



Achète ton **journal** sur le
www.sante-education.tg



HEBDOMADAIRE DE PROMOTION DE LA SANTÉ RÉCÉPISSE N° 0284/21/12/05/HAAC

SANTÉÉDUCATION

☎ +228 96 14 97 97 | 91 79 47 07

Santé et Education,
les deux clés du développement

Prix : 1000 F CFA
N° 738 du 04 Octobre 2023

Feuilles de taro : gérer surpoids et ses complications



3

FEUILLLE DE TARO, SUPER ALIMENT



L'hôpital Dogta-Lafiè ouvre
4 nouveaux services

7



Journée Portes Ouvertes
du RONGITO

6



Sang dans la bouche :
causes possibles

4



COMMUNIQUE DE L'OFFICE TOGOLAIS DES RECETTES

Relatif à la dépréciation des valeurs des véhicules de plus de cinq (5) ans d'âge

Dans le souci d'assurer un allègement fiscal sur la mise à la consommation des véhicules en souffrance sous douane, en ces moments de vie chère et afin de décongestionner les parcs autos pour inciter aux nouvelles commandes de fin d'année,

Le Commissaire Général de l'Office Togolais des Recettes (OTR) porte à la connaissance des Opérateurs Economiques qu'il est institué, du 20 septembre au 20 décembre 2023, un taux de dépréciation de 30 % sur les valeurs des véhicules de plus de cinq (05) ans d'âge, conformément aux dispositions de l'article 15 de la loi N° 2018 - 007 du 25 juin 2018 portant Code des Douanes National.

A cet effet, il est demandé à toutes les personnes bénéficiant de la présente mesure de dépréciation de valeur, de faire valoir leur droit au plus tard le 31 décembre 2023 par la liquidation et le paiement effectif des droits dus. Passé cette date, la dépréciation accordée sera automatiquement annulée.

Le Commissaire Général compte sur le civisme fiscal de tous pour l'application correcte de cette mesure.

Fait à Lomé, le 18 septembre 2023

Le Commissaire Général

Signe

Philippe Kokou B. TCHODIE

8201

www.otr.tg

+228 90 99 41 01

FEDERER POUR BATIR
www.otr.tg



COMMUNIQUE DE L'OFFICE TOGOLAIS DES RECETTES

A l'attention des commissionnaires en douane agréés, consignataires, importateurs/exportateurs

Le Commissaire Général de l'Office Togolais des Recettes (OTR) porte à la connaissance des opérateurs économiques qu'à compter du 1^{er} septembre 2023, l'application des Codes de Spécification Tarifaires (CST) pour l'évaluation en douane des marchandises sera étendu à toutes les unités douanières informatisées sur l'ensemble du territoire national.

Par conséquent, la prise en charge de toutes les marchandises soumises aux CST sera effective dans lesdits bureaux.

Le Commissaire Général compte sur le civisme fiscal de tous, pour le respect scrupuleux du présent avis qui sera publié partout où besoin sera.

Fait à Lomé, le 30 août 2023

Le Commissaire Général

Signe

Philippe Kokou B. TCHODIE

8201

www.otr.tg

+228 90 99 41 01

FEDERER POUR BATIR
www.otr.tg

« L'homme malade devient un fardeau à lui-même et aux autres ; fais tout pour garder ta santé. »



Jean-Louis Moré



PHARMACIE DE GARDE DU 02 au 09 Octobre 2023

CENTRE	ASSIVITO, face WATT	91 03 83 83
SANTE	Près de NOPATO	70 44 91 37
OLIVIERS	01, Rue du Rotary club international angle Bd Felix Houphët-Boigny	96 80 09 50
EMMANUEL	637, Av. Duisburg Face MIVIP Kodjoviakopé	90 09 94 03
AVE MARIA	Face ENSF près du CHU Tokoin	99 03 20 12
GBOSSIME	Non loin du marché de Gbossimé sur le Bd de la KARA	92 47 61 21
MAIRIE	Face Mairie	22 21 26 39
ST PAUL	Bd. Jean Paul II	22 61 85 08
LE JOURDAIN	Boulevard Léopold Sédar SENGHOR, face au CEG Tokoin Wuiti	92 38 30 50
HEDZANAWA	Marché HEDZANAWA	22 26 49 61
KOUSSAN	En face du stade de Kégué	90 50 48 12
THERYA	Mangotigomé-Route de la Foire Internationale TOGO 2000	70 44 81 77
J-MIMSHAK	Rue Tchamba 964, à 50m de la base de Satom	92 24 42 70
MAWULE	54 Bd de l'OTI Rond-Point Gakpoto, Bè-Kpota	70 45 91 86
LE PROGRES	Grd contournement, non loin de la Gendarmerie d'AHADZI-Kpota	70 45 86 55
CITE	Bd. du 30 Août	99 08 15 35
BESDA	Adidogomé-Aménopé, Route de Kpalimé	70 42 68 25
CONSEIL	Carrefour du CEG Sagbado Logoté	96 80 21 37
EPIPHANIA	Rue de La Pampa, Carrefour AGBEMADON, ADIDOGOME	70 40 10 52
POINT E	506, rue 129 Aflao Gakli (Kiniti Gomè), à Djidjolé	90 37 45 96
VERTE	Face Ecole du Parti Klikamé	91 98 50 17
DELALI	En face de l'hôpital de Cacavé à 100m de la Cour d'Appel	99 29 13 13
NATION	Face ancien Marché TOTSI	96 80 09 47
LAUS DEO	Rte de Léo 2000, face Clinique Besthesda, Adidoadin	93 00 65 75
VITAFLORE	Agoè Vakpossito à 100 m de la station Shell Agoè Vakpossito	70 40 22 86
MAINA	AVEDJI, non loin de l'Hôpital Source de Vie, à 500m du Carrefour Y	96 80 10 15
ADOUNI	Vakpossito-Logogomé, près du carrefour AISED	97 08 79 79
IRIS	Amadahomé, Imm. Havon, non loin de la station de service CAP	91 68 48 04
NABINE	Sise à Agoè Anomé dit Plateau (Route du Bar Plateau)	98 97 97 96
ADONAI	Face Hôtel la Plantation à Agoè-Nyivé	22 50 04 05
AMEN	Marché Adétikopé, près de l'Eglise Catholique Christ-Roi	97 18 02 02
LE ROCHER	Agoè zongo, sur la route nationale N°1, près du terrain de jeu de golf	99 08 05 01
ZONGO	Togblékopé carrefour Hermann près de la station Sanol Togblékopé	70 49 96 55
LA MAIN DE DIEU	AGOE ASSIYEYE non loin de l'église des Assemblées de Dieu	93 40 21 21
ALTA	AGOE Anonkui Route Mission Tové en face du Centre Culturel Loyola	70 08 46 46
DIVINA GRACIA	Agoè-Fiovi, Rond point Cool Catch (ancien carrefour Bafana-Bafana)	93 83 91 00
ESPACE VIE	Agoè Logopé, face bar Plaisir 2003	99 85 89 07
GANFAT	AGOE DALIKO près du Carf EDEM (CAMP GP)	70 22 15 15
ZOPOMAHE	ZOPOMAHE, à côté de la salle des témoins de Jehovah	98 80 68 83
EL-SALI	Rte Lomé-Kpalimé, Aflao Apédokoè Gbomamé, à 50 m de la quincaillerie MACO	70 12 44 44
MAWUNYO	AGOE-Sogbossito, route de Mission TOVE en face de la station OANDO	70 42 34 64
LA FLAMME D'AMOUR	Sise à Agodéké, route d'Aného	70 45 70 14
LE DESTIN	A côté de l'Agence ECOBANK de Baguida	70 41 15 41
LA PATIENCE	A 300 mètres du CMS (Ayokléfé)	70 05 23 39

