60 ans) et qu' 1 diabétique sur 2 ignore sa maladie, quel que soit l'âge. La gravité des risques de complications du diabétique et en particulier celle concernant les pieds est de surcroît ignorée.

Célébrer la santé du pied à Mayotte s'impose donc.

C'est pourquoi, durant cette journée « RéDiabYlang » le Réseau Diabète de Mayotte, réseau de coordination en éducation thérapeutique au profit des usagers et des professionnels de santé, évoquera l'importance :

de l'examen médical des pieds des personnes diabétiques par le « test du monofilament », un test diagnostic rapide et non douloureux

des bonnes pratiques quotidienne d'hygiène du pied : lavage, séchage, coupe des ongles, chaussage etc… pour maintenir l'intégrité de la santé de vos pieds et contribuer ainsi à l'amélioration de votre santé.

## 50% d'amputations pourraient être évitées à Mayotte

Selon le podologue Thibaut Rouchon, qui travaille en parfaite collaboration avec les infirmiers et médecins, 50 % des amputations réalisées à Mayotte pourraient être évitées. « Il faut savoir qu'avec un minimum de vigilance et surtout une hygiène des pieds au quotidien, le risque d'infection pouvant se traduire par une amputation pour les diabétique pourrait diminuer de 50%. Il faut en outre rappeler que la CSSM prend en charge les frais liés à ces pathologies ce qu'ignorent bon nombre de personnes. Nous organisons des rencontres pour apprendre aux patients à repérer les symptômes car la perte de sensibilité sous les pieds est très synonyme de complications à venir car le malade en se rend pas compte que son pied est malade jusqu'à ce que l'infection se déclenche et alors, il est souvent trop tard » explique le spécialiste podologue qui précise qu'une amputation par semaine au CHM est liée au diabète. Pour la chargée de communication de Rédiabylang Kassandra Chanfi, les actions de cette journée du pied qui se déroulera demain seront cette année plus axées vers la communication des médias chargés de véhiculer le message plutôt que par des actions «physiques » les groupes se constituant de manière plutôt spontanée. Pour en savoir plus on peut appeler le centre Rédiabylang au 0269 61 04 00 ou se rendre sur le site www. reseaux-sante- mayotte.fr

## *Faits divers*

### Affrontemenst entre bandes à M'Gombani

Hier en fin de matinée une bande de jeunes de Kaweni s'est retrouvée à faire le coup de poing avec ceux de M'Gombani ce qui a obligé les forces de l'ordre à intervenir. A Peine la cérémonie d'hommage aux policiers ports en service que du côté de M Gombani les témoins signalaient ces jeunes en train de vouloir en découdre. Les policiers ont fait disperser ces jeunes qui en fin d'après-midi se sont retrouvés pour certains au rond-point du Baobab prêts à en remettre une couche. Mais la présence de la police a dissuadé les jeunes de toute velléité de reprise des hostilités.

### La BFC évacuée

Les policiers sont intervenus en fin de matinée d'hier afin d'exfiltrer les quelques employés non-grévistes qui travaillent dans l'établissement alors que dehors, les clients exaspérés par 20 jours de conflit, menaçaient de rentrer en force dans la banque. La direction voyant la tournure des évènements a demandé à la force publique d'exfiltrer les travailleurs non-grévistes ce qui s'est fait sans problème. Mais après 20 jours de conflit la tension reste vive car la direction ne semble pas vouloir céder.

### La Smart bloque Longoni

Hier matin un conteneur empêchait toute entrée et sortie de marchandise de la zone portuaire de Longoni . Les salariés de la Smart entendaient ainsi protester contre le fait que la société MCG dirigée par Ida Nel formait d'autres personnes au maniement des futures grues qui devront arriver dans quelques semaines, alors qu'un accord stipule que ce sont les agents de Smart qui devraient bénéficier en priorité de cette formation. Ce mouvement de grogne faisait comme écho au débrayage des salariés de SFR hier matin, qui entendaient protester contre le flou artistique dans lequel ils baignent depuis le départ de leur directeur Christophe Hulin et surtout la reprise de l'entreprise par Only.

