

2005 / 2025, déjà 20 ans d'existence. En effet, en 2005, UPPC Alsace « cédait » à la Lorraine, ses adhérents Mosellans, Meurthe et Mosellans, Vosgiens et Meusiens, regroupés sous le nom d'UPPC Lorraine. Un certain nombre des protagonistes font toujours partie de notre Conseil d'Administration et naturellement, vous allez retrouver le récit de cette aventure en pages intérieures.



C'est toujours un plaisir pour moi de présider une équipe soudée, qui s'est encore agrandie cette année, un nouvel administrateur vosgien nous a rejoints. Les adhérents qui sollicitaient des actions sur le secteur devraient pouvoir assister à une conférence à Épinal courant 2025.

Concernant le permis de conduire, les personnes diagnostiquées « SAOS sévère », donc celles qui sont sous PPC, commencent à prendre conscience qu'elles sont toutes concernées par l'arrêté ministériel de mars 2022 qui les oblige à remettre en cause la validité de leur permis tous les trois ans. C'est mon cas également, et je devrais le faire tous les ans si j'étais encore chauffeur routier. Cette situation est tout simplement ubuesque car, si toutes les personnes concernées sollicitaient un RDV, l'application DOCTOLIB « buggerait ». Notre association s'est impliquée depuis plus de dix ans dans la recherche d'un compromis qui éviterait, (parce que c'est le cas aujourd'hui), à tous les patients sous PPC de rouler avec un permis invalidé, (autrement dit, sans permis ???)

Notre collaboration avec la FNTR / FNTV, commence à porter ses fruits. L'organisation de tables rondes, avec des médecins du travail, des professeurs en pneumologie, confirme notre point de vue.

Le moment venu, il se pourrait que nous lancions une pétition nationale, avec le concours de la plupart des associations du territoire français, d'où l'importance de les soutenir en adhérant massivement car l'union fait la force.

Notre agrément ARS, N° 2020/0879 du 2 mars 2020 est en cours de renouvellement, une formalité très chronophage. Indispensable pour que l'association puisse poursuivre ses activités de représentation des usagers, cet agrément est toujours lié à la condition que l'association ne reçoive aucun financement émanant d'un organisme de santé. Notre équilibre financier est tributaire de vos adhésions et dons auxquels s'ajoute le don annuel d'ARAILLOR, qui est également une association à but non lucratif et, nous l'espérons, en droit de nous soutenir.

La permanence à l'hôpital Maillot de BRIEY revient en ce début d'année, elle se tiendra désormais le premier jeudi du mois de 9h30 à 11h30. Les autres peinent à reprendre, les personnes intéressées hésitent peut-être à se rendre dans les hôpitaux pour nous rencontrer, sans doute une conséquence de la COVID 19. Nous sommes en train de mettre en place des permanences communes avec d'autres associations de malades qui traitent des pathologies : cardio-vasculaires, diabète etc. en rapport avec le SAOS. Celles-ci pourraient se tenir dans les locaux de « maisons de santé ».

Je terminerai en remerciant le Dr Magalie MERCY, toujours impliquée dans sa fonction de médecin référent, le Pr François CHABOT, président d'ARAILLOR. Les adhérents, pour les raisons précitées, le Conseil d'Administration, pour l'implication de chacun dans sa fonction.

Pour suivre notre actualité, n'hésitez pas à consulter notre site

www.apneesdusommeil-lorraine.com

*Meilleurs vœux,
santé et bonheur pour 2025*

SOMMAIRE

Éditorial..... p. 2

Activités 2024..... p. 3/4

Une première en chirurgie..... p. 5

20 ans..... p. 6

Représentation des Usagers..... p. 7

Compte-rendu AGO 2024..... p. 8/9

Nos amis routiers / C. A..... p. 10

Ils ont testé pour vous / Adhésion..... p. 11

AGENDA / Permanences..... p. 12

16 janvier **Forum à la maison de santé** de LABRY avec la **Dr Léa SCHLECK**.

18 janvier **Rencontre entre les Associations et Dominique PELJAK**,
le nouveau Directeur du CHR à l'hôpital MERCY.

