

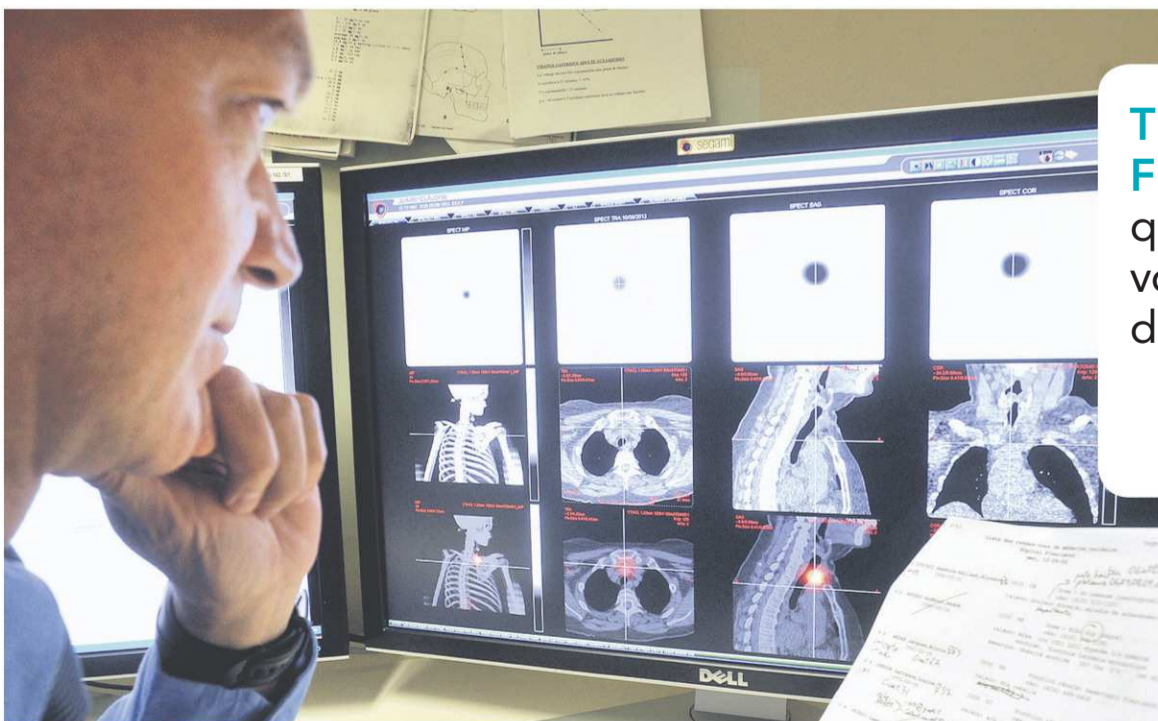


PHOTO SPA EASTMAN

# ÉCOUTER SON CORPS

LES SPAS ONT  
LA COTE!

PAGE S4



**TEP-SCAN, IRM,  
FLUOROSCOPIE:**  
qu'est-ce que  
vous voyez,  
docteur?

PAGE S6

**LA LIGNE  
INFO-SANTÉ**  
a déjà 17 ans

PAGE S2

LA LIGNE INFO-SANTÉ DEPUIS 1995

# Nouvelles technologies, mêmes soucis

FRANÇOIS GOUGEON

francois.gougeon@latribune.qc.ca

**SHERBROOKE** — Si la technologie a fait des pas de géant depuis le premier appel entré à Info-Santé à l'ancien CLSC Gaston-Lessard du quartier Est de Sherbrooke, à l'automne 1995, le besoin de la population est resté le même en 2012 : être informé adéquatement sur une question de santé, être orienté vers la bonne ressource et surtout, être rassuré.

« Les choses ont beaucoup changé grâce au développement des télécommunications. Au commencement, chaque CLSC avait son service avec son propre numéro de téléphone. Puis l'Estrie a été précurseur en organisant sa centrale régionale en 2002, alors que ça s'est fait en 2006 pour le reste du Québec. Maintenant, depuis 2008 et avec le numéro unique 811, on est dans la virtualisation », relate l'infirmière-pionnière Marjolaine Bonneville, du CSSS-IUGS, qui est avec Info-Santé depuis le début à Sherbrooke.

La virtualisation, ça veut dire que l'appel d'un Estrien peut être pris par une infirmière à Rimouski ou n'importe où ailleurs au Québec quand le personnel de la centrale d'ici est débordée, et vice-versa. Il



IMACOM, JESSICA GARNEAU

**Maintenant conseillère-cadre au CSSS-IUGS, l'infirmière de formation Marjolaine Bonneville a été parmi les pionnières à Sherbrooke du service Info-Santé.**

y a ainsi des échanges continus entre les 15 centrales du Québec; ce qui a permis de réduire le temps d'attente et les pertes d'appel.

En outre, par rapport au début, M<sup>me</sup> Bonneville, qui est maintenant conseillère-cadre, a vu l'immense cartable papier de consultation être remplacé par le support informatique. L'information qui y est colligée est toutefois encore validée

scientifiquement et elle est universelle à la grandeur du Québec.

Mais tant pour elle que pour sa collègue assistante au supérieur immédiat, Marie Camirand, au-delà des changements technologiques, la raison d'être du service Info-Santé reste de répondre de la meilleure façon qui soit à la clientèle. Et là-dessus, malgré une augmentation constante, la

nature des appels est demeurée sensiblement la même.