"Les Nouvelles de Mayotte" quotidien diffusé par abonnement sur internet, publié par "DM Editions" SARL de presse,au capital de 304 €
B.P. 796 Kaweni 97600 Mamoudzou Tél: 0639.68.65.65. E-mail: nouvdemay@wanadoo.fr . Gérante-Directrice de publication: Martine Herrmann Rédacteur en Chef: Denis Herrmann. Dépôt légal: Octobre 2004 RCS: 11799/2004 N° SIRET: 05439498600019. APE 221C. N° CPPAP:0117Y92585
Reproduction interdite: © Les Nouvelles de Mayotte

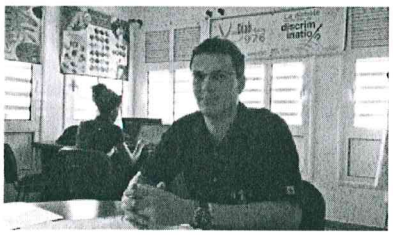
## Santé

# Une amputation par semaine à Mayotte: une Journée nationale du pied pour éviter le pire

**Publié le** jeudi 21 mai 2015 à 14:58
Aucun commentaire

**Ce jeudi est la journée nationale du pied. L'occasion de multiplier les opérations de sensibilisation face à des questions essentielles, en particulier pour les diabétiques**.

Le chiffre ne peut laisser indifférent : on estime, à Mayotte, qu'une amputation est effectuée chaque semaine alors que plus de la moitié d'entre elles pourraient être évitées.



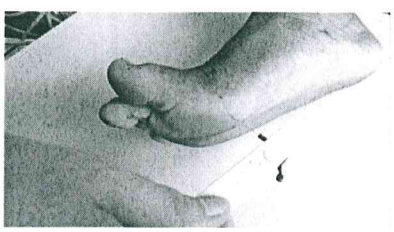
Le podologue Thibault Rouchon au réseau RédIabYlang propose des ateliers pour apprendre à se surveiller

Pour sa 5e édition dans notre département et la 13e en métropole, la journée nationale du pied permet au réseau RéDiabYlang de braquer les projecteurs sur le dépistage et les conseils, en particulier à destination des diabétiques qui ne portent pas une attention suffisante à leurs pieds. Pour eux, pourtant, le sujet est essentiel.

«Nous faisons entre 5.000 et 6.000 pas par jour. Les pieds sont sollicités, malmenés et cela peut avoir des conséquences sur les membres inférieurs et le dos. Mais aussi de lourdes complications pour les diabétiques», explique Thibault Rouchon, podologue au réseau RéDiabYlang et en libéral.

**Une perte de sensibilité irrémédiable**

«Pour les diabétiques, le phénomène principal est la perte de sensibilité progressive qui ne se récupère pas. La personne peut se brûler sur le sable ou se couper sans s'en rendre compte.» Cette perte de sensibilité se double de problèmes artériels qui réduisent la capacité à cicatriser. «Cela peut générer des infections qui peuvent conduire à l'amputation», précise Thibault Rouchon.



Un test très simple pour évaluer la sensibilité de ses pieds

sieam
Syndicat Intercommunal d'Eau et d'Assainissement de Mayotte

Recrutement du DGS de la SIEAM

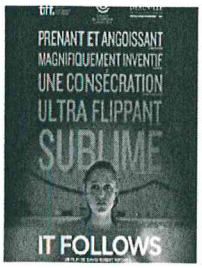
Télécharger l'offre de poste

## L'ACTUALITE EN BREF

| | |
|---|---|
| 10:01 | Les jeunes basketteuses de Dembéni vers la coupe des DOM à Dijon |
| 7:13 | Une personne à la mer et une embarcation à la dérive |
| 6:45 | Bandrélé : les explications du décès d'une jeune femme de 20 ans |
| 6:05 | Fête de la Nature à Coconi ce week-end |
| 5:29 | Football entreprise : agenda, résultats et classement |
| HIER | Football : Résultats et classements des championnats DH (masculine et féminine) et DHT |
| HIER | Fiscalisation de l'indemnité d'éloignement: l'UNSA Mayotte en réunion à Paris |
| HIER | Un kwassa malgache en route pour Mayotte s'échoue: 8 morts et 8 disparus |
| HIER | Une amputation par semaine à Mayotte: une Journée nationale du pied pour éviter le pire |