Numéros utiles

CHU Sylvanus Olympio
22-21-25-01

CHU Campus
22-25-77-68/22-25-47-39/22-25-78-08

Commissariat central
22-21-28-71

Sûreté Nationale
22-22-21-21

Pompiers
118 ou 22-21-67-06

Gendarmerie (Secours et Assistance)
172 ou 22-22-21-39

Police Secours
117

Pharmacies et Points de vente du journal	Géolocalisation
Kisito	3K
ISIS	Noukafou
la Grace	Agoè stade
Main de Dieu	Agoè Assiyéyé
la Mairie	Mairie
Djidjolé	Djidjolé
Bon Samaritaine	Bè hopital
Bethel	Adidogomé
Ecole	Adidogomé
ALIKUYE Direct	Adidogomé IPG
Eden	Baguida
Verseau	Avepozo
Ave Maria	Entrée chu Tokoin
Bétania	Avedji
Bonté	Sagbado
Dieu Donné	Entreprise de l'union
Zanguéra	Zanguéra
Ets Malibou	Noukafou
Nopegali	Hanoukopé kanal fm
EMNET	Carrefour Bodjona
En face du Stade Dr Kaolo	Tsévié
Auto Ecole Itinéraire	Von plan
Sames com	Noukafou
Boutique victoire Fm	Radio victoire fm
T-Oil Akodessewa	Akodessewa
Cap Kégué	Kégué
Boutique FAO Noukafou	Noukafou
Edi Togo	CEET Assigamé

SANTÉ EDUCATION

Directeur Général
Basile MIGNAKE

Ce journal est publié par l'Agence
de Communication et de
Marketing Social,
SANTE-EDUCATION

Directeur de Publication
Abel OZIH
91 50 20 22

Rédactrice en Chef
Merveille Povi MESSAN

Secrétaire de Rédaction
Raymond DZAKPATA

Journalistes Reporters
Gamé KOKO
Confess ABALO
Jean ELI
William O
Elom AKAKPO

Chroniqueur
Gadiel TSONYADZI

Infographe
Komlan AMEDIN

Imprimerie
Santé Education

Tirage
7000 exemplaires

Distributeur Exclusif
Gérard AFANTODJI

Nous contacter au
04 BP 991 Lomé - TOGO
journalsante@yahoo.fr
santeducation01@gmail.com
www.sante-education.tg

Feuilles de taro : gérer surpoids et ses complications

Les feuilles de taro sont nutritives semblables aux épinards, couramment cultivées dans les régions subtropicales et tropicales. Elles sont riches en vitamines A, C, acide folique et calcium, ainsi qu'en antioxydants qui combattent les maladies. Leur teneur élevée en fibres et leur faible teneur en calories en font un excellent aliment pour combattre le surpoids.



Feuilles de taro, super aliment

Sur le plan nutritionnel, les feuilles de taro sont extrêmement riches en vitamine A, fournissant plus de 100% des besoins quotidiens dans une seule tasse. Ces feuilles sont également riches en vitamine C et en diverses

vitamines B, telles que la thiamine, la riboflavine et le folate. Il y a également des niveaux significatifs de manganèse, de cuivre, de potassium, de fer et de calcium. Une portion de 1 tasse de ces feuilles contient seulement 35 calories, de bonnes quantités de fibres alimentaires, et de faibles niveaux de graisses.

Aider à perdre du poids

Les feuilles de taro sont riches en protéines. Ce qui en fait un excellent choix de régime si on cherche à réduire les graisses et à gagner du muscle. Les feuilles de taro n'ont pas de cholestérol et seulement 1% de matières grasses totales. La fibre dans ces feuilles en fait une excellente option pour les personnes qui veulent traiter leurs problèmes digestifs, ainsi que de réduire leur taux de mauvaises graisses.

Contrôler la pression artérielle

Les feuilles de taro contiennent des oméga 3, un acide gras essentiel qui fournit du matériel aux hormones pour contrôler la contraction et la relaxation

de la paroi des artères. Si ce mécanisme fonctionne bien, la pression artérielle peut être contrôlée à un niveau normal.

Baisser le risque de diabète

Si on souffre de diabète ou on est susceptible d'en souffrir, il est possible de le traiter naturellement avec les feuilles de taro. Elles permettent de maintenir à la normale le niveau de sucre dans le sang. Comestibles, elles apportent les nutriments indispensables pour contrôler le taux de glycémie afin de toujours rester en bonne santé. Par ailleurs, on peut également faire confiance à ce légume pour réduire les problèmes des maladies cardiovasculaires.