« C'est beaucoup en lien avec la petite enfance, par exemple les 0-4 ans, comme avec la maman qui connaît des problèmes à allaiter son nouveau-né, qui se pose des questions sur l'alimentation, sur différents maux que l'enfant vit. C'est aussi, avec les jeunes adultes, tout ce qui concerne les maladies transmises sexuellement

(MTS), la contraception... Bref, c'est de tout et avec des gens de tous les âges, jusqu'à une cliente de 94 ans. Ce qui s'est rajouté avec le temps, ce sont tous les appels en lien avec l'environnement, comme lors des épisodes de chaleur accablante avec des gens ayant des problématiques cardiaques ou respiratoires, par exemple », illustre Marjolaine Bonneville.

Bien sûr, même si aucun diagnostic n'est donné au téléphone, les informations fournies par l'appelant permettent de l'orienter adéquatement. « Ça va être vers leur médecin de famille pour pousser l'investigation, mais parfois, on peut dire à la personne qu'il y a urgence d'aller à l'hôpital, selon les symptômes qu'elle nous décrit », rajoute M<sup>me</sup> Bonneville.

Le service Info-Santé sert aussi en matière de prévention et facilite le suivi pour la clientèle vulnérable, de même qu'il y a du personnel capable d'aiguiller en matière de santé mentale ou de crise psychosociale.

A tout événement, même s'il se fait assis et devant une console téléphonique et informatique, le travail d'infirmière à Info-Santé offre tout un défi. « Ce n'est surtout pas routinier. C'est très varié et ça permet de toucher à tout », signale Marie Camirand.

Nouveau en Estrie!

## HAPPY BODY

Massothérapie à domicile

59<sup>99</sup>\$ + taxes

MASSAGE À DOMICILE !

Chèques-cadeaux également offerts

Pour prendre rendez-vous

819 791-2244

260, rue Ball,  
Sherbrooke, QC J1H 1V4

[www.massohappybody.com](http://www.massohappybody.com)

5\$

HAPPY BODY  
Massothérapie à domicile

DE RABAIS

sur un massage Valide à domicile

10\$

HAPPY BODY  
Massothérapie à domicile

DE RABAIS

sur un massage Valide en clinique  
Ambiance ambiophonique

## 300 appels par jour à Sherbrooke

**SHERBROOKE** — Ça ne chôme pas dans la centrale téléphonique régionale d'Info-Santé du Complexe Saint-Vincent, à Sherbrooke, où les infirmières réceptionnistes traitent en moyenne environ 300 appels par jour.

En fait, en incluant le nombre d'appels qui transitent par d'autres centrales grâce aux échanges interrégionaux, ce sont 126 103 téléphones d'Estriens pour des informations de santé de toutes sortes qui ont été traités en 2011-2012. C'est une progression de 8140 appels par rapport à la première année de régionalisation d'Info-Santé, en 2002-2003, où l'Estrie a agi comme pionnière.

La durée moyenne des appels est de 12,16 minutes. « On va bien au-delà de la

question initiale de l'appelant. On a un questionnaire détaillé pour bien cerner le problème et le temps de réponse comprend aussi la rédaction d'une fiche personnelle. Bien sûr tout est traité confidentiellement et les gens ne sont pas obligés de s'identifier, mais c'est préférable, pour mieux suivre l'évolution de leur problème de santé s'ils appellent de nouveau », indique Marjolaine Bonneville.

Elle rajoute que des pics surviennent dans l'année, comme lors d'épisodes de grippe ou de gastroentérite. « C'est généralement plus actif de novembre à la fin mars, mais ça bouge aussi pendant les périodes de canicule à l'été, avec les gens aux prises avec des problèmes respiratoires », dit aussi l'infirmière

d'expérience. Néanmoins, malgré des pics, le délai d'attente avant de pouvoir parler à une préposée est de moins de quatre minutes dans 72 pour cent des cas.

À Sherbrooke, 17 infirmières en équivalent à temps complet (ETC), pour un total de 30 personnes, sont mobilisées à cette tâche. En plus des mille et un sujets auxquels elles répondent, elles sont en mesure d'orienter au bon endroit, alors que le répertoire des ressources de leur ordinateur compte quelque 29 000 liens.

La donnée n'est pas disponible pour l'Estrie, mais pour le Québec, le taux de satisfaction des personnes ayant eu affaire avec Info-Santé varie de 92 à 95 pour cent.