## MAGAZINE

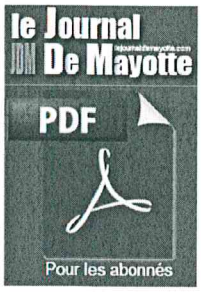
CINEMA




LA METEO A 5 JOURS

météo
30°
26°
tiempo.com +info

JDM EN PDF




## L'AGENDA

Web cup de Mayotte
Vide-grenier
Course de pneus

**HORAIRES DES BARGES**

**Petite terre - Quai Issoufali**

- Toutes les 1/2 heures de 05h30 à 20h00
- Toutes les heures de 20h00 à 00h00

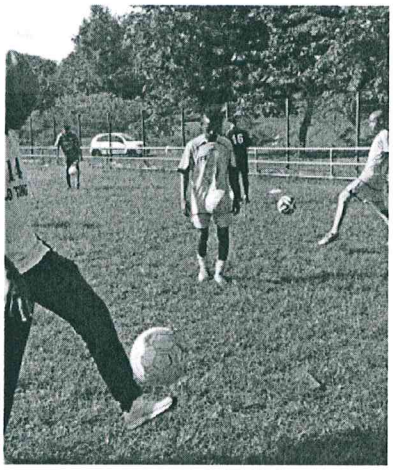
**Grande terre - Gare maritime**

D'où les ateliers mis en place par RéDiabYlang. «Nous apprenons aux personnes à faire de l'auto-surveillance. Nous leur proposons un test très simple à réaliser sur leur pied pour tester leur niveau de sensibilité». Cette démarche est également accompagnée d'ateliers collectifs pour apprendre à se laver les pieds, à se couper correctement les ongles ou encore à se protéger les pieds. Il est par exemple indiqué de se protéger les pieds en lavant le sol pour qu'ils ne soient pas en contact avec es produits détergents voire de la javel.

«A Mayotte, les personnes découvrent souvent les problèmes de pieds quand il sont confrontés à des problèmes très graves comme l'amputation, soit personnellement soit par leurs proches», regrette Thibault Rouchon. D'où l'importance de cette sensibilisation.
Pour tout renseignement, vous pouvez contacter le réseau RéDiabYlang au 0269.61.04.00.

RR
Le Journal de Mayotte

**Category:** Fil info, orange, sante
**Tags:** amputation > diabète > journée nationale du pied > Mayotte > ReDiabYlang 976 > santé
Tagged under amputation, diabète, journée nationale du pied, Mayotte, ReDiabYlang 976, santé



*Tsingoni: Une session de foot et de «vivre ensemble»*

- Toutes les 1/2 heures de 06h00 à 20h30
- Toutes les heures de 20h30 à 00h30

## VOUS POURRIEZ ÊTRE INTERRESSÉ PAR :

Diabète et éducation thérapeutique : un séminaire ce mercredi

Le réseau de santé RéDiabYlang 976 organise un séminaire pour les

Réagissez!

## LAISSEZ UN COMMENTAIRE SUR L'ARTICLE

Réagissez

Vous devez être inscrit pour laisser un commentaire.

CARNET DE JUSTICE

Utiliser un scooter volé peut coûter cher

La condamnation d'une femme jalouse

Forte amende avec sursis pour une construction illégale en zone agricole

En stage à la police, il fête ses 18 ans avec un coup de boule contre un gendarme

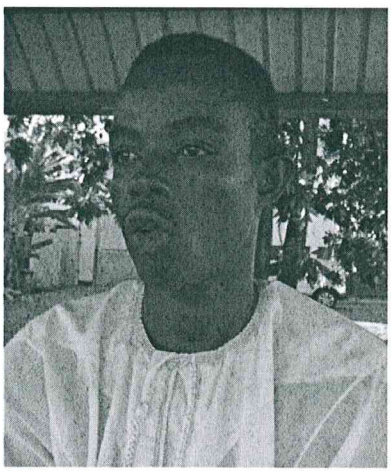
Le vigile faisait sortir en douce des caddies remplis

De la prison avec sursis dans l'affaire des chiens lynchés à Mtsapéré

Corruption au service des étrangers de la préfecture en 2009: condamnation de deux fonctionnaires

Condamnée pour ne pas remettre les enfants à leur père

*PORTRAITS*



*Nadham Youssouf, responsable du Centre Nyamba: «beaucoup de jeunes aux Comores aimeraient avoir la chance d'être*