

THÈME DU JOUR: POUR BIEN VIEILLIR IL FAUT ASSOCIER UN ENSEMBLE D'ÉLÉMENTS INCONTOURNABLES



Les études scientifiques démontrent que l'activité physique n'a pas seulement un effet bénéfique sur la santé mais également sur les facultés intellectuelles et sociales.

L'exercice est un excellent antidote contre la dépression, le stress, les risques d'obésité, les troubles du sommeil et les maladies chroniques. Il contribue au bien-être et à la qualité de vie de ceux qui le pratiquent.

Avec l'activité physique, les exercices de mémoire ludiques tout comme l'alimentation permettent au cerveau de conserver jeunesse et vivacité.

Il est important de stimuler chaque jour pour entretenir les souvenirs. Le cerveau reste ainsi vif et alerte tout en offrant un moment de détente et de plaisir.

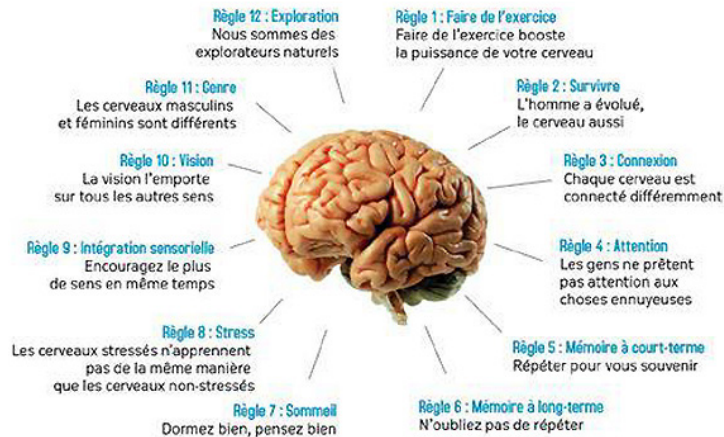
Le plaisir de se nourrir en variant les menus: les épices qui réveilleront vos papilles et ensoleilleront vos plats ! Stimulantes et parfumées, elles renouvellent vos plats les plus classiques en apportant gaieté et fantaisie.



Le plaisir de se retrouver entre amis ou en famille, il est important de favoriser les liens sociaux et de se retrouver souvent autour d'un repas ou lors d'une balade.

Redonner des couleurs aux relations sociales en favorisant les échanges intergénérationnels. Le mélange de générations offre un enrichissement mutuel.

Les 12 règles du cerveau



Service de gériatrie et réadaptation gériatrique

Newsletter Info-GER

«Succès et Distinction dans
l'activité de recherche du Service»

Septembre 2019

www.geriatrie-chuv.ch



LES COLLABORATEURS DU SERVICE DE GÉRIATRIE DU CHUV ONT BRILLÉ DANS PLUSIEURS CONGRÈS

Des posters présentés par l'équipe des soins infirmiers et les collaborateurs du service lors de différents congrès au cours de l'année 2019:

Au congrès 'Fragilité du sujet âgé' organisé à Paris en avril 2019, Carla GOMES, Hélène GIRARD, Rachid AKROUR et Hélène KRIEF ont présenté un poster sur le « *Dépistage des facteurs contributifs à la fragilité chez le sujet âgé* ».

Dans ce même congrès, Hélène GIRARD et Carla GOMES ont aussi présenté un poster sur l'« *Etat confusionnel aigu: optimisation de l'offre en soins infirmiers aux personnes âgées hospitalisée* ».

Rachid AKROUR, Carla GOMES, Catherine COURRET et Annie SAVOIE ont présenté lors du Congrès *International Association of Gerontology and Geriatrics à Göteborg (Suède)* en Mai 2019 un poster sur « *Pressure ulcers prevention in hospitalized older people: from risk detection to caregivers interventions* ».

Marie-Laure SIEGLE, Daniela ALVES, Catherine COURRET et Hélène GIRARD ont présenté un poster sur le « *Dépistage, évaluation et documentation de la douleur chez la personne âgée* » au 2^{ème} Congrès intercantonal « *Les enjeux du vieillissement en Suisse et à l'étranger* » qui a eu lieu à Lausanne le 6 juin 2019.

Les Docteurs Eve RUBLI et Anca STERIE ont présenté au congrès de la Société Suisse de Médecine Interne Générale (SSMIG), qui s'est déroulé en juin dernier à Bâle, les résultats de l'étude Réacom dans le cadre d'un workshop intitulé : « *Discussing cardio-pulmonary resuscitation and goals of care with geriatric patients at their hospitalization* ».

Par ailleurs, la Dre Julia SPALTENSTEIN présentera un poster au congrès de l'*European Geriatric Medicine Society (EUGMS)* en septembre 2019. Son travail de thèse porte sur les facteurs qui favorisent un mode de vie actif en dépit de limitations fonctionnelles chez les personnes âgées vivant à domicile.