— François Gougeon



Cahier spécial

## L'ESTRIE RESPIRE LA SANTÉ

COORDINATION RÉDACTION : Jacynthe Nadeau

COORDINATION PUBLICITAIRE : Alain LeClerc

TEXTES : Jean-François Gagnon, François Gougeon, Isabelle Pion

MISE EN PAGES : Cynthia Beaulne

GRAPHISME : Cynthia Beaulne

RÉALISATION : équipe de production de La Tribune

PRÉSIDENTE ET ÉDITRICE

Louise Boisvert

DIRECTEUR PRINCIPAL, VENTES

Sylvain Denault

DIRECTRICE, VENTES ET PROMOTION

Sophie Thibaudeau

DIRECTEUR, VENTES ET

CAHIERS SPÉCIAUX

Alain LeClerc

### LA TRIBUNE

latribune.cyberpresse.ca

1950, rue Roy,

Sherbrooke, J1K 2X8

RÉDACTION

Tél. : 819 564-5454

redaction@latribune.qc.ca

Télec. : 819 564-8098

PUBLICITÉ

Tél. : 819 564-5450

Télec. : 819 564-5482

ANNONCES CLASSÉES

Tél. : 819 564-2222

Télec. : 819 564-5482

ABONNEMENTS

Tél. : 819 564-5466

1 800 567-6955

# Des conférences pour se prendre en main

ISABELLE PION  
isabelle.pion@latribune.qc.ca

**SHERBROOKE** — À l'heure où les sources d'information sont multiples et que les citoyens en sont presque bombardés, il est parfois difficile de séparer le vrai du faux. Avec les conférences présentées par CursUS-santé, les gens ont accès à une tonne d'information provenant de la bouche d'un spécialiste, permettant du même coup de démystifier plusieurs questions liées aux domaines de la santé.

L'objectif est de démystifier un sujet, en traitant de différents volets : la prévention, les traitements, la recherche...

Les conférences de CursUS-santé sont organisées par le Centre d'expertise en santé de Sherbrooke (CESS), au nom de trois partenaires : la faculté de médecine et des sciences de la santé de l'UdeS (FMSS), le CHUS et le CSSS-IUGS. L'initiative a été lancée en 2007. Il s'agit de conférences grand public de deux heures, qui s'étalent sur sept semaines par session.

Présentées par des spécialistes, les conférences se penchent sur un thème précis. Par exemple, un médecin peut être accompagné d'une infirmière et d'autres membres d'une équipe multidisciplinaire, parfois d'un patient. L'objectif est de démystifier un sujet, en traitant de différents volets : la prévention, les traitements, la recherche... ce qui permet du même coup d'outiller les gens afin qu'ils puissent se prendre en main. « Ils vont être capables de mieux comprendre quand le médecin leur parle », illustre



IMACOM, CLAUDE POULIN

**La directrice générale du Centre d'expertise en santé de Sherbrooke (CESS), Joanne Guilbeault.**

Joanne Guilbeault, directrice générale du Centre d'expertise en santé de Sherbrooke. Les médecins au micro peuvent aussi en profiter pour faire le point sur les différentes recherches qui trouvent parfois écho dans les médias.

« On a une moyenne de 150 personnes par activité », note Joanne Guilbeault à propos des conférences présentées à Sherbrooke. Elles sont présentées sur les campus de l'UdeS et sur ses sites délocalisés; elles sont reprises à Saguenay, Longueuil et Moncton.

La dernière session a permis de démystifier le cancer et aux gens de poser les multiples questions qu'ils avaient en tête. Ce thème a été le premier exploré par CursUS-santé et il était encore demandé, raconte M<sup>me</sup> Guilbeault. « C'est le sujet

de l'heure. Il y a beaucoup de recherches et d'évolution sur ce qui se fait dans ce domaine. Les gens veulent être mis à jour. »

Cet automne, le Canal Savoir diffusera les sept épisodes de 60 minutes sur ce thème. La diffusion a commencé le 17 septembre. Il sera entre autres question de prévention et de dépistage du cancer, du parcours typique d'un patient avec un diagnostic de cancer colorectal, du sein, de la prostate et du poumon et des principaux traitements offerts.

Selon elle, 35 % de la clientèle revient de session en session. Parmi elle, on compte tant des M. et M<sup>me</sup> Tout-le-Monde que du personnel du milieu de la santé. Pour plus de détails sur les coûts, on peut consulter le site du CESS.

## ÉTUDE CLINIQUE SUR UN VACCIN SANS ADJUVANT CONTRE LA GRIPPE SAISONNIÈRE



**Fièvre, courbatures, fatigue, maux de tête, maux de gorge, toux...**

**Une maladie qui peut être mortelle : La grippe saisonnière affecte chaque année des millions de canadiens et entraîne de nombreux hospitalisations et décès.**

Q&T Recherche participe actuellement à une étude clinique portant sur un vaccin en investigation pour prévenir la grippe saisonnière aussi appelée Influenza.

Pour être admissible vous devez **être âgé de 65 ans et plus.**

Les dépenses encourues pour votre participation vous seront remboursées. Vous bénéficierez d'un encadrement attentif et personnalisé.

Ce projet est sous la supervision médicale du Dr Jean-Sébastien Gauthier.

**Pour plus d'information, contactez Guylaine Chainé, infirmière**



VISITEZ NOTRE SITE INTERNET ET INSCRIVEZ-VOUS EN LIGNE

**www.qtrecherche.com 819 562-0777**



Patrick Lebeau  
Orthothérapeute

Louis Lavoie - D.O.  
Ostéopathe, Orthothérapeute

Kevin Vigneault-Landry  
D.O. - B. Sc  
Ostéopathe, Kinésologue

Nathalie Thivierge  
Massothérapeute,  
hormonal science

Denise Blanchard  
Thérapeute en shiatsu,  
Naturopathe

819.575.2779

**Clinique Delavoie**

1274 King Ouest. Sherbrooke. QC. J1J 2B6



Le plaisir d'être en santé



Association professionnelle des massothérapeutes spécialisés du Québec

# Les Québécois amoureux des spas

JEAN-FRANÇOIS GAGNON  
jean-francois.gagnon@latribune.qc.ca

**MAGOG** — Les spas ont la cote ! En effet, leur nombre a carrément explosé au cours des 15 dernières années au Québec. Difficile de s'en étonner toutefois, les soins de santé alternatifs exerçant un attrait grandissant sur les Québécois.

