

Les femmes de l'Aisne prennent leur santé en main

De septembre 2003 à fin avril 2006, 31 911 Axonaises ont bénéficié du dépistage organisé du cancer du sein, coordonné par l'association Aisne Préventis. L'Aisne est parmi les meilleurs départements en terme de qualité du programme.

Le dépistage concerne les femmes âgées de 50 à 74 ans. Celles-ci reçoivent, tous les deux ans, une lettre d'invitation pour se rendre chez le médecin radiologue de leur choix, parmi une liste de médecins agréés par Aisne Préventis (ceux-ci ont reçu une formation spécifique, leur matériel est contrôlé chaque semestre). Elles peuvent ainsi bénéficier gratuitement d'un examen de dépistage, comportant une mammographie et un examen clinique.

Les médecins généralistes et spécialistes du département ont également la possibilité d'adresser directement une demande d'invitation à l'association Aisne Préventis pour les patientes qu'ils suivent.

L'examen de dépistage est effectué dans des conditions optimales de fiabilité. Les clichés jugés non suspects font l'objet d'une double lecture systématique par un deuxième radiologue. En cas d'anomalie, un bilan diagnostique immédiat est pratiqué. Les résultats de l'examen sont communiqués aux intéressées, ainsi qu'à leur médecin traitant et à leur gynécologue.

Le premier avantage de ce dépistage est de permettre de détecter le plus tôt possible les cancers du sein non palpables et de les traiter précocement. Or, plus un cancer est détecté tôt, plus les chances de guérison sont grandes.

A noter : d'ici 2007, le dépistage du cancer de l'intestin devrait être mis en place dans notre département. Il concernera les femmes et les hommes âgés de 50 à 74 ans.

Contact : Aisne Préventis
10/12, rue Jean Martin
02000 Laon

0800 137 000
(appel gratuit, n° vert) :

pour répondre à vos questions



Aisne

Planning Familial 50 ans de combat

Cette année 2006 célèbre un anniversaire particulièrement important pour les femmes : les 50 ans du Mouvement français pour le planning familial.

sous forme de groupes de paroles sur des thèmes tels que sexualité, relations amoureuses, violences. "Nous organisons trois ou quatre séances pour un même groupe, constitué d'une quinzaine de jeunes. Nous nous sommes rendus compte que près d'un tiers de ces jeunes, généralement, n'avaient jamais eu l'occasion de discuter sérieusement de ces questions, qui sont encore taboues. Notre objectif est de créer des espaces de parole que chacun s'approprie et au sein duquel il se sente suffisamment à l'aise pour aborder les questions qu'il se pose réellement".

Au delà d'une formation professionnelle de base solide, les intervenants bénéficient tous d'une formation continue permanente à l'écoute, à l'animation de groupe ou sur des thématiques en lien avec les interventions. "Nous leur parlons également de ces droits, tels que la possibilité pour une mineure d'obtenir une contraception sans autorisation parentale, du droit à l'avortement... qui ont été acquis finalement très récemment, par des luttes, qui sont encore fragiles et que l'on doit encore défendre. Tout n'est pas réglé et le planning milite actuellement pour une loi cadre générale sur les violences faites aux femmes. Dans nos associations, nous n'abordons pas

seulement l'IVG et la contraception, qui étaient les thèmes principaux du combat du Planning Familial à sa création, quand il se nommait encore "Maternité Heureuse", mais également les mariages forcés, la prostitution, les violences en milieu scolaire, le sida, le sexisme, la parité en politique, le harcèlement au travail, l'égalité des salaires, l'homoparentalité...

Le fait d'élargir nos champs d'intervention a également permis d'instaurer, au sein du planning, une mixité très intéressante. Autrefois le Planning ne comptait pratiquement que des militantes, les seuls hommes étant des membres du corps médical. Pour chacune de nos interventions, nous veillons à cette mixité, aussi bien du côté intervenants que du côté participants. Nous sommes ainsi passés d'une parole féministe contre la parole masculine à la parole d'hommes et de femmes," constate encore M. Montecchio.

Contact :
Planning familial
Tél. 06 88 85 45 47

Les 
d'aisne.com

le planning familial et
les centres de planification
sur www.aisne.com

"Plus on écoute fort, moins il faut écouter longtemps." Françoise Jacob, médecin ORL à Saint-Quentin



Gare aux oreilles cassées

Concert, discothèque ou baladeur, quand la dose de son est trop forte, les oreilles trinquent. Information et prévention se développent face à ce phénomène de santé publique qui concerne particulièrement les jeunes.