La Dre Laïla BARATALI, cheffe de clinique en gériatrie, a obtenu le prix de la meilleure présentation orale pour son travail effectué en médecine interne sous la conduite du Pr. Pedro Marques Vidal et de la Dre Marie Méan, intitulé « *Genes, diet... or bad luck? Impact of dietary and genetic scores on weight gain* » lors du dernier congrès de la SSMI de ce printemps à Bâle.

La thèse de la Dre Linda QUIAIOS portant sur la « *Mesure de l'impact d'un programme de réadaptation précoce en Soins Aigus aux Seniors sur l'orientation à la sortie et sur les trajectoires fonctionnelles du patient: une étude comparative de type avant/après* » a été sélectionnée pour une communication orale à la Journée Annuelle de la Société Française de Gériatrie et Gérontologie qui se déroulera le 26 novembre à Paris.

PUBLICATION :

L'article du Dr Kristof MAJOR vient d'être publié dans la revue scientifique « *Aging Clinical and Experimental Research* ». Le sujet de sa thèse porte sur la prévalence et les stratégies diagnostiques de l'ostéoporose non connue chez des patients âgés en réadaptation.



DES PRIX ET DES FINANCEMENTS POUR LA RECHERCHE :

Kristof MAJOR et Anca STERIE: Projet de recherche sur « *Elaborer une formation continue pour les professionnels* » - Le titre de ce projet de formation est : "Discussing Resuscitation Code Status and Goals of Care with Geriatric Patients: Development and Evaluation of a Training Course for Physicians".

SPHN : *Swiss Personalized Health Network* : ce projet soutenu par le Fonds National Suisse est commun aux cinq hôpitaux universitaires. Il examine dans quelle mesure les informations collectées de manière habituelle à l'hôpital (par ex résultats de laboratoire) peuvent détecter le risque de fragilité. L'objectif est d'identifier précocement la fragilité chez les personnes âgées admises à l'hôpital et, en conséquence, à mieux adapter les soins qui leur sont dispensés.

Senior Friendly Hospital : projet « *Le CHUV, hôpital ami des aînés* » : ce projet social et communautaire a été sélectionné par la fondation. Par des mesures touchant les infrastructures, la prise en charge et les soins, il s'agit de rendre le CHUV adapté et compatible pour les patients des troisième et quatrième âges.

L'équipe de la Chaire de Soins Palliatifs Gériatriques (Dre E. Rubli, Prof. R. Jox, Dre L. Jones, Dre A. Sterié) a obtenu un financement sur 3 ans d'une fondation suisse pour son projet de recherche sur l'« *Impact de la langue sur le réseau social auprès des seniors allophones établis en Suisse romande* ». Ce projet propose d'approcher les enjeux du vieillissement pour les populations allophones en Suisse romande à travers le prisme des relations sociales.



A l'occasion de la Journée Mondiale d'Alzheimer, le CHUV organise des portes ouvertes **le vendredi 20 septembre de 10H00 à 16H30** au 16 chemin de Mont-Paisible, bâtiment sur la cité hospitalière qui rassemble :

- ❖ le Centre Leenaards de la Mémoire (CLM)
- ❖ le Service universitaire de psychiatrie de l'âge avancé (SUPAA),
- ❖ le Service de gériatrie et réadaptation gériatrique (GER)
- ❖ le Laboratoire de recherche en neuro-imagerie (LREN).



De la Mémoire à la Gériatrie en passant par la Psychiatrie et la Neuro-imagerie, venez déambuler dans le bâtiment « MP 16 » et partez à la découverte des activités cliniques et de recherche pratiquées dans ces locaux ainsi que des activités faisant appel aux neuro-technologies.

Venez découvrir le Centre de Gériatrie Ambulatoire et Communautaire (C-GAC). Il a pour but de contribuer à l'amélioration de la prise en charge des personnes âgées vivant dans la communauté et de permettre, à terme, une diminution des hospitalisations ainsi qu'une meilleure orientation des personnes âgées dans le réseau de soins.

Le médecin gériatre se déplace à domicile pour améliorer le dépistage et la prise en charge des syndromes gériatriques associés à un risque accru de morbidité, de déclin fonctionnel et d'hospitalisation et appuyer les médecins traitants dans la prise en charge des personnes âgées avec des besoins complexes.

A 17H30, une conférence publique aura lieu à l'auditoire César-Roux du CHUV (entrée libre). Nous y accueillerons le Prof. Philippe Robert (CHU Nice), la Dre Andrea Brioschi Guevara (CLM) et le Prof. Giovanni Frisoni (HUG, Genève) sur le thème "l'Alzheimer à l'heure de la prévention".