Sauf exception, la santé ne s'obtient pas sans certains efforts. Des devoirs et obligations, comme bien se nourrir, faire de l'activité physique et prendre soin de soi, sont habituellement rattachés à ce privilège. Le public en est plus conscient que jamais, ce qui ne peut que favoriser les spas.

Selon Lucie Brosseau, présidente-directrice générale de l'Association des spas du Québec (ASQ) et de l'Alliance spas relais santé (ASPR), on compte environ 200 spas à travers la province. Pour être considéré comme un spa, un établissement doit offrir des traitements en lien avec l'eau ainsi que des « services professionnels » axés sur le mieux-être des personnes.

Pour démontrer l'engouement du public envers ce type d'établissement, M<sup>me</sup> Brosseau révèle que le nombre de spas nordiques, un modèle inspiré de la tradition scandinave, est passé d'un à une quarantaine en moins de 15 ans au Québec.

On dénombrerait un peu plus d'une douzaine de spas en tout genre en Estrie, selon Tourisme Cantons-de-l'Est. Cependant, parmi eux, seuls les Spa Nordic Station et Spa Eastman sont membres de l'Alliance spas relais santé, l'unique organisme de certification de la qualité rattaché à cette industrie en province.

« C'est formidable que les X et Y soient au rendez-vous ! Ce sont des jeunes pour qui le bien-être est important et ils conserveront de bonnes habitudes dans le futur. Pour nous, c'est génial ! »

« La croissance a été très forte dans notre secteur d'activité, note la présidente-directrice générale de l'ASQ et de l'ASRS. Les gens recherchent des expériences comme celle qu'on propose. Le besoin de performance au travail est grand alors ça amène les gens à tenter de se détendre de diverses façons. »

Deux clientèles ont joué un



LA TRIBUNE, JEAN-FRANÇOIS GAGNON

**Propriétaire du Spa Eastman, Jocelyna Dubuc figure parmi les pionnières de l'industrie des spas au Québec.**

rôle important dans le développement de cette industrie au Québec: les générations X et Y, friands de sauna et de saucettes à l'extérieur en hiver, et les femmes recherchant la détente.

« C'est formidable que les X et Y soient au rendez-vous ! Ce sont

des jeunes pour qui le bien-être est important et ils conserveront de bonnes habitudes dans le futur. Pour nous, c'est génial ! », admet Lucie Brosseau.

Celle-ci ajoute que les hommes constituent seulement 37 pour cent de la clientèle,

mais s'empresse d'ajouter que leur intérêt est croissant. « Les hommes ont de plus en plus le goût de prendre soin d'eux. »

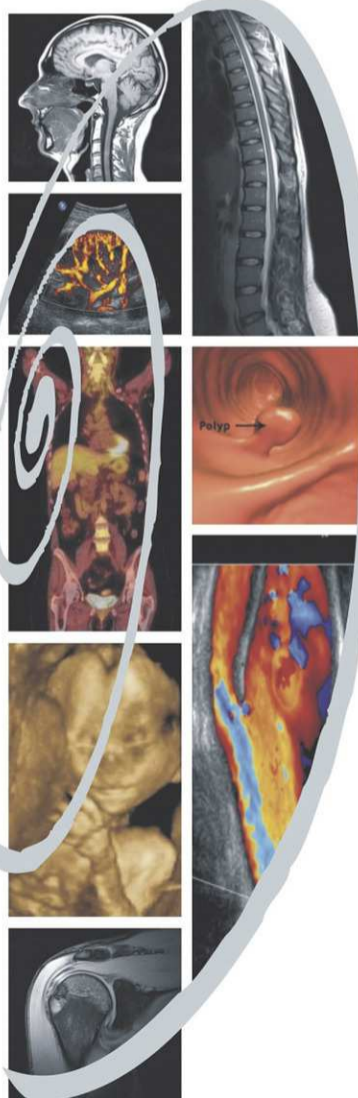
## Les services

Les services offerts par les spas sont multiples: thermothérapie, ce qui comprend les divers types de bains, massothérapie, ostéopathie, nutrition, esthétique et d'autres encore.

M<sup>me</sup> Brosseau préfère ne pas utiliser le mot santé lorsqu'elle parle des spas. « On pense suggérer un beau complément à la médecine, mais nous ne sommes pas des médecins. On utilise donc les mots mieux-être ou bien-être. Dans le fond, ce qu'on fait beaucoup, c'est de la prévention et de l'éducation », remarque-t-elle.

Pionnière de l'industrie au Québec, Jocelyna Dubuc confie néanmoins que son établissement, le Spa Eastman, travaille régulièrement avec le réseau de la santé. « On nous réfère des gens. On commence à nous reconnaître. Il y a plus d'ouverture qu'avant face à nos services. Par exemple, on nous envoie des gens à risque de burn-out », affirme-t-elle fièrement.

Fondé dans les années 1970, le Spa Eastman jouit d'une renommée mondiale. La qualité et à la diversité de son offre de services le place dans une catégorie à part au Québec.