Recette : Prendre 4 feuilles de taro et 10 feuilles de « Esrou ». Faire bouillir le tout dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes. Laisser reposer et filtrer. Boire un verre d'eau matin et soir.

Attention : Si elles ne sont pas préparées correctement, ces feuilles peuvent être toxiques.

Santé Plante

Manque de suivi nutritionnel dans les hôpitaux : Interview de Yasmine Zerbo, Nutritionniste diététicienne

« Dans beaucoup de pays africains, il y a un grave problème de diététique. Sur quatre patients hospitalisés deux souffrent de dénutrition hospitalière. La plupart meurt par faute manque de suivi nutritionnel »

La dénutrition est très fréquente chez les malades hospitalisés. Sa prévalence et ses conséquences sont sous-estimées. La dénutrition est en effet un facteur indépendant de morbi-mortalité, responsable de surcoûts hospitaliers importants. Nutritionniste diététicienne, spécialiste de la prise en charge nutritionnelle des maladies chroniques telles que l'hypertension artérielle, l'obésité, le diabète et le cancer, Yasmine Zerbo souligne que l'état nutritionnel, est la composante essentielle de la santé et du bien-être d'une personne hospitalisée. Dans cet entretien, la spécialiste lance un cri de cœur aux autorités africaines afin de sauver les patients hospitalisés du manque de suivi nutritionnel faute de diététiciens.



Yasmine Zerbo, Nutritionniste diététicienne

Santé-Education : Quelle différence y a-t-il entre diététique et nutrition ?

Yasmine Zerbo : La nutrition est vaste. Il y a la nutrition humaine, communautaire et clinique. La diététique c'est la nutrition clinique. Les nutritionnistes eux, ils font l'étude approfondie des aliments. Le diététicien lui c'est le seul professionnel de santé capable de travailler dans les hôpitaux, parce que sa formation est purement clinique. C'est le diététicien qui utilise la table de composition des aliments pour calculer la valeur nutritive des aliments et des menus. C'est le diététicien qui se sert de l'aliment pour composer un menu pour toutes les personnes bien portantes

ou malades. C'est le diététicien qui assure le suivi des personnes malades, des diabétiques des hypertendus, des hémodialysés, des cancéreux. Il s'occupe encore de l'éducation nutritionnelle des personnes bien portantes telles que les enfants, les adolescents, les adultes, les personnes âgées, les femmes enceintes, les femmes allaitantes.

Le diététicien est-il un professionnel indispensable en milieu hospitalier ?

Absolument. Mais malheureusement la diététique n'est pas trop connue dans beaucoup de pays africains parce qu'on ne trouve pas les diététiciens dans les centres hospitaliers. Or les diététiciens sont indispensables dans

les structures hospitalières pour lutter contre la dénutrition hospitalière. Il faut que les ministères en charge de la santé prennent conscience de la dénutrition hospitalière dans les structures hospitalières. On peut constater que beaucoup de patients meurent par manque de soutien nutritionnel. C'est vrai que le traitement médicamenteux joue un grand rôle, mais l'alimentation joue aussi un important rôle.

Qu'est-ce que la dénutrition hospitalière ?

La nutrition hospitalière, c'est faire l'état nutritionnel de chaque patient, composer des régimes, aider la cuisine à composer les menus en fonction des pathologies, s'assurer que la cuisine a respecté les doses. C'est le diététicien qui part ensuite administrer aux patients. Mais dans certaines structures hospitalières, en réanimation par exemple, il y a un grave problème de diététique, les patients souffrent de dénutrition. Au Burkina par exemple, au CHU de Yalgado, en tant que spécialiste en nutrition entérale et parentérale, j'ai proposé un produit local pour lequel j'ai fait ressortir la valeur microbiologique, la valeur physicochimique, la valeur nutritionnelle. Je suis en train de faire l'agrégation pour pouvoir aider les patients. Le diététicien est indispensable dans une structure hospitalière surtout en réanimation pour aider la renutrition des patients sur leur lit.

Pourquoi n'attirez-vous l'attention des autorités sur la situation de manque de diététiciens ?

Jusqu'alors certains Etats ne pensent pas recruter des diététiciens. Je ne sais pas si c'est une négligence, mais j'ai espoir que cela viendra. Malheureusement, on fixe le regard sur la communauté et on oublie l'hôpital ou la clinique. C'est vrai, c'est bon d'aider pour les problèmes communautaires. Mais n'oublions pas aussi qu'en milieu hospitalier, les patients ont aussi besoin de suivi nutritionnel. Franchement, c'est un cri de cœur que je lance aux gouvernements, aux ministères en charge de la santé, d'y penser, de sauver les structures hospitalières en Afrique. Sur quatre patients hospitalisés deux souffrent de dénutrition hospitalière. La plupart meurt par faute de suivi nutritionnel. Le traitement médicamenteux ne suffit pas, il faut encore un suivi nutritionnel.

Quand on dit diététique les gens pensent aux régimes pour maigrir. Qu'en pensez-vous de cela ?

Tout le monde a besoin d'un régime spécifique adapté à la pathologie, adapté à ses choix, adapté à ses préférences en fonction des produits locaux, qu'il s'agisse de personnes bien portantes (enfants, adultes, adolescents, personnes âgées, femmes enceintes, femmes allaitantes) ou malades. Le plus important à retenir c'est de consommer local. Consommons ce qu'on a, consommons bio pour éviter les maladies chroniques et vivre longtemps.

Santé Focus

Urine involontaire : réagir vite

L'action d'uriner involontairement est également connue sous le nom d'énurésie ou d'incontinence nocturne. Lorsqu'une personne en souffre, elle urine involontairement pendant qu'elle dort à un âge où cela ne devrait pas arriver. Cependant, il n'est pas nécessaire qu'elles se produisent spécifiquement la nuit. De plus, pour qu'elle soit considérée comme une maladie, elle doit survenir au moins deux fois par jour pendant au moins trois mois consécutifs chez les enfants de plus de quatre ans. Si c'est le cas, des changements doivent être apportés au mode de vie.