14 mars **Journée du sommeil**
à l'hôpital MERCY



15 mars **Conférence** à CORNY SUR MOSELLE,
avec le **Dr Stéphane LEMASSON**
et l'association **CORNY-LOISIRS**



6 avril **Assemblée Générale AGE** Lorraine à
MONTROY-FLANVILLE



22 mars **Conférence** à LACROIX-SUR-MEUSE
avec le **Dr Stéphane MARIOT**



7 avril **Marche du cœur** avec le **Club Cœur**
et **Santé** de JARNY



9 avril **Séance d'éducation thérapeutique**
à LABRY avec le **Dr Léa Schleck**



10 avril **Conférence sur le SAOS** au sein de la société **TRANSDEV**, avec le **Dr Magalie MERCY** à METZ BORNAY



14 avril **Marche du cœur** avec le **Club Cœur et Santé** de MONDELANGE

21 mai
Conférence
à l'hôpital Maillot de BRIEY
avec le **Dr S. LEMASSON**



22 mai **Journée des Présidents** avec France Assos Santé à NANCY

24 mai **Assemblée Générale ARAIRLOR** à MESSEIN

27 mai **Assises Régionales
des Représentants
des Usagers** organisées
par France ASSOS Santé à NANCY



30 mai **Conseil d'Administration** à JARNY
accueil de Patrick BOEUF, nouvel administrateur



1^{er} octobre **Conférence** à SEUIL D'ARGONNE (55)
avec le **Dr S. MARIOT**



11 octobre
Participation à des ateliers avec des responsables
de **Maisons de Santé** au congrès **FEMAGE**
au stade St Symphorien à METZ



12 octobre **Présentation de la sensibilisation
au SAOS des conducteurs PL et bus**
au congrès FFAIR à NANCY

17 octobre **Participation au Forum Santé** à JARNY

18 octobre **Un « point-route »** à l'Assemblée Générale FNTR / FNTV à METZ



La mission première de notre association est de venir en aide aux malades souffrant d'un SAOS dit « sévère », utilisateurs de PPC.

30 à 40 % de ceux-ci abandonnent leur traitement et restent sujets à des troubles élevés de somnolence, de concentration, d'exposition aux risques de maladies cardiovasculaires, AVC, infarctus, hypertension et risques de développer un diabète.

Il existe aujourd'hui une solution pour ces patients : La pose d'un neurostimulateur au niveau du nerf hypoglosse. C'est ce nerf qui propulse les muscles de la langue pendant le sommeil. Le neurostimulateur est relié à une sonde placée au niveau de la cage thoracique comme un pace-maker. Cette sonde va détecter les mouvements respiratoires et transmettre directement les informations au stimulateur. En cas de suspension de la respiration, un stimulus déclenche automatiquement l'avancée de la langue libérant ainsi la voie respiratoire.

La pose s'effectue sous anesthésie générale et comme pour un pace-maker, la pile doit être changée tous les dix ans.

L'implantation d'un neurostimulateur est déjà pratiquée aux États Unis depuis quelques années. C'est la décision de remboursement de cette opération onéreuse par l'Assurance Maladie depuis août 2024 qui permet aujourd'hui sa réalisation.

Si il est vrai que notre mission première est de convaincre les appareillés PPC de persévérer, pouvoir proposer une solution aux irréductibles et une très bonne chose .

©Thierry FEDRIGO (Est Républicain).



Le Dr Duc Trung NGUYEN et son équipe

LE MATCH DE PATHOGÈNES !

LES BACTÉRIES

Ces êtres vivants microscopiques unicellulaires sont présents dans l'environnement, sur notre peau, dans notre organisme ... Contrairement aux virus, les bactéries sont souvent capables de se reproduire seules. Certaines sont utiles, pour faciliter notre digestion par exemple; d'autres causent des maladies graves.

VS

LES VIRUS

Ils ne sont pas considérés comme « vivants » mais ont la capacité de s'adapter à leur hôte. Ils peuvent utiliser nos cellules à leur avantage et tromper notre système immunitaire pour se multiplier. Ils peuvent être inoffensifs pour les uns alors qu'ils rendront d'autres malades, certains ont le pouvoir de rester dormants pendant des années.

Source Notre Temps Santé

LE SYNDROME DU CANAL CARPIEN

Le syndrome du canal carpien est une affection fréquente chez les seniors, surtout après 60 ans, avec plus 130 000 opérations annuelles. Il se manifeste par des fourmillements, une perte de force et des douleurs dues à la compression du nerf médian dans un canal du poignet. Les mouvements répétitifs, comme le jardinage ou le bricolage, peuvent l'aggraver.

Ce syndrome est plus courant chez les femmes et peut être lié à des facteurs hormonaux, des anomalies anatomiques ou des maladies comme le diabète. En Europe et en Amérique du Nord, c'est une maladie professionnelle fréquente.

Le traitement commence par des médicaments, des attelles ou des injections de corticoïdes. Dans les cas graves, une chirurgie peut être nécessaire, réalisée soit par incision classique, soit par endoscopie pour une récupération rapide.

Source Courrier des Retraités

RÉTROSPECTIVE :

Si vous aimez les belles histoires, voici celle de la naissance et de la croissance d'Apnées Grand Est Lorraine.