**RésoScan  
clm**

Centre d'imagerie médicale

2984, boul. Taschereau, bureau 102 Greenfield Park (Québec) J4V 2G9

[www.resoscan.com](http://www.resoscan.com)

450-671-6173



Notre nouvelle appareil d'**IRM de la dernière génération**, dispose de la plus **grande ouverture** disponible actuellement sur le marché qui diminue de façon significative l'anxiété chez les patients claustrophobes et offre plus d'espace aux personnes corpulentes.



Nous sommes un centre spécialisé en imagerie par Résonance Magnétique (IRM), en TEP/CT, en CT-Scan multidétecteurs, en coloscopie virtuelle et en imagerie dentaire (implants et articulations temporo-mandibulaires).



RésoScan CLM se distingue par son service efficace et rapide qui s'adapte à vos besoins. Tous les examens d'imagerie médicale se font sous un même toit avec des équipements de très haute technologie.

# Goûter les bienfaits de la thermothérapie

JEAN-FRANÇOIS GAGNON  
jean-francois.gagnon@latribune.qc.ca

**MAGOG** — Le coup de foudre de Patrick Rake pour la thermothérapie a été puissant. Après avoir découvert combien ce type de pratique lui était bénéfique, il en est rapidement devenu un inconditionnel et s'est entiché de l'idée de démarrer son propre spa.

Aujourd'hui propriétaire de trois spas, dont le Spa Nordic Station à Magog, Patrick Rake travaillait dans le domaine des assurances quand il a expérimenté la thermothérapie pour la première fois, au milieu des années 1990.

« Ça m'a tout de suite enlevé mon stress. En plus, on nous faisait sauter dans une rivière, ce qui m'avait permis de communier avec la nature. J'avais adoré cet autre aspect de l'expérience. »

« J'avais autour de 35 ans. J'étais dans le domaine des assurances, je voyageais à travers le monde pour le boulot et j'étais toujours sous haute pression. Un jour, suivant la recommandation d'un ami, je suis allé dans un spa dans les Laurentides et j'ai eu une révélation », raconte-t-il.

Le propriétaire du Spa Nordic Station raconte que, ce jour-là, la thermothérapie a eu un effet immédiat sur lui. « Ça m'a tout de suite enlevé mon stress. En plus, on nous faisait sauter dans une rivière, ce qui m'avait permis de communier avec la nature. J'avais adoré cet autre aspect de l'expérience », ajoute-t-il.

Le spa qu'il possède à Magog compte deux saunas et autant de bains à remous remplis d'une eau très chaude. Été comme hiver, la clientèle de l'entreprise profite de ces équipements avant de s'immerger dans des bassins d'eau froide ou dans le ruisseau Castle, coulant tout près.

« C'est instinctif après le sauna de vouloir se rafraîchir. On a les mêmes sensations que lorsqu'on fait une course quand on reste dans un sauna un certain moment. Par exemple, le rythme cardiaque s'accélère. Et, quand on arrive dans l'eau froide, le phénomène s'accroît. On parle d'une activité cardiovasculaire passive. »

D'ailleurs, Patrick Rake et les spécialistes déconseillent à quiconque a une



LA TRIBUNE, JEAN-FRANÇOIS GAGNON

**Propriétaire du Spa Nordic Station, Patrick Rake est un inconditionnel de la thermothérapie. On l'aperçoit ici sur la rive du ruisseau Castle, qui coule derrière son spa à Magog.**

santé plus fragile de se tourner vers la thermothérapie. Il faut notamment un cœur en forme pour s'adonner à ce genre de pratique.

Selon les lectures et l'expérience de M. Rake, les adeptes de la thermothérapie ont un système immunitaire plus fort, dorment mieux durant la nuit et se sentent habituellement moins tendus.

## Une approche globale

La fondatrice du Spa Eastman, Jocelyna Dubuc, croit également aux vertus de la thermothérapie, présente dans l'offre de son entreprise depuis le début. Elle salue d'ailleurs la montée des spas

nordiques, qui réconcilie d'après elle « les Québécois avec l'hiver ».

Cela dit, le Spa Eastman mise sur une approche plus globale que celle de la majorité de ses concurrents au Canada. « On est un spa de destination, ce qui signifie qu'on a soin de toute la personne, note M<sup>me</sup> Dubuc. On est capable de dessiner des programmes complets pour les gens à risque de développer différents problèmes. On essaie de montrer à nos clients que la santé, c'est plaisant! »

La propriétaire du Spa Eastman insiste sur l'offre de son établissement en matière

de nutrition. L'établissement souhaite faire découvrir à la clientèle qui séjourne en

ses murs des plats à la fois « savoureux, satisfaisants et santé ».

« Contrairement à la pratique de certains établissements aux États-Unis, on n'indique pas le nombre de calories dans chacun de nos plats. C'est le genre de chose qui, moi, me rend rebelle. Mais c'est certain que les repas qu'on sert ne sont pas bourrés d'huile et qu'ils sont bons pour la santé », assure-t-elle.

Pour Jocelyna Dubuc, l'alimentation constitue un élément central si on cherche à vivre en santé. « La majorité des maladies sont au bout de la fourchette », lance-t-elle. M<sup>me</sup> Dubuc soutient que les bienfaits d'un séjour dans un établissement comme le sien sont grands. « Des études ont démontré que sept jours dans un spa destination équivalent à trois semaines de vacances dans un contexte normal. »

Si l'un des buts premiers du Spa Eastman est de permettre à ses clients de se ressourcer pleinement, l'établissement a aussi comme objectif d'amener les gens à modifier leurs habitudes de vie à long terme. Un séjour sur place peut donc servir à amorcer des changements en profondeur à différents égards.