Ne pas banaliser l'urine involontaire

L'action de la miction involontaire n'a pas encore une cause principale bien définie. Toutefois, plusieurs facteurs peuvent jouer un rôle clé dans son apparition : **il s'agit entre autres d'une petite vessie, qui n'est pas assez développée pour retenir l'urine produite, de l'incapacité à reconnaître le remplissage de la vessie autrement dit l'enfant dort profondément et ne se réveille pas lorsque sa vessie est pleine. Cela peut survenir parce que les nerfs qui contrôlent la vessie n'ont pas assez mûri, du manque d'équilibre hormonal, d'une infection des voies urinaires, le besoin d'uriner souvent, l'urine rougeâtre ou rosâtre et la douleur lors des mictions apparaissent également dans ce type d'infection. Il y a aussi l'apnée du sommeil qui est un trouble dans lequel la respiration de l'enfant est interrompue pendant le sommeil. On peut aussi citer la constipation chronique, c'est-à-dire les mêmes muscles sont utilisés pour déféquer que pour uriner. Par conséquent, lorsque la constipation se prolonge avec le temps, ces muscles peuvent présenter un certain dysfonctionnement et contribuer à l'énurésie.**

Cette pathologie est souvent héréditaire, donc si l'un des parents a eu ce problème pendant l'enfance, les chances que leurs enfants l'aient également sont élevées. Enfin, les situations de stress favorisent également l'apparition de l'action d'uriner involontaire chez l'enfant.

Symptômes et complications

L'enfant ou la personne affectée peut ressentir de la honte ou une perte d'estime de soi en raison du problème, il est donc important de les rassurer. De plus, si l'énurésie est due à un problème physique et que le cas n'est pas traité comme il se doit, des complications importantes peuvent survenir. L'enfant peut aussi avoir des éruptions cutanées sur les fesses et les parties génitales s'il dort en sous-vêtements mouillés.

Traitement et précautions

Il est important d'aller à la salle de bain ou aux toilettes à des heures régulières pendant la journée et la nuit pour essayer de prévenir certains aspects de l'énurésie nocturne. Ce problème ne se résout habituellement qu'à mesure que l'enfant grandit. Si ce n'est pas le cas, il faut modifier son mode de vie, par exemple en limitant sa consommation de liquides pendant la soirée. Si la situation n'évolue toujours pas, consulter le médecin pour une prise en charge médicale. En plus de ces mesures, il existe un certain nombre de précautions qui aident à résoudre ce problème : encourager l'enfant à uriner deux fois avant d'aller au lit. Éviter les éruptions cutanées en aidant à rincer les fesses et la région génitale chaque matin. Bien que l'énurésie nocturne soit fréquente chez les enfants et disparaisse avec la maturation, dans certains cas, elle peut persister. Ensuite, il sera nécessaire de consulter un médecin en cas de doute.

Sang dans la bouche : causes possibles

Un matin, l'on constate la présence de sang dans la salive. La vue de ce sang inquiète. Est-ce normal ? Pourquoi ? D'après Dr Jean-Claude Bakpatina, Médecin Généraliste à la clinique « Floréal » à Lomé, médicaments, mauvaise hygiène dentaire, tumeur peuvent être en cause.



Sang dans la bouche, attention

Il arrive à certaines personnes, de constater la présence, même minime, de sang dans la bouche. La présence de sang dans la bouche peut avoir diverses origines.

Une mauvaise hygiène dentaire

Souvent, les saignements spontanés buccaux proviennent d'une inflammation des gencives, qui gonflent, deviennent rouges, parfois accompagnée d'une sensibilité généralisée des dents au chaud et froid. Il s'agit d'une gingivite. Dr Jean-Claude Bakpatina, Médecin Généraliste à la clinique « Floréal » à Lomé montre que « sans brossage quotidien et régulier, les bactéries présentes dans la bouche s'accumulent sur les dents provoquant la plaque dentaire puis le tartre qui s'infiltrent sous les gencives. Les dépôts de tartre proviennent d'une part de la salive et d'autre part, parfois, du sang en cas de saignement gingival. » Se brosser 2 à 3 fois les dents par jour suffit souvent à l'éviter. « Il est important également de faire contrôler les dents 1 à 2 fois/an. Attention : un brossage agressif, trop intense ou trop fréquent peut être aussi une des causes. Utiliser une brosse à dents souple », conseille Dr Jean-Claude Bakpatina, Médecin Généraliste. Une parodontite peut faire suite à une gingivite. Pathologie plus grave, elle affecte les structures plus profondes de la gencive comme les tissus de soutien des dents. Cela peut entraîner une perte des dents.

La présence d'une tumeur

La première des choses à déterminer dans les saignements buccaux est d'observer s'il s'agit bien de sang provenant de la bouche ou s'il apparaît suite à un raclement de gorge ou à un effort de toux. D'après Dr Jean-Claude Bakpatina, si ces saignements persistent dans le temps même de façon minime, il est important de consulter un médecin. Car il peut s'agir d'une pathologie grave comme un cancer de la bouche, des voies aéro-digestives ou des poumons. « En effet, qu'elle soit

bénigne ou maligne, une tumeur au niveau de la cavité buccale, de la langue entraîne souvent des saignements spontanés. L'alcool et surtout le tabac sont les deux principaux facteurs contribuant à l'apparition de tumeurs et notamment de cancers de la bouche. L'association des deux augmentent les risques », avertit-il.

Un effet secondaire à la prise de médicaments

Certains médicaments peuvent augmenter le risque de saignement des gencives. Le médecin généraliste souligne que « les saignements spontanés proviennent des effets secondaires de ces traitements pris à long terme. Il faut en parler au médecin. Car ce peut être un signe de surdosage. Cela peut entraîner des hémorragies importantes ou une anémie chronique ».

Un fort taux d'hormones

Certains états peuvent entraîner des gingivites et des gingivorragies. « C'est le cas lors de perturbations hormonales chez les femmes dans des périodes très spécifiques comme la puberté et la ménopause. C'est également le cas lors de la grossesse où on peut observer des gingivites gravidiques bénignes du fait de l'imprégnation hormonale », fait remarquer le spécialiste.

Une maladie gingivale

« Lorsque les saignements sont fréquents, consultez un dentiste est important pour savoir si vous avez développé une maladie gingivale comme une gingivite ou une parodontite. Ces deux pathologies réclament des soins particuliers », accentue Dr Bakpatina. En effet, le saignement gingival récidivant constitue souvent la manifestation d'une gingivite d'origine bactérienne. Si l'on n'élimine pas cette inflammation, elle conduira lentement mais progressivement vers une parodontite. Celle-ci pouvant entraîner la perte d'attache de la dent.

par William O.