En 2005, nous coupons le « cordon » avec notre « mère », **UPPC Alsace**. « L'accouchement » s'est passé dans la douceur et l'accompagnement. Chaque section désirait œuvrer au plus proche de ses adhérents.

En Alsace, ils étaient très nombreux, bien organisés avec plus de quinze années d'expérience. Leur équipe, composée de bénévoles appareillés était solide, active et équilibrée. Ils assuraient une dizaine de permanences réparties sur leurs deux territoires.

En Lorraine, des personnes concernées attendaient une association plus proche d'eux, les déplacements vers l'Alsace étaient un frein.

De bonnes fées se penchèrent sur le berceau à Metz et relèverent leurs manches. Avec l'aide des pionniers Alsaciens, **Edgar LAZAR**, **Auguste GERSCHEIMER** et le regretté **Eugène ISSENHUT**, elles se sont investies pour former le **premier Conseil d'Administration** avec un Président, **Michel BRICK**, une Vice-Présidente et Secrétaire, **Fernande HOUILLO**, un Trésorier, **Jacques MARÉCHAL** et des Assesseurs pour épauler le groupe.

Au début, il a fallu battre la campagne pour dénicher des endroits propices pour implanter des permanences et organiser des conférences, prospecter les médecins susceptibles d'offrir un peu de leur temps.

Des conférences-débat, d'abord à Metz, puis en Moselle et Meurthe et Moselle attirèrent de nombreux adhérents.

La **famille s'élargit** avec l'arrivée d'**Alain RAINVILLE**, très efficace, **Hubert PEIFFER** et son épouse **Francine** qui accueillait chez eux, avec une extrême générosité, les réunions du Conseil d'Administration.

Tous trois nous ont quittés trop tôt.

La liste des Administrateurs et assesseurs s'allongea, **Gérard ZINS**, **Auguste RUPPEL**, **Roger ADAM**, **Daniel RAULLET**, **Roger DURING**, **Fulvio ATZORI**, **Georges WARIN** et bien d'autres...

Médecin référent, le **Docteur Pierre CERVANTES**, très investi depuis le début, a cédé sa place au **Docteur Magalie MERCY** qui accompagne l'association avec autant d'efficacité.

En **2015**, **Michel BRICK** a cédé la Présidence à **Raymond FISCHER**, tout en restant à ses côtés. **Bernard SCHONS** a remplacé **Gérard ZINS**

AVIS AUX FINS DE PUBLICATION

Il a été inscrit, le 20 mai 2005, au registre des associations, au volume 140, folio N° 8, l'association dénommée « Utilisateurs de pression positive continue-Lorraine (UPPC-Lorraine) », ayant son siège chez M. et Mme Hubert Peiffer, 45, rue du Maréchal-Metman, 57070 Metz.

Les statuts datent du 12 février 2005.

Est élu président et représentant légal de l'association : **Michel BRICK**, demeurant 12, rue de la Poulue, 57070 Metz.

Le Greffier.

Apnée du sommeil : un cauchemar !

L'association des utilisateurs de pression positive continue (UPPC) poursuit la lutte contre le syndrome d'apnées obstructives du sommeil, c'est-à-dire les ronflements. A Metz, une antenne régionale vient de voir le jour.



Hubert Peiffer et Michel Brick : « Il faut sensibiliser les personnes susceptibles d'être affectées par le syndrome d'apnées obstructives du sommeil ».

au secrétaire **Fabienne VÉCRIN**. Sont arrivés, **Jean Pierre BINDEL** en reporter photographe, **Serge et Anne Marie ROBERT** pour le secteur Bar-Le-Duc, **Brigitte WATRIN** et **Annette DÉSORMEAU** pour le secteur Verdun, **Claude JACQUES**, très investi dans la représentation des usagers et récemment, **Patrick BOEUF** pour le secteur Épinal.

Le Docteur **Magalie MERCY** nous a rejoints au Conseil d'Administration.

Pendant ces vingt années, l'association, soutenue par les prestataires qui venaient présenter les matériels PPC et masques, a organisé **plus de soixante conférences**, une **vingtaine de forums**. Les administrateurs, dans leur zone d'activité ont tenu **un millier de permanences** et participé à autant de réunions pour la défense des usagers en tant que **RU (Représentant des Usagers)** nommés par l'ARS. Les nominations pour y participer sont réservées aux associations qui sont agréées par l'ARS (Agence Régionale de Santé). **Apnées Grand Est Lorraine a obtenu son premier agrément en 2009**, le dernier, du 2 mars 2020 est en cours de renouvellement. Nous avons des représentants au sein de divers hôpitaux de la région.

