



Réseau d'Observation Mancelle
de la Pathologie Infectieuse

**Docteur, je tousse... je mouche...
... J'ai mal à la gorge !**

Peu de risque de tomber malade actuellement. On note des angines chez les enfants et les jeunes adultes. Chez les plus âgés, quelques cas de bronchites, souvent traînantes, pour lesquelles il faudra de la patience. Les antibiotiques sont PARFOIS UTILES.

Ce que vos patients vont lire dans le Maine Libre demain, Jeudi

Soleil : un ami qui ne vous veut pas que du bien !

Etre bronzé c'est sans doute « bon pour le moral » mais cela peut aussi être toxique pour la peau ! Quelques conseils avant l'été.

Même lorsqu'il n'est pas caniculaire, le soleil n'a pas que des bons côtés. S'il est agréable d'être bronzé l'été, il ne faut pas oublier qu'une exposition mal dosée ou mal protégée aux rayons du soleil... ou des cabines de bronzage, est toxique pour la peau. Chaque année, les médecins rappellent les méfaits de ces expositions abusives.

Dans l'immédiat, le risque est celui des coups de soleil, de la déshydratation, des allergies ou des atteintes de l'œil... Mais il faut aussi penser aux effets à long terme des séances de bronzage trop intenses ou trop fréquentes : apparition de taches parfois indélébiles, vieillissement accéléré de la peau, cancers cutanés dont la fréquence ne cesse de croître en France.

Quelques conseils simples pour bronzer raisonnablement

Avant tout, il faut limiter l'exposition aux UV :

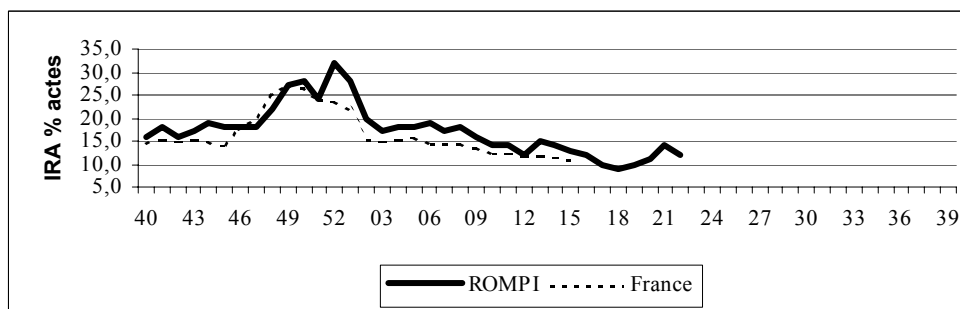
- évitez de vous mettre au soleil entre 12 et 16 heures, les 4 heures de la journée où le soleil est le plus haut,
- protégez votre peau en renouvelant plusieurs fois par jour l'application de crème solaire filtrant à la fois UVA et UVB ; prenez le temps de lire les étiquettes et choisissez des indices de protection élevés. Chapeaux et vêtements couvrants sont aussi un très bon moyen de réduire l'exposition,
- protégez vos yeux avec des lunettes dont l'efficacité de protection est validée par un marquage CE,
- limitez, voire évitez, les séances de bronzage artificiel et choisissez des établissements contrôlés,
- n'oubliez pas qu'un parasol ne suffit pas à protéger des UV, que ni les produits autobronzants, ni les « cures » de gélules solaires avant le départ ne protègent la peau contre les dangers du soleil.,
- enfin, évitez parfums et déodorants qui réagissent parfois désagréablement au soleil.

Chez les enfants, la peau est moins bien protégée naturellement et ces conseils doivent être appliqués encore plus activement. Choisissez les heures les moins chaudes pour leur faire profiter de la plage ou des sorties et mettez leur tee-shirt, chapeau et lunettes. N'oubliez pas de leur proposer régulièrement à boire et profitez-en pour leur remettre un peu de crème solaire...

Des conseils simples à appliquer pour un été serein.

Infections Respiratoires Aiguës (IRA) en médecine de ville.

Comparaison CUM—France métropolitaine. Sources: ROMPI, GROG France

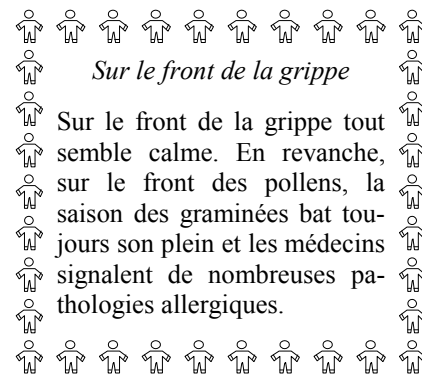


**Infections respiratoires
à l'affiche cette semaine**

Rien à signaler

Signalés par les médecins du ROMPI

Angines, toux prolongées,
rhinites allergiques,
Varicelles, herpangines



Niveau d'activité médicale

% participation en vacances	85 % des médecins
Jours travaillés	5 % des médecins
Actes	4,3 par semaine
Visites	24,3 par jour
IRA	10 % des actes
IRA	12 % des actes
0-4 ans	12/médecin/semaine
5-14 ans	30 %
15-64 ans	17 %
65 ans et +	48 %
BD	6 %
	0,1 /médecin/semaine

Antibios dans	33 % des IRA
AT courts	4 % des actes
AT courts	4,5 médecin/semaine

Contacts

ROMPI: coordination **02.43.39.97.93** GROG Marion QUESNE **01.56.55.51.51** Mél: rompi@openrome.org Web: www.grog.org