Annonce



Vous aimez consommer du miel? Choisissez le miel de qualité pour la sante «DOOLE». C'est un miel analysé dans un laboratoire universitaire au Togo pour la mise en évidence de son taux de sucre et d'eau. Il est passé par tous les tests physiques pour constater sa qualité. «DOOLE», est produit

dans un environnement sain au cours d'un processus qui respecte les normes professionnelles. Il contient les nutriments et propriétés nécessaires pour la santé «DOOLE», c'est le miel qu'il faut pour vous et toute votre famille. Faites vos commandes.

Tel/WhatsApp : 90 34 44 67



Prenez votre santé en main.
Avec SANTE-EDUCATION,
demeurez informés et
restez en bonne santé

Campagne « Mana Mèssè » dans la Région de la Kara

Plus de 200 patients opérés de la cataracte avec succès au CHR Kara

Plus de 200 patients, pré-identifiés atteints de la cataracte venues des préfectures de la Kozah, Binah, Bassar et Doufelgou ont été opérés au Centre Hospitalier Régional (CHR) Kara-Tomdè. Cette opération chirurgicale qui s'est déroulée du 25 au 28 septembre 2023, est initiée par l'ONG Lumière Divine en partenariat avec le ministère en charge de la santé. Elle a été rendue possible grâce à l'appui technique et financier de Mercy-Ships. Cette campagne s'inscrit dans la troisième phase du projet dénommé « Mana-mèssè » ou « Vue retrouvée ». Cette mission marque la fin des opérations chirurgicales démarrées en 2021 et qui a pour objectif d'opérer la cataracte auprès de 600 personnes dans la région de la Kara.



Attente des patients pour le bloc opératoire



Un patient en train d'être opéré

La cataracte, une opacification du cristallin de l'œil, est l'une des principales causes de cécité évitable dans le monde. Cependant, avec des soins adéquats et un accès à des interventions chirurgicales, la cataracte peut être traitée efficacement. Ainsi cette opération chirurgicale déroulée au CHR Kara, vise à soulager les peines des patients bénéficiaires, issus des milieux ruraux à travers une opération chirurgicale gratuite afin de leur permettre de recouvrer leur vue. Durant quatre jours, l'équipe médicale composée des techniciens supérieurs en ophtalmologie interne de l'ONG Lumière divine accompagnés de leurs collègues du CHR Tomdè, a opéré plus de 200 patients souffrant de la cataracte. Les patients opérés seront suivis pendant deux semaines par les agents de santé communautaires (ASC) et les techniciens de l'ONG pour s'assurer du respect des consignes données en matière de dose des médicaments à prendre et du pansement à faire. Ceux-ci doivent constater aussi l'évolution et le rétablissement des patients.

Processus en quatre étapes

La campagne « Mana Mèssè » Zéro Cataractes est déroulée en quatre étapes cruciales, du dépistage à la phase post-opération. Le processus a commencé par des équipes médicales formées spécialement pour cette campagne, se rendant dans les communautés les plus éloignées pour dépister les patients atteints de cataracte. « Le dépistage est crucial car il permet d'identifier les personnes nécessitant une intervention chirurgicale. Cette initiative vise à détecter et traiter les cas de cataracte, une maladie oculaire courante mais largement sous-diagnostiquée dans la région. Souvent, la cataracte est diagnostiquée tardivement, aggravant ainsi la situation des patients », a expliqué Bill Agblewonou, Secrétaire général de l'ONG Lumière Divine et Directeur de la mission. Les patients dépistés dans leur localité sont ensuite transportés en aller-retour et hébergés au village des accompagnants, qui a été rénové par Mercy-Ships, le temps de la prise en charge chirurgicale. Dans cet hôpital, une équipe de chirurgiens ophtalmologistes, assistés



Test d'acuité visuelle après opération

d'infirmiers spécialisés, prend en charge chaque cas individuellement. Des examens pré-opératoires approfondis ont été réalisés pour assurer la sécurité et l'efficacité des interventions.

Intervention chirurgicale et suivi post-opératoire

Les opérations de cataracte ont été effectuées avec succès, grâce à des techniques modernes et un équipement médical de pointe. Chaque patient a bénéficié d'une attention personnalisée pour minimiser les risques et garantir un rétablissement optimal. Les interventions chirurgicales sont réalisées au bloc opératoire du CHR Kara qui a été renforcé en matériel par Mercy Ships pour une efficacité maximale des opérations. « Après la chirurgie, nous avons mis en place des consultations de suivi régulières pour surveiller la récupération et traiter tout problème éventuel. Cela garantit que les patients récupèrent de manière optimale et peuvent jouir pleinement de leur nouvelle vision. Il est essentiel de s'assurer que les patients récupèrent correctement et qu'il n'y ait pas de complications. Nous fournissons également des kits complets et des conseils post-opératoires pour une guérison complète », a ajouté Bill Agblewonou.

Des vies transformées

L'adhésion des populations à cette opération a été manifeste. Parmi les

Le secrétaire général de Lumière Divine a également exprimé sa reconnaissance au gouvernement et à son partenaire Mercy-Ships qui œuvrent pour le bien-être de la santé de la population togolaise, surtout celle des communautés les plus vulnérables. L'objectif général de ce programme de Mercy Ships est de contribuer à l'amélioration de la couverture, l'accès et la qualité de la chirurgie de la cataracte au Togo. Mercy Ship se propose d'offrir aux populations togolaises une prise en charge gratuite de leur cataracte en accordant la priorité aux patients démunis des localités très peu desservies. La vue est un bien précieux qui a besoin d'être préservée. La cécité, principale maladie de la vue doit faire appel à une forte solidarité. Sa prise en charge est