Depuis **2012**, l'association a mis en place une **sensibilisation des conducteurs PL et bus au SAOS**. Avec le concours de nombreux centres de formations, la FNTR / FNTV, (Fédération Nationale des Transporteurs Routiers et Voyageurs), elle fournit aux intéressés, par une vidéo et la mise à disposition de flyers, les informations nécessaires à la détection, aux risques encourus, comment on se soigne et les problèmes liés au permis de conduire lors des FCO (formation Conducteur Obligatoire) quinquennales.

Environ 20 000 conducteurs ont bénéficié de cette sensibilisation dans le Grand Est.

La France compte près de 590 000 chauffeurs, il y a encore du travail...

Il règne beaucoup d'empathie, de volonté et d'encouragement au sein de notre association, chacun met sa pierre à l'édifice en agissant au mieux dans son domaine de compétences.

On souhaite encore de belles années de travail, de courage, de force et de santé aux membres du Conseil d'Administration pour poursuivre leur mission d'accompagnement, d'information, de défense des nos adhérents et de tous ceux qui en éprouvent le besoin.

Un bénévole est une personne qui travaille gratuitement en espérant que ça ne soit pas pour rien.

En France, la notion de représentation a pris de l'ampleur à partir des années 1990. La loi Kouchner, du 4 mars 2002 relative aux droits des malades et à la qualité du système de santé, a renforcé la participation des usagers dans le système de santé Français.

Le représentant des usagers est une personne **BÉNÉVOLE**, désignée ou élue pour représenter les intérêts et les droits des usagers dans le système de santé. Son rôle est de **défendre les droits des usagers, de faire entendre leur voix et de contribuer à l'amélioration de la qualité des services de santé**. Il peut également participer à l'élaboration des politiques et des décisions concernant les enjeux de santé.

Un représentant des usagers doit être membre d'une association d'usagers du système de santé agréée par l'ARS.

Il peut siéger dans différentes instances de démocratie sanitaires et notamment en Commission Des Usagers (CDU), des établissements de santé, à la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM), au Conseil Territorial de Santé (CTS), ou à la Conférence Régionale de la Santé et de l'Autonomie (CRSA).

Apnées Grand Est Lorraine compte dans ses rangs 5 Représentants des Usagers siégeant dans différents centres hospitaliers de la région :

- UNEOS, hôpital Robert Schuman à METZ,
- hôpital Maillot à BRIEY,
- clinique Claude BERNARD à METZ,
- clinique Notre Dame à THIONVILLE,
- et clinique Sainte Marguerite à NOVÉANT.

Aux CDU s'ajoutent, des COVIRIS (Comités de Vigilance et des Risques), des COPIL (Comité de Pilotage), des permanences RU, des participations à des passeports terrain, des rendez-vous qualité, des journées Européennes, des journées certification, des visites de services, de patients, des médiations, des journées de formation, etc (Plus de 150 participations).

AGE Lorraine siège également à la CPAM, au Conseil d'Administration d'UNEOS et au Conseil d'Administration d'ARAIRLOR.

Toutes les associations d'usagers du système de santé ne sont pas agréées par l'ARS. De fait, Apnées Grand Est Lorraine est très courtisée pour mettre à disposition dans les établissements de santé, des **bénévoles** prêts à consacrer du temps à la défense et à l'accompagnement des usagers. Ils contribuent également au bon fonctionnement de la relation entre l'établissement de santé et le malade. Pour ce faire, ils suivent des formations et participent régulièrement à des rencontres de RU, au niveau régional et national.

LE FROID NE REND PAS MALADE !

« Ne sors pas avec les cheveux mouillés, tu vas attraper froid ! » Nous avons tous entendu cette phrase. Pourtant, ce n'est pas le froid en lui-même qui cause les maladies, même s'il crée des conditions favorables à leur propagation, les virus survivant mieux à basse température. Soyons honnête, en hiver, on a tendance à rester entassés bien au chaud dans des espaces clos, souvent peu ventilés. Résultat, les virus trouvent un terrain idéal pour circuler entre nous. Certaines études suggèrent que le froid et l'air sec pourraient réduire nos défenses immunitaires au niveau de la muqueuse nasale, cette barrière naturelle qui protège notre corps des infections, ce qui faciliterait la pénétration des virus. Mais ne vous inquiétez pas, vous ne tomberez pas malade juste parce que vous êtes sorti pieds nus ou avec les cheveux mouillés. Tant qu'aucun virus n'est présent, le risque est nul

Attention tout de même à l'hypothermie si vous vous baladez tout nu dans la neige !