37 % des jeunes de 15 à 19 ans souffrent de problèmes d'audition (chiffres de l'association des Journées nationales de l'audition). Le constat est pour le moins alarmant. Si les facteurs de telles lésions sont nombreux, quand il s'agit des jeunes, la musique amplifiée est montrée du doigt comme la principale coupable avec au premier rang des accusés, concerts, discothèques, baladeurs et autoradios. Autant dire tout ce qu'ils aiment le plus.

Face aux décibels, la prévention s'organise. Le Centre info jeunesse de l'Aisne a récemment mis en place l'opération "Écoutons bien, écoutons mieux" pour laquelle il a reçu le trophée départemental de la Fondation de France. A travers un kit d'exposition, un court-métrage et des outils pédagogiques, le but de cette initiative est de sensibiliser les jeunes mélomanes à une bonne utilisation de leur équipement audio et de les informer des précautions à prendre dans certaines situations. Deux mots d'ordre à retenir pour garder ses tympans intacts : "baisser le son" et "faire une pause". Si le volume est dangereux, la "dose de son", c'est-à-dire le temps

d'exposition à un certain volume, l'est tout autant.

Médecin ORL à Saint-Quentin, Françoise Jacob a noté ces dernières années une augmentation significative des problèmes auditifs liés à des comportements d'écoute musicale. "A partir de 85 db, les muscles sur la chaîne des osselets de l'oreille interne se contractent, explique-t-elle. Il y a ainsi moins d'intensité qui passe, c'est un réflexe de protection naturelle mais c'est un réflexe qui s'épuise à la longue. C'est pourquoi plus on écoute fort, moins il faut écouter longtemps."

"Face au son, personne n'a la même sensibilité"

Ce réflexe de protection n'est pas instantané d'où les risques accrus en cas de bruits violents et brefs comme les détonations. C'est pour cette raison qu'en matière d'écoute musicale, la technologie numérique (CD, MP3) est plus nocive que l'analogique. C'est imperceptible, mais en numérique une montée brusque de puissance est instantanée et, durant un très bref laps de temps, c'est toute

l'intensité du son qui passe. En analogique, elle se fait sur une courbe plus douce et l'oreille interne dispose de plus de temps pour se protéger naturellement. Certains puristes affirment qu'en vinyle le son est meilleur, disons qu'il est moins dangereux.

"Le premier symptôme généralement constaté est "l'acouphène", poursuit le Dr Jacob. C'est un bruit généré par l'oreille quand les cellules ciliées de l'oreille interne sont touchées. Elles ne sont pas complètement détruites, mais présentent comme des cicatrices qui provoquent un court-circuit et engendrent un sifflement. Tout le monde a déjà eu cette sensation qui souvent s'arrête d'elle-même. Si ce sifflement persiste plus de 24 heures, il faut absolument consulter car quand les cellules sont vraiment endommagées, cela peut être irréversible."

Face au son, personne n'a la même sensibilité. Pour certains il suffit d'une seule fois. D'autres, régulièrement plongés dans des ambiances sonores dépassant le seuil de risque, à savoir 90db, résistent des années,

"En concert et discothèque, la

La musique à fort volume, un plaisir recherché mais à goûter avec modération pour qui veut garder ses oreilles.



norme réglementaire est de 105 db, précise Richard Lavigne, sonorisateur au long cours à Laon. Concrètement, en concert, il est difficile de rester en dessous. Avec juste ses amplis et une batterie, un groupe de rock atteint vite ce niveau. Entrent aussi en jeu l'équipement son et l'acoustique de la salle. J'ai pour principe de ne pas exploiter un système son au-delà de ses capacités. Si on en demande trop à un haut-parleur, il entre en résonance, le son est une vraie bouillie et il suffit de passer devant une enceinte pour sentir le mal que ça fait aux tympans. Écouter de la musique fort fait partie du plaisir d'aller à un concert, c'est un ressenti physique qui est recherché. Mais pour avoir un son propre et puissant sans pousser les décibels il faut une bonne sono et cela coûte cher, souvent trop cher pour beaucoup de petites structures."

De plus en plus, des organismes comme le CIJ de l'Aisne font de la prévention sur les lieux de concert et distribuent des bouchons anti-bruit en mousse, le système le plus répandu pour se protéger les tympans le temps d'une soirée. Une autre solution adoptée par de nombreuses professions exposées au bruit comme les musiciens pour la scène et les répétitions : le bouchon sur mesure. Il a l'avantage de pouvoir recevoir un filtre adapté au contexte d'utilisation ce qui permet d'être protégé sans perdre complètement le confort d'écoute. Il coûte environ 60 euros la paire.

Plus d'infos :
Centre Info Jeunesse de l'Aisne
03 23 23 70 09

www.audition-infos.org - www.agi-son.org