Patient opéré avec succès

bénéficiaires de cette campagne, Kpaikpai Ayo, 67 ans, a manifesté sa gratitude : « Je ne pouvais pas croire que je pourrais voir à nouveau. C'est un miracle pour moi ». Son témoignage résonne avec celui de Batai, 54 ans, qui a retrouvé son sourire et son indépendance grâce à cette opération. Quant à Koumayi Ankou, retraité, 65 ans, « cette initiative est d'une grande importance dans la vie de chacun de nous qui sommes des bénéficiaires. Je ne peux qu'exprimer toute ma gratitude aux initiateurs. La communauté a besoin de ces genres d'initiatives afin qu'on soit libre et guéri. Que d'autres partenaires suivent les pas de l'ONG Lumière Divine et ses partenaires d'appui ».

un symbole de cohésion sociale. Au Togo, l'enquête de 2014 sur la santé oculaire chez les personnes âgées de 50 ans et plus, estime à 5,6% la prévalence de la cécité dont 64% des causes sont liées à la cataracte. La cataracte est un véritable problème de santé publique avec des répercussions importantes sur le développement socio-économique. Il existe plus de 200 000 cas de cataracte au Togo. Lancée le 4 novembre 2021, la campagne dénommée « Mana-Mèssè » ou « La vue retrouvée » a pour objectif de réaliser gratuitement 2000 opérations de la cataracte du 1er septembre 2021 au 30 septembre 2023.

Journée Portes Ouvertes du RONGITO

VSF-Suisse pour renforcer la sécurité alimentaire et la chaîne de valeur animale

Le Réseau des Organisations Non Gouvernementales Internationales au Togo (RONGITO), créé en janvier 2018, est un regroupement des ONG internationales basées au Togo, qui veut davantage renforcer sa visibilité et ses interventions au Togo. C'est à cet effet que RONGITO a organisé le jeudi 28 Septembre 2023 à Lomé, une journée portes ouvertes (JPO) autour du thème : « Un réseau, une synergie d'actions pour un développement durable et inclusif ». Les travaux ont été ouverts par le Premier Ministre Victoire Tomegah Dogbé. Durant ces JPO, l'ONG Vétérinaires Sans Frontières-Suisse (VSF-Suisse) l'un des membres du réseau, s'est identifiée par ses interventions dans le développement d'activités génératrices de revenus, la gestion des ressources naturelles, la protection de l'environnement, l'élevage et la santé animale.



Le stand de VSF-Suisse lors des JPO

À travers ces journées portes ouvertes, RONGITO veut faire découvrir ses activités, projets membres, perspectives, défis et son plan d'action. C'est aussi une occasion pour échanger avec l'ensemble des acteurs du développement sur un certain nombre de thématiques afin de susciter des réflexions qui contribueront davantage à l'atteinte des Objectifs du Développement Durable (ODD) au Togo.

VSF-Suisse sous les projections de ces JPO

VSF-Suisse accompagne l'Etat Togolais et apporte sa pierre à l'édifice pour l'atteinte des ODD via ses actions entre autres dans le domaine de l'élevage, en particulier l'apiculture et de l'alimentation saine.

Le miel, un secteur de développement

L'ONG Vétérinaires Sans Frontières-Suisse a plutôt choisi de mettre en lumière ses actions en faveur de la promotion de l'apiculture. Voilà 20 ans que le secteur apicole togolais a trouvé sur son chemin l'un de ses meilleurs alliés. Depuis 2002, VSF-Suisse a décidé de faire de la santé animale son cheval de bataille. Au rang de ses nombreuses actions sur le terrain, une se distingue particulièrement : c'est celle qui consiste en la protection de l'environnement au travers de l'élevage des abeilles dans les ruches. Malgré les nombreux défis, les actions de VSF-Suisse pour la promotion de la santé animale au Togo ont engendré des effets positifs sur le bien-être et la résilience des populations vulnérables. Le projet dénommé « Miel d'abeilles

saines et Karité de petits producteurs pour les marchés rémunérateurs et pour une meilleure Gouvernance de la forêt communautaire de Goubi » (MiKaGo) est l'un des projets qui conduit à de changements positifs et durables. Pour Dr Géraud Hellow, Directeur pays de VSF-Suisse, et Secrétaire Général du RONGITO, ce projet veut renforcer le niveau des connaissances des producteurs locaux du miel sur les ruches qu'il faut utiliser pour produire du bon miel et les matériaux pour collecter du karité de qualité. Le projet les a accompagnés aussi à trouver des marchés avec des agrégateurs pour écouler leurs produits et avoir de bons revenus. « L'apiculture, c'est l'une des meilleures filières qui permettent de préserver la forêt. En mettant l'accent sur ce secteur, nous nous rendons compte que mieux l'apiculture est valorisée, mieux nos forêts sont protégées. Nous avons remarqué que la région centrale possède un énorme potentiel en matière de production apicole. Notre intervention sur place c'est pour aider ces populations à abandonner la chasse au miel qui détruit la forêt. En lieu et place, elles savent désormais qu'il faut utiliser des ruches pour pouvoir mieux tirer profit de leur métier », souligne Dr Hellow.

Une alimentation saine

VSF-Suisse s'engage pour une alimentation saine. Elle veut amener les populations à mieux contrôler leur consommation de viande. Cette initiative s'inscrit dans le cadre du projet : « Sécurité alimentaire à base de viande issue de l'entrepreneuriat social (SALVES) » mis en œuvre depuis

janvier 2022, pour renforcer le contrôle des populations sur la viande de petits ruminants. Selon Dr Géraud Hellow, « Pour améliorer la qualité de la viande, surtout celle des petits ruminants, plusieurs actions doivent être menées. Nous recommandons aux autorités de multiplier la construction des abattoirs modernes qui puissent prendre en compte les techniques d'abattage et d'inspection et la santé de tous ceux qui opèrent dans le secteur. Le renforcement des capacités des agents vétérinaires et acteurs qui manipulent la viande depuis l'abattage jusqu'à la consommation ainsi que la sensibilisation à l'endroit des consommateurs doit se poursuivre. »