Source Notre Temps Santé

AMÉLIORER LE DÉVELOPPEMENT NEUROCOGNITIF DES PERSONNES PORTEUSES DE TRISOMIE 21

Le projet « Respire 21 », étude conduite en collaboration étroite avec l'hôpital Necker a démontré l'intérêt d'un dépistage et d'une prise en charge précoces du SAOS chez les nourrissons porteurs de trisomie 21. Les résultats sont positifs à la fois pour le sommeil et pour le développement neurocognitif. L'étude « Respire 21 » confirme que le quotient de développement de ces nourrissons n'est pas figé et qu'il est possible de l'améliorer. On peut les appareiller à partir de leur dixième mois.

Source La Lettre : Fondation Jérôme LEJEUNE

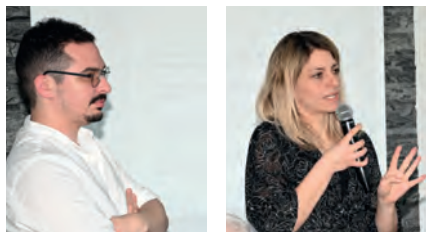
6 MÈTRES C'est la distance à laquelle un éternuement peut propager un virus.

Vous pensez que se couvrir la bouche suffit ? En réalité, un éternuement peut projeter des gouttelettes porteuses de virus jusqu'à 6 mètres, et ces virus peuvent rester en suspension dans l'air pendant plusieurs minutes, surtout dans une pièce fermée. Alors, attention, un éternuement peut vite devenir une arme de dispersion massive!

Source Notre Temps Santé

Le Vice-Président Michel BRICK ouvre la séance en souhaitant la bienvenue à l'assemblée et propose une minute de silence en mémoire des personnes disparues au cours de l'année passée. En ayant une pensée pour Eugène ISSENHUTH, ancien Président UPPC Alsace, cofondateur d'UPPC Lorraine en 2005, devenue Apnées Grand Est Lorraine en 2012.

Le Président Raymond FISCHER prend la parole et remercie :



Les Drs Jérôme FIORINO et Magalie MERCY

- Le Relais de la Planchette qui nous accueille pour la troisième fois.
- Le Docteur Magalie MERCY, notre médecin référent ainsi que le Docteur Jérôme FIORINO qui a animé une conférence sur un problème récurrent, « l'asthme ».
- Mireille SCHMITZ, Présidente d'UPPC Alsace.
- Christian TROUCHOT, Président et Michel SALMON d'AIRAS Nancy.
- Roger DURING et Jean Jacques PIERROT, réviseurs aux comptes.
- Guillaume GRANJEAN de la société ASTEN qui nous a présenté les dernières nouveautés, PPC, masques etc.

Sont excusés :

- Le Docteur Pierre CERVANTES, retenu par des obligations familiales.
- Sylvie VILLAUME d'ARAIRLOR.
- René CIOLECK secrétaire général FNTR / FNTV.
- Jean Marie HUMBERT du Club Cœur et Santé de Jarny.
- Carméla TEZZA du Club Cœur et Santé de Mondelange.

Il remercie également les personnes présentes, les adhérents, fidèles et nouveaux, ainsi que les administrateurs, tous très actifs dans leur domaine.



Le secrétaire

1- APPROBATION DU PROCÈS-VERBAL

Le compte-rendu de la dernière Assemblée Générale Ordinaire du 25 mars 2023 ayant été porté à la connaissance des adhérents par la BA N° 22, le Président propose de passer au vote sans en imposer sa relecture.

Le procès-verbal est approuvé à l'unanimité.

2- RAPPORT MORAL 2023

11 mars : Participation à l'Assemblée Générale d'AIRAS à Champigneulle.

16 mars : Journée du sommeil au CHU de Nancy.

17 mars : Journée du sommeil simultanément à MERCY et à SCHUMAN.

25 mars : Notre Assemblée Générale à l'Auberge Lorraine AY-sur-Moselle.

23 avril : Mise en place de notre stand à la marche du cœur à Jarny.

2 juin : Participation à l'Assemblée Générale d'ARAIRLOR à Messein.

7 juin : Organisation d'une conférence à Verdun avec l'association AFDOC et le Docteur MARIOT, (la cinquième avec lui).

15 septembre : rencontre avec le député Belkhir BELHADDAD et René CIOLECK, secrétaire général FNTR / FNTV.

15 septembre : Nous étions présents sur le stand E'MEUSE à la foire de Verdun.

22 septembre : Participation au 77ème congrès FNTR à Montrouge.

13 octobre : Participation à la journée « prévention et dépistage » avec l'association Familles de France à Verdun.

21 octobre : Participation à l'Assemblée Générale d'UPPC Alsace à Kintzheim

9 novembre : Nous étions présents à l'inauguration du laboratoire du sommeil à SCHUMAN.