## Le secret infallible pour perdre du poids

Depuis 15 ans, la méthode Bioligne fait ses preuves en Estrie!

### MIEUX se nourrir pour MIEUX maigrir

Venez constater tout ce que nous sommes en mesure de faire pour vous!

Nous avons tous les outils pour vous aider à modifier vos habitudes alimentaires.

• NATUROPATHE DIPLÔMÉE • TEST DE MÉTABOLISME • NUTRITION SANTÉ  
• PROGRAMME PERSONNALISÉ • CONSULTATION PRIVÉE • SUIVI HEBDOMADAIRE

CENTRE  
**NUTRITION SANTÉ**  
BIOLIGNE  
21, rue Morris, Sherbrooke

POUR PLUS D'INFORMATION : **819 821-3646**

CONSULTATION SANS FRAIS

La majorité des assurances collectives remboursent les frais.

Thérèse Lasselle  
Naturopathe diplômée

[www.centrebionline.ca](http://www.centrebionline.ca)

2837294



DR PATRICE ROY • DR PHILIPPE DESCHESNES • DRE ANIK CHAUVETTE  
P O D I A T R E S



- EXAMEN BIOMÉCANIQUE ENFANTS, ADOLESCENTS ET ADULTES
- ORTHÈSES PLANTAIRES SUR MESURE
- OIGNONS ET ORTEILS MARTEAUX
- PIEDS DES SPORTIFS
- ÉPINE DE LENOIR
- CORS ET CALLOSITÉS
- ONGLES INCARNÉS
- VERRUES PLANTAIRES
- PIED DIABÉTIQUE



1135, boul. Jacques-Cartier Nord, Sherbrooke

**819 820-1157**



## LES PRINCIPAUX EXAMENS D'IMAGERIE MÉDICALE

Le médecin vous demande de passer un examen radiologique, un rayon X, une écho, un scan, une fluo, un tep ou une angio. Que veut-il dire? Quel appareil et quel type de rayonnement sera utilisé? Le tableau suivant différencie les examens les plus communs.

MARQUETTE  
**PLATEAU**  
MÉDICO-ESTHÉTIQUE

Dr Jacques Bachand, md    Dre Catherine Corbeil, md

### Traitement des rides

- \*Botox
- \*Teosyal
- \*Canules chirurgicales

NOM DE L'EXAMEN	RADIOGRAPHIE (Rayon X, Rx)	FLUOROSCOPIE	ÉCHOGRAPHIE (Ultrasonographie)
IMAGE OBTENUE			
EXEMPLE DE PATHOLOGIE OU DE CE QUI EST OBSERVÉ	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Fractures</li> <li>&gt; Poumons</li> <li>&gt; Région abdominale</li> <li>&gt; Visualisation des os</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Lavement baryté</li> <li>&gt; Repas baryté</li> <li>&gt; Injection de cortisone</li> <li>&gt; Arthrographie</li> <li>&gt; Infiltration</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Grossesse</li> <li>&gt; Thyroïde</li> <li>&gt; Problèmes de l'appareil Digestif</li> </ul>
TYPE DE RAYONNEMENT	Rayon X	Rayon X Agent de contraste: Iode baryum	Aucun Rayon X (fonctionne par ultrasons)
NOMBRE PAR ANNÉE AU CHUS	156 931	10 884	43 111

## À MES PATIENTS, JE RECOMMANDE LES PROGRAMMES MÉDICO-SPORTIFS DU



**COEUR**

Entraînez-vous en toute sécurité... intervenants avec formation RCR et DEA sur place. Diminuez les risques des récidives en améliorant votre profil lipidique et votre tension artérielle

**OSTÉOPOROSE**

Freinez la progression de la maladie en stimulant la reconstruction osseuse. Profitez de nos exercices adaptés pour bougez sans craintes et réduire les risques de chutes et fractures.

**PARKINSON**

Profitez d'une atmosphère de groupe stimulante pour diminuer vos raideurs, améliorer votre motricité, votre équilibre et votre posture. Préservez votre autonomie plus longtemps!

**CANCER**

Joignez-vous à nos groupes et réappropriiez-vous la vie au-delà du cancer. Une plus grande force physique et mentale vous permettront de mieux surmonter les épreuves.

**PRÉ / POST NATAL**

Maintenez la forme de manière sécuritaire, amusante et efficace durant cette merveilleuse étape. Favorisez le mieux-être pour bébé et maman!

**SCLÉROSE EN PLAQUE**

Laissez-vous emporter par l'énergie positive d'un groupe pour atténuer vos raideurs, améliorer votre motricité, votre équilibre et votre posture. Préservez votre autonomie plus longtemps!

**ARTHRITE / FIBROMYALGIE**

Optez pour des activités adaptées qui réduiront vos douleurs et l'incapacité physique. Un mode de vie actif pour des articulations en santé et une meilleure qualité de vie au quotidien!

**DIABÈTE / GESTION DU POIDS**

Reprenez le contrôle! Retrouvez un poids santé et améliorez votre sensibilité à l'insuline grâce à nos exercices adaptés.