Veiller à l'hygiène dans les restaurants de rue

Le défaut d'hygiène est observable à tous les niveaux de la préparation et vente des aliments de rue. Les acteurs de ce secteur d'activité ont une connaissance limitée sur les bonnes pratiques d'hygiène. Ce qui expose les consommateurs aux risques de maladies transmissibles par les aliments. Du fait que les services d'hygiène et d'assainissement manquent de ressources pour assurer leur mandat de contrôle et d'éducation à tous les acteurs de l'alimentation de rue, ces risques deviennent de plus en plus importants. En vue de pallier ces situations préoccupantes, VSF-Suisse intervient avec ses partenaires, pour améliorer les pratiques d'hygiène des acteurs de l'alimentation de rue dans les préfectures du Golfe et d'Agoè. A cet effet, des séries de formations axées sur les bonnes pratiques d'hygiène sont

organisées à l'endroit des manipulateurs de denrées alimentaires. Le but est de contribuer à l'amélioration de la consommation de viande saine à Lomé. A l'issue de ces formations, un contrôle et un suivi sont effectués dans les points de vente tenus par ces acteurs. Au bout du processus, ceux qui appliquent les bonnes pratiques d'hygiène reçoivent une certification authentique. Abla Aziadjo, Mère de 3 enfants, restauratrice à Lomé, témoigne du changement suite à la formation sur son restaurant : « Cette formation a eu un impact significatif sur la manière de préparer et vendre les aliments. J'ai renforcé le lavage des mains dans mon restaurant, la propreté des ustensiles de cuisine et éponges. Les techniciens nous visitent fréquemment pour voir si les notions acquises sont respectées. Ce qui m'a émerveillé, j'ai obtenu un certificat de bonnes pratiques en hygiène. A ce jour mon restaurant est propre et les clients sont satisfaits de mes services », at-elle révélé.

Améliorer la chaîne de valeur animale

VSF Suisse intervient avec toute son expérience dans le secteur laitier, afin de renforcer et d'impliquer les femmes dans le processus de création de valeur. L'objectif principal est de renforcer les revenus des ménages de pasteurs, grâce à l'autonomisation des femmes et à l'augmentation de la consommation de produits laitiers comme le wagashi. Par ailleurs, VSF-Suisse et ses partenaires au Togo accompagnent les coopératives de petits agro-éleveurs dans la lutte contre les maladies animales.

L'hôpital Dogta-Lafiè ouvre 4 nouveaux services

Dogta-Lafiè, hôpital de référence niveau 4, a procédé le lundi 11 septembre 2023 à l'ouverture de 4 services. Il s'agit du service d'odontologie équipé d'un laboratoire de prothèse, l'hémodialyse, la cardiologie interventionnelle avec la coronarographie et les blocs de chirurgie (viscérale, traumatologie, et chirurgie générale). Ces services sont équipés de matériels de dernière génération pour la prise en charge des patients.



Un équipement de pointe

L'hôpital Dogta-Lafiè s'ouvre progressivement aux populations par l'installation de ses services. Après des services déjà opérationnels dont l'imagerie médicale, la gynécologie, le service de néonatalogie et de pédiatrie, l'hôpital Dogta-Lafiè étoffe son offre. Cardiologie interventionnelle, blocs de chirurgie traumatologie, viscérale et générale et le service d'hémodialyse sont désormais disponibles pour la prise en charge des patients. « Dogta-Lafiè est le maillon manquant de la chaîne des infrastructures sanitaires du Togo. L'ambition affichée, c'est d'avoir un plateau technique de haut niveau et dernière génération. C'est ce qui est en train d'être respecté. Nous avançons progressivement pour que tous les services soient opérationnels », a déclaré Pr Etienne Ayité, Président du comité médical. « Nous avons acquis des appareils de dernière génération qui vont favoriser le développement de nos activités », renchérit Dr Eyouveï Akata, Directeur médical.

Service de cardiologie interventionnelle

Ce service traite certaines affections (pathologies coronaires et valvulaires, malformations...) par voie endovasculaire,

c'est-à-dire en passant des instruments chirurgicaux miniaturisés à l'intérieur d'une artère ou d'une veine. « Cette technique est très utile car elle permet d'éviter les morts par arrêt ou crise cardiaque. Aujourd'hui, avec cet hôpital, on prend une autre dimension dans la prise en charge des maladies cardiovasculaires. Cette technique représente également un point d'excellence dans la prise en charge de ces maladies en Afrique de l'ouest », Pr Roland N'guetta, Cardiologue interventionnel à l'Institut de Cardiologie d'Abidjan. On peut remarquer dans ce service des équipements de haut niveau entre autres la baie thermodynamique, l'appareil qui permet de diagnostiquer la pression de l'aorte, le rythme du cœur, le taux d'oxygène au niveau du sang, la table d'anesthésie la table de cardiologie intentionnelle. La salle peut accueillir 5 à 10 malades par jour. On réalise 10 examens par jour. Une intervention chirurgicale réussie Dogta-Lafiè a procédé à la première opération chirurgicale sur un patient souffrant d'une maladie des artères. Celui-ci avait des douleurs atroces à la poitrine, une douleur liée à l'effort. Le diagnostic a révélé un rétrécissement d'une de ses artères. L'opération a



Un patient pris en charge

duré 20 minutes. C'était un succès. « Il s'agit de notre première activité de coronarographie dans le bloc de cardiologie interventionnelle. Il s'agit d'un examen qui permet de visualiser les artères du cœur. A partir de l'injection d'un produit de contraste. Cet examen vient augmenter la capacité du Togo en matière de prise en charge des maladies coronaires. Nous avons des équipements de dernière génération qui vont permettre d'explorer les pressions à l'intérieur du cœur », a expliqué Dr. Yaovi Mignazonzon Afassinou, Cardiologue à l'hôpital Dogta-Lafiè. La première maladie qui amène les patients dans ce bloc est la crise cardiaque. **Cette maladie est une course contre la montre. Si rien n'est fait dans les 06 heures qui suivent, le patient peut mourir.**

Service d'odontologie

L'unité dentaire de notre hôpital est dédiée à la prise en charge de la santé bucco-dentaire des patients. L'équipe de dentistes, d'orthodontistes et d'hygiénistes dentaires expérimentés travaille en étroite collaboration pour offrir des soins dentaires de qualité et personnalisés. Ce service est doté d'un laboratoire dentaire hors pair, avec des équipements de dernière génération. Il conçoit, réalise toutes sortes de variétés de prothèses dentaires. « Nous avons entre autres des prothèses amovibles, fixes, en oxyde d'alumine. Ce laboratoire est l'unique dans la sous-région. Nous disposons d'une quarantaine de machines pour la conception et la pose de prothèses dentaires », a souligné Charles Prince Agbodjan, Prothésiste dentaire. Le fait de mettre en place ce laboratoire de dernière génération va nous permettre de faire la célérité. « Lorsque nous voulons

réhabiliter un patient quelconque, nous allons prendre des empreintes numériques à l'aide d'un numériseur optique. Cette empreinte va être automatiquement transférée au niveau du laboratoire. Et dans un délai très court, on aura la prothèse dentaire. Donc un patient qui a besoin d'être réhabilité passe dans ce service. En 3 jour au maximum, il peut avoir sa prothèse », explique Dr Balakeyem Kebina, chirurgien-dentiste, spécialiste en orthodontie.