15 novembre : Rencontre à Verdun avec les associations :

ADOR (pour le diabète),
AFDOC (pour les opérés du cœur)
et FFC (cardiologie).

Nous avons également eu une activité très importante au niveau de la représentation des usagers dans les hôpitaux. Vous pouvez trouver les détails dans la dernière Bouffée d'Air, à savoir, plus de 80 interventions.



La secrétaire adjointe

3- LE TRÉSORIER JACQUES MARÉCHAL NOUS PRÉSENTE LE RAPPORT FINANCIER 2023

RECETTES 2023		DÉPENSES 2022	
Cotisations adhérents	2 950 €	Frais de gestion courante	3 480 €
Dons manuels	3 605 €	forums, assemblée	1 251 €
Produits financiers	121 €	Frais permanences, routiers, comité	1 170 €
TOTAL	6 676 €	TOTAL	5 901 €
RESULTAT (excédent)		775 €	

Le rapport financier est adopté à l'unanimité.

4- BUDGET PRÉVISIONNEL 2024

RECETTES		DÉPENSES	
Cotisations adhérents	2 950 €	Frais de gestion courante	3 700 €
Dons	2 500 €	Manifestations, conférences,	800 €
Produits financier	50 €	Forums, assemblées	800 €
Réserves	900 €	Frais permanences, routiers,	1 100 €
TOTAL	6 400 €	TOTAL	6 400 €



Le trésorier

5- RAPPORT DES RÉVISEURS AUX COMPTES

Messieurs Roger DURING et Jean-Jacques PIERROT déclarent que les comptes ont été bien tenus, qu'ils sont réguliers et sincères, qu'ils donnent une image fidèle des résultats de l'année 2023 ainsi que de la situation financière et patrimoniale de l'association. Ils demandent de donner quitus au trésorier

et le remercient pour le travail accompli.

6- ÉLECTION DES RÉVISEURS AUX COMPTES

Messieurs DURING et PIERROT sont reconduits dans leur fonction à l'unanimité.

7- MONTANT DE LA COTISATION 2024

L'assemblée vote à l'unanimité le maintien de la cotisation 2024 à 25 euros.

8- COMMUNICATION

Routiers, la FNTR/FNTV a organisé deux tables rondes concernant la remise en question de l'arrêté du 28 mars 2022. Claude JACQUES est revenu sur sa participation aux réunions REX (Retour sur expériences) 38 réunions (en plus des 80 précitées). L'ARS a souhaité donner la parole aux usagers dans le cadre de la certification et de la semaine sécurité à la Clinique Claude BERNARD.

9- RENOUELEMENT DU TIERS SORTANT ET EXAMEN DE NOUVELLES CANDIDATURES

À la demande du Président, aucun conseiller ne souhaite démissionner et il n'y a aucune nouvelle candidature. **L'ensemble du conseil d'administration est reconduit à l'unanimité.**

L'Assemblée Générale étant terminée, le Président passe la parole au Drs MERCY et FIORINO qui animent la conférence sur l'asthme et la SAOS. Le sujet est très apprécié par l'assistance. Les docteurs ont ensuite répondu aux nombreuses questions de l'assemblée.



Un représentant des usagers



ÇA FAIT DU BIEN QUELQUEFOIS DE SAVOIR POURQUOI ON TRAVAILLE :

J'ai reçu courant octobre 2024 un appel téléphonique d'une jeune femme, la quarantaine, chauffeur routier, qui venait, la semaine précédente, d'effectuer son stage FCO, (Formation Conducteur Obligatoire) quinquennal.

En visionnant la vidéo que j'ai enregistrée en 2015, elle a eu connaissance d'une maladie dont elle ignorait tout, et qui correspondait totalement avec le mal-être de son compagnon, également routier. Ils sont allés ensemble sur le site, réalisé le « testez-vous » et pris la décision de m'appeler pour connaître le chemin à suivre pour soigner ce qu'ils ne savaient pas être une maladie. Il a également un problème d'hypertension nécessitant une prise importante de médicaments.

Je lui ai dit, que si par chance, son problème est le SAOS, non seulement il va revivre, mais également diminuer considérablement la dose médicamenteuse et cerise sur le gâteau, arrêter de ronfler. En précisant que si malheureusement ça n'était pas le cas, il fallait poursuivre les investigations, ce n'est pas normal d'être toujours fatigué.

Quelques jours avant, alors qu'il devait effectuer des livraisons de nuit, il n'avait pas pu partir, elle avait dû prendre le volant à sa place.

Le couple habite Château Thierry, elle a effectué son stage à Troyes.