**VIE ACTIVE**

Vous avez 50 ans et plus et désirez bouger dans une ambiance conviviale tout en améliorant votre santé? Le groupe de vie active vous attend!

Nous sommes situés à l'abri des intempéries Place Belvédère, au niveau du stationnement intérieur  
**350, rue Belvédère Sud Sherbrooke**  
**819 569-1625**



MAMMOGRAPHIE	TOMOGRAPHIE AXIALE (Scan, CT-scan, taco)	IMAGERIE PAR RÉSONNANCE MAGNÉTIQUE (IRM)	ANGIOGRAPHIE	SCINTIGRAPHIE (Gamma-caméras)	TEP-SCAN
<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Nodule au sein</li> <li>&gt; Tumeur au sein</li> <li>&gt; Prévention du cancer du sein (femme de 50 ans et +)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Tumeur</li> <li>&gt; Fracture</li> <li>&gt; Neurologie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Déchirures de ligaments, muscles</li> <li>&gt; Problèmes neurologiques</li> <li>&gt; Sclérose en plaques</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Système vasculaire (sauf le cœur)</li> <li>&gt; Blocage au niveau des artères</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Étude squelettique</li> <li>&gt; Étude myocardique</li> <li>&gt; Divers (foie, reins, cerveau, thyroïde, embolie pulmonaire, etc.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Évaluation et suivi de cancer, de démence, de la viabilité myocardique</li> <li>&gt; Sert à la recherche</li> </ul>
Rayon X	Rayon X Agent de contraste: iode	Aucun Rayon X (aimant) Agent de contraste: gadolinium	Rayon X Agent de contraste: iode	Radioisotopes Émetteurs de positrons (rayons gamma)	Radioisotopes Émetteurs de positrons (rayons gamma)
7188	35 631	10 958	6237	29 152	5092

SOURCE: Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke

LÉGENDE: Examens de radiologie Examens de médecine nucléaire

## Au-delà des frontières de l'Estrie

SHERBROOKE — Avec quelque 287 000 examens et évaluations en imagerie médicale au CHUS en 2011-2012, cela peut donner l'impression que pratiquement tous les citoyens de l'Estrie y sont passés. En fait, le parc d'imagerie médicale du

CHUS, qui compte une impressionnante gamme d'appareils ultra-sophistiqués, couvre beaucoup plus large que le territoire de l'Estrie.

Comme on le sait, le CHUS, quatrième établissement de santé le plus important du

Québec, dépasse les frontières de la région pour les services ultra-spécialisés, pour desservir un bassin d'un million de population des régions du Centre-du-Québec et d'une partie de la Montérégie.

— François Gougeon

## UN DIAGNOSTIC PLUS VITE ET PLUS FIABLE

en page S8



### BESOIN DE PERDRE QUELQUES KILOS?

*Votre dernier régime!*

**Ouverture de dossier gratuite!**

Valeur de **40\$**

**Soin d'infrathérapie à 50% de rabais!**

**CENTRE ISABELLE SANTÉ MINCEUR**  
CONSEILLÈRE EN SANTÉ MINCEUR

**Tél. : 819 829-1851**

ISABELLESANTEMINCEUR@HOTMAIL.CA

OUVERTURE DE DOSSIER GRATUITE VALEUR DE 40\$!

## CENTRE THÉRAPEUTIQUE MANON GIROUX

### DIÈTE PROTÉINÉE

PERTE DE POIDS EFFICACE ET SÉCURITAIRE

**Ensemble complet 5 SEMAINES de SUIVIS et CONSULTATIONS**  
*incluant suppléments vitaminiques et protéines!*

**+ 5 SOINS AMINCISSANTS BIOGÉNIE**  
*(zones grasses)*

**+ 10 SÉANCES DE T-ZONE**  
*(élimination des graisses)*

**SPÉCIAL 699\$ (valeur 949\$)**

Sur présentation de cette annonce  
Valide jusqu'au 1<sup>er</sup> novembre 2012  
Une offre par cliente

**1194, rue du Conseil, Sherbrooke**  
**819 823-2498**

# Un diagnostic plus précis grâce à l'imagerie médicale

FRANÇOIS GOUGEON

francois.gougeon@latribune.qc.ca

**SHERBROOKE** — Le développement technologique sans précédent ces 20 dernières années en matière d'imagerie médicale a « définitivement contribué » à l'accroissement de l'espérance de vie dans la population.

« Toute la panoplie d'équipements ultra modernes dont on dispose dans le parc d'imagerie médicale aide à l'établissement d'un diagnostic précoce, plus fiable et donc à l'intervention la plus adéquate face au problème de santé rencontré chez un patient. Cette même technologie permet en outre de vérifier et d'ajuster le traitement en conséquence », résume le Dr Jean Verreault, directeur hospitalier du département de médecine nucléaire et de radiobiologie au CHUS.