Le service d'hémodialyse

Il assure le diagnostic et le traitement des maladies des reins et propose des consultations néphrologiques.

Le pôle de chirurgie

Il est aussi dédié à fournir des soins chirurgicaux de qualité aux patients. Recourir à notre pôle de chirurgie offre de nombreux avantages aux patients. Recourir au pôle de chirurgie offre aux patients l'assurance de bénéficier de soins personnalisés, de technologies de pointe, d'une équipe médicale hautement qualifiée et d'un personnel infirmier spécialisé dans les soins périopératoires. Dogta-Lafiè envisage de mettre en place dans quelques mois, une unité de cancérologie où l'on peut réaliser de la radiographie et la scintigraphie. L'équipe médicale de l'Hôpital de référence Dogta-Lafiè est composée de professionnels hautement qualifiés et expérimentés, dédiés à offrir des soins de qualité aux patients. Cette équipe englobe un total de 79 médecins et 288 paramédicaux, dont des infirmiers, des aides-soignants, des techniciens de laboratoire et des agents de radiologie.

par William O.

Santé Actualité

Grossesse à risque : signes d'alerte

Une grossesse à risque peut se manifester dès le début de la grossesse ou tout au long des neuf mois ou encore lors de l'accouchement. Voici les principaux signes annonçant une grossesse à risque.



Attention à une grossesses à risque

Une grossesse est à risque lorsqu'elle présente des risques de complications importantes pour la maman et/ou le fœtus. Il peut s'agir d'un risque d'accouchement prématuré, de fausse couche, de retard de croissance, de malformation fœtale, d'un risque d'hémorragie ou d'embolie pulmonaire chez la maman. La grossesse à risque peut

avoir une ou plusieurs causes, comme un diabète mal contrôlé, des malformations utérines, l'apparition d'hypertension artérielle durant la grossesse.

Une infection vaginale, urinaire ou virale

Pendant la grossesse, toutes les infections doivent être prises au sérieux. En effet,

une infection vaginale ou virale, comme la grippe peuvent entraîner un accouchement prématuré. Il est donc recommandé à la future maman de consulter un médecin. Elle doit aussi faire attention à ne pas développer une infection urinaire en faisant chaque mois un test urinaire en laboratoire. Si elle peut passer inaperçue et être indolore, une infection urinaire peut être là encore source d'accouchement prématuré.

Tension et taux d'albumine élevés

Une tension qui s'élève, des œdèmes et un taux d'albumine qui monte peuvent annoncer une prééclampsie-éclampsie. Si la femme enceinte fait une prééclampsie, elle peut perdre son fœtus mais également mourir. Cette pathologie touche principalement les primipares, c'est-à-dire les femmes enceintes qui accouchent pour la toute première fois et peut survenir au 2^e ou au 3^e trimestre de la grossesse. Il est donc très important de consulter régulièrement la sage-femme ou le gynécologue notamment pour prendre la tension et faire des tests mensuels, dont l'albuminurie. Pour éviter ce genre de risques, outre la visite pré-conceptionnelle qui abordera la santé de la future mère, les antécédents médicaux et familiaux, les conduites addictives et alimentaires, des visites systématiques sont programmées lors de la grossesse avec différents examens pratiqués selon un calendrier très précis.

Prise de poids trop importante

S'il est conseillé de prendre environ entre

9 et 12 kilos pendant la grossesse pour une femme de corpulence moyenne, il faut faire attention à ne pas prendre trop de poids. Si la future maman en prend beaucoup, cela peut signifier qu'elle développe un diabète gestationnel même si elle n'était pas diabétique avant la grossesse. Cette pathologie est un signe d'une grossesse à risque car elle peut entraîner des problèmes sur le développement du fœtus. S'il n'est pas corrigé, ce diabète gestationnel peut prédisposer dans un certain pourcentage un diabète chez la maman 10 à 15 ans après. Le diabète gestationnel doit être recherché chez toute femme enceinte, particulièrement lorsqu'elle est âgée de plus de 35 ans.

Grossesse multiple

Si la majorité des grossesses se déroule normalement, certaines peuvent être risquées dès le début même si la future maman n'a pas de problèmes de santé. C'est notamment le cas des grossesses multiples, qui peuvent entraîner un retard de croissance d'un des fœtus mais aussi un accouchement prématuré. Toute grossesse multiple doit être considérée comme à risque. Le suivi sera plus rapproché, avec une échographie mensuelle, un examen clinique mensuel, puis tous les 15 jours à partir du 6^e mois, un arrêt de travail précoce.

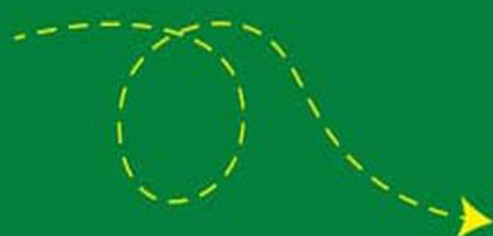
par William O.

Article validé par Dr Dédé Bénédicte Améwoui, Gynécologue Obstétricienne, Responsable de la clinique Group Medical (Lomé)

Santé Maternité



L'APPLICATION PRESTA+ de l'INAM est désormais sur Play Store



**Téléchargez et installez PRESTA+
sur téléphones androïdes et tablettes.**

PRESTA+, votre outil d'aide à :

- La prescription et à la dispensation efficaces des médicaments remboursables par l'assurance maladie
- La consultation des actes remboursables et des centres de soins conventionnés