On peut en conclure que cette sensibilisation doit devenir obligatoire sur tout le territoire français, et gratuite comme c'est le cas jusqu'à présent.



PRÉVENIR UN A.V.C.

En France, 150 000 personnes sont victimes chaque année d'un AVC. 1 sur 5 en décède, la moitié des autres en gardent des séquelles invalidantes.

L'AVC correspond à un arrêt soudain de la circulation sanguine dans une partie du cerveau. Les deux principales causes sont :

- La rupture d'une artère cérébrale avec hémorragie.
- L'obstruction d'un vaisseau sanguin par un caillot de sang.

Dans les deux cas, le cerveau, privé de sang et d'oxygène est asphyxié. Les neurones sont détruits à raison de plus de deux millions par minute.

Il est très important d'**agir vite !**

Les symptômes apparaissent brutalement. Pour retenir les trois plus fréquents, on utilise le procédé mnémotechnique « **V.I.T.E.** »



Visage paralysé ou qui se déforme (bouche qui tombe)



Inertie d'un membre (impossibilité de le bouger, paralysie)



Trouble de la parole (difficulté à s'exprimer ou à comprendre ce que l'on dit)

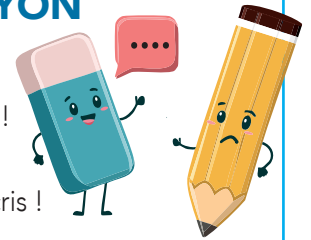


En urgence, appeler le **15**

Une apnée du sommeil, provoque une baisse de la saturation du sang vers le cerveau, c'est la raison pour laquelle dans plus de 60 % des AVC, on décèle un SAOS sévère.

Source *Courrier des Retraités*

LA GOMME ET LE CRAYON



- Comment vas-tu mon ami ?
- Je ne suis pas ton ami, je te déteste !
- Pourquoi ?
- Parce que tu effaces tout ce que j'écris !
- Je n'efface que les erreurs.
- En quoi cela te regarde ?
- Je suis une gomme, c'est mon travail...
- Ce n'est pas un travail !
- Mon travail est aussi utile que le tien.
- Tu as tort car celui qui écrit est meilleur que celui qui efface !
- Supprimer l'erreur équivaut à écrire ce qui est bien...
- ... Mais je te vois raccourcir jour après jour.
- Parce que je sacrifie quelque chose de moi quand j'efface une erreur.
- Moi aussi je me sens chaque jour plus court que je n'étais...
- Nous ne sommes utiles aux autres qu'en faisant un sacrifice. ... Tu me détestes toujours ?
- Comment pourrais-je te détester, puisque le sacrifice nous unit.

MORALITÉ DE L'HISTOIRE

À chaque fois que tu te réveilles, ta vie diminue d'un jour...
Si vous ne pouvez pas être un crayon pour écrire le bonheur des autres,

Soyez une gomme douce qui efface leurs peines, diffuse espoir et optimisme dans leur vie pour que leur futur soit meilleur !

Que la sagesse nous guide toujours, partout.

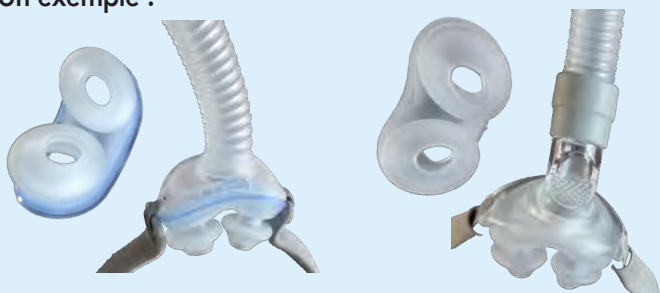
Nous allons aujourd'hui lancer un petit « coup de gueule » :

Les machines PPC ont fait d'énormes progrès, très performantes en efficacité, partage d'informations et suivi avec les prestataires via les médecins prescripteurs, capables de s'adapter aux besoins de chacun. Nous n'avons aucun problème avec les personnes qui viennent nous interpellier sur le sujet.

Il n'en est pas de même pour les masques qui ont pourtant énormément progressé eux aussi. On trouve encore des masques avec cloison simple, qui manquent d'étanchéité avec des orifices de ventilation très bruyants qui dégagent un souffle puissant et froid. Sûrement moins onéreux.

Les prestataires doivent mettre à la disposition des patients, le masque qui lui convient quel qu'il soit, avec la meilleure étanchéité, silencieux et confortable, même pour le conjoint.