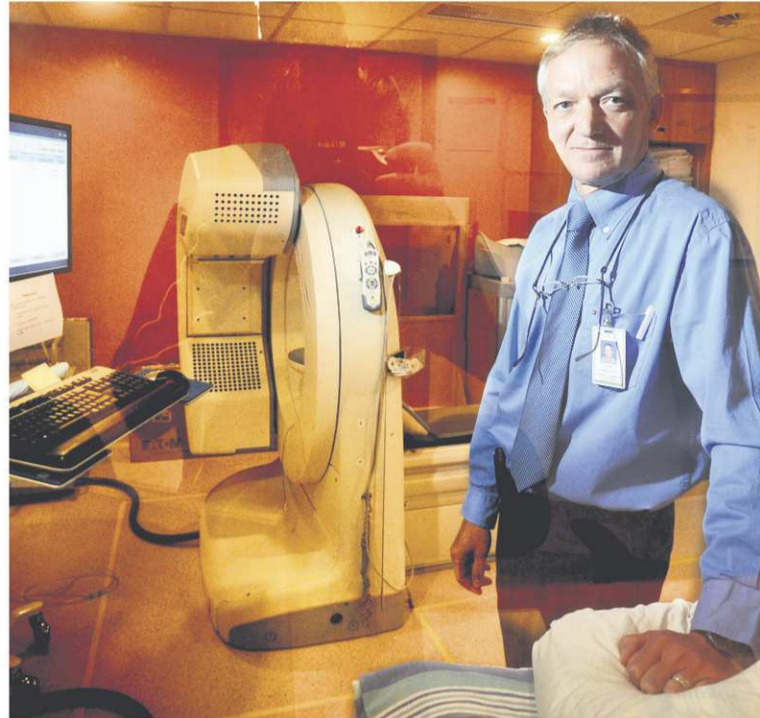
Selon l'information et les images à aller chercher sur l'anatomie des organes et leur fonctionnement, en matière de cancer et de problèmes circulatoires, cardiaques, neurologiques, lombaires et autres, le patient sera soumis à différents examens dont *La Tribune* résume les principaux éléments en page S6 et S7 de ce cahier spécial. Des différentes techniques utilisées pour « lire » l'intérieur du corps et utilisant aussi bien les champs magnétiques, les ultrasons, les rayons lumineux, les rayons X et la radioactivité, le

Dr Verreault reconnaît que cette dernière « préoccupe davantage les patients » que les autres.

« Quand on parle de radioac-

« Toute la panoplie d'équipements ultra modernes dont on dispose dans le parc d'imagerie médicale aide à l'établissement d'un diagnostic précoce. »

tivité, il faut toujours être très prudent, même si les éléments radioactifs font partie intégrante de la vie et se trouvent partout autour de nous. Par exemple, en mangeant une banane, on ingurgite du potassium 40, signale le nucléiste. Aussi, les doses des différents traceurs radioactifs utilisés dans les examens d'imagerie médicale sont évidemment limitées et ce n'est pas dangereux quand on sait s'en servir comme il faut et avec un bon jugement. Il y a même une théorie à laquelle je crois, à l'effet qu'une irradiation à très petite dose serait bénéfique au plan cellulaire, en terme de stimulation. Et avec la radiation, je fais souvent le parallèle avec le soleil: on ne s'y expose



IMACOM, JOCELYN RIENDEAU

**Le directeur hospitalier du département de médecine nucléaire et de radiobiologie au CHUS, le Dr Jean Verreault, voit le spécialiste en imagerie médicale comme un détective qui raffine son enquête pour trouver le bon coupable.**

pas entre midi et 14 h, quand les rayons sont les plus puissants et sans crème solaire sans risquer des conséquences graves, alors qu'un effet de 20 minutes par jour est bénéfique, car le soleil apporte la vitamine D dont on a de besoin. Tout est une question de dosage, d'équilibre.»

En outre, le développement des plates-formes informatiques a fait en sorte qu'on a moins recours aux traceurs radioactifs. « La multiplication des technologies et leur complémentarité permettent en outre une juxtaposition d'images qui donnent des informations très pertinentes,

tout en limitant le recours des traceurs radioactifs », rajoute le Dr Verreault, pour qui ce développement technologique est loin de tirer à sa fin.

## Choisir le bon test

Quant au choix du mode d'imagerie médicale utilisé pour établir un diagnostic, il dépend d'une foule de considérations, comme le contexte particulier du patient, ses antécédents, les symptômes. Le tout est en lien à des investigations de base, comme les analyses sanguines et d'urine. « Le travail du spécialiste en imagerie médicale c'est un peu comme le détective qui raffine son enquête pour trouver le bon coupable », illustre celui qui enseigne également à la Faculté de médecine et des sciences de la santé.

Enfin, les contre-indications des examens tant en radiologie qu'en médecine nucléaire sont très limités. « Il y a des cas, très rares, d'allergie chez des patients pour le produit de contraste induit dans le système ou d'irritation aux reins à l'élimination de ce produit. Autrement, en résonance magnétique, tout objet ferromagnétique, comme des agrafes chirurgicales, peut être dangereux. Mais c'est pourquoi dans le protocole en vue de l'examen diagnostique, le patient est soumis à une série de questions pour éviter tout risque », a aussi informé le Dr Jean Verreault.

## Les

infirmiers  
omnipraticiennes  
psychologues  
ergothérapeutes  
éducatrices

physiothérapeutes  
travailleurs sociaux  
diététistes  
nutritionnistes  
psychoéducateurs

## ont le choix.

## Ils choisissent l'Estrie.

Le réseau de la santé et des services sociaux de l'Estrie,  
décidément à ta hauteur!



Viens voir les emplois disponibles

[WWW.LESTRIETAPPLAUDIT.CA](http://WWW.LESTRIETAPPLAUDIT.CA)

**L'Estrie**  
T'APPLAUDIT !