Un exemple :



Favorise une bonne observance

Augmente les risques d'abandon du traitement

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le Conseil d'Administration, réuni à l'issue de l'Assemblée Générale du 6 avril 2024, a reconduit le bureau :

Président : Raymond FISCHER

Vice-présidents : Michel BRICK, Moselle
Serge ROBERT, Meuse,
Roger ADAM, Meurthe-et-Moselle

Secrétaire : Bernard SCHONS

Secrétaire adjointe : Fabienne VÉCRIN

Trésorier : Jacques MARÉCHAL

Médecin Référent : Dr Magalie MERCY

Assesseurs : Jean-Pierre BINDEL
Annette DÉSORMEAU / Fernande HOUILLON
Claude JACQUES / Anne Marie ROBERT
Auguste RUPPEL / Brigitte WATRIN
Gérard ZINS

BULLETIN D'ADHÉSION À L'ASSOCIATION

Nom, Prénom :

Adresse :

N° de Téléphone : Mail : @

Questions :

Adhésion

Renouvellement

- Je règle le montant de la cotisation annuelle de 25 euros.

- Je verse un montant en qualité de membre bienfaiteur euros.

Chèque à établir à l'ordre de « Apnées Grand Est Lorraine » ou par virement bancaire IBAN FR76 1027 8050 0100 0222 7320 142 - BIC CMCIFR2A

Fait à le / /

Une attestation pour déduction fiscale (66%) sera délivrée pour la cotisation et les dons.

Signature

APPEL À NOS MEMBRES

Dans une association comme la nôtre, il y a des bénévoles qui arrivent et d'autres qui se désengagent, c'est une « respiration » normale et saine. Si vous vous sentez la vocation à devenir actifs dans l'association, il suffit de nous le signaler, dites nous ce que vous aimeriez faire, vous serez le ou la bienvenu(e).

Apnées Grand Est - Section Lorraine

4a Grand Rue - 57780 ROSSELANGE

Tél. : 06 10 44 72 56 - 06 14 71 11 43 - contact@apneesgrandest.com

Site Internet : www.apneesdusommeil-lorraine.com

20^e ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE 2025

à METZ-VANTOUX

dans l'amphithéâtre de l'Hôpital Robert Schuman

APNÉES GRAND EST – LORRAINE

se réunira le 5 avril 2025 à 10h00

L'A.G.O. sera suivie de 3 conférences débat animées par :
Mme Adeline AGUADO, le Pr Yves MARTINET et le Dr Duc Trung NGUYEN

LES PERMANENCES DE L'ASSOCIATION

Adhérents, visiteurs, personnes intéressées, vous pouvez nous retrouver à votre convenance lors de nos permanences dans les établissements ci-dessous.

Entrée libre sans rendez-vous et sans engagement. Accueil assuré par des bénévoles eux-mêmes appareillés.

JOURS	LIEUX	HORAIRES
1 ^{er} Lundi du mois	Hôpital Robert SCHUMAN - METZ - VANTOUX Local des associations (près de l'accueil)	14h00 à 16h00 06 76 34 58 34
1 ^{er} Mardi du mois	Centre Hospitalier de BAR-LE-DUC Local IRCA 1 ^{er} étage secteur hôpital de jour	14h00 à 16h00 06 23 16 34 27
1 ^{er} Jeudi du mois	Centre Hospitalier Maillot BRIEY	9h30 à 11h30 06 87 10 91 30
	VERDUN	06 85 20 39 61
2 ^e Mercredi du mois	CENTRE HOSPITALIER Groupe SOS - SAINT-AVOLD Staff pédiatrie - 1 ^{er} étage	14h00 à 16h00 06 60 66 85 56
2 ^e mercredi du mois	CHR MERCY - METZ Local « maison des usagers »	10h00 à 12h00 06 79 16 59 38

POUR NOUS JOINDRE EN DEHORS DES PERMANENCES :

www.apneesdusommeil-lorraine.com

contact@apneesgrandest.com

4a Grand Rue - 57780 ROSSELANGE - Téléphone : 06 10 44 72 56 / 06 14 71 11 43

Directeur de la publication : Raymond FISCHER / Rédacteur en chef : Fernande HOUILLON

Participants : Gérard ZINS, Jacques MARECHAL, Michel BRICK, Fabienne VECRIN, Bernard SCHONS, Claude JACQUES
Roger ADAM, Auguste RUPPEL, Jean-Pierre BINDEL, Serge et Anne Marie ROBERT,
Annette DESORMEAU, Brigitte WATRIN, Patrick BOEUF.

Agrément ARS arrêté n° 2020/0879 du 2 mars 2020 - Siret 519 040 398 00025

Tirage 1 000 exemplaires - Réalisation Digit'Offset - Bouxières-sous-Froidmont - ISSN 2679-9367