



La Feuille

Le journal de la dialyse

N°29
Novembre 2011

LA GRIPPE

Comme chaque année, novembre arrive accompagné de sa grand amie :
LA GRIPPE.

Frissons, fièvre, courbatures, nez bouché, fatigue... autant de symptômes et de désagréments qu'il est possible de diminuer...voire même d'éviter !!

N'hésitez pas à en discuter avec les infirmières et les médecins.
Et faites vous vacciner !

Et comme le chantait le fameux groupe musical « Fatal Bazooka » :
« La chaire de poule, le nez qui coule...fous ta cagoule »



L'ANEMIE

C' est une anomalie de la formule sanguine qui se traduit par une diminution de l'hémoglobine, des globules rouges et de l'hématocrite. Il y a différentes origines à l'anémie, mais dans le cas de l'insuffisance rénale, elle est principalement liée à une baisse du taux d'érythropoïétine (hormone de croissance).

L'EPO est produite essentiellement par le rein (plus de 90%) et diminue avec la progression de l'insuffisance rénale.

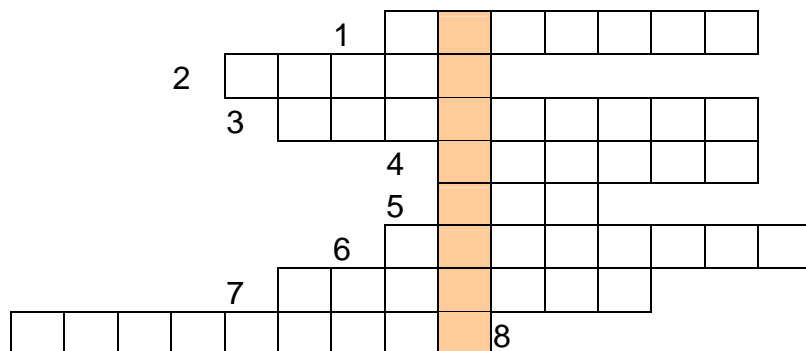
Pour palier à l'anémie nous vous faisons des injections d'EPO et parfois de fer selon les résultats du bilan du mois .

Dans notre centre nous en utilisons 3 sortes :



MEDICAMENTS	INDICATIONS	EFFETS
RECORMON 1 000, 3 000, 5 000, 10 000 UI	Anémie chez le dialysé 1 x /semaine	<ul style="list-style-type: none"> • Erythropoïétine synthétique • Stimule la production des globules rouges au niveau de la moelle osseuse
MIRCERA 30, 50 µg	1x /mois	<ul style="list-style-type: none"> • Activateur de l'érythropoïétine en continu
ARANESP 10, 20, 50 µg	Tous les 15 jours	<ul style="list-style-type: none"> • Erythropoïétine synthétique
FERINJECT 50 mg	Carence en fer	<ul style="list-style-type: none"> • Le fer est principalement utilisé pour la synthèse de l'hémoglobine, la myoglobine (transporteur de l'oxygène dans les tissus musculaires) et des enzymes contenant du fer.

QUI SUIS-JE ????



- 1 – Anastomose réalisée entre une artère et une veine
2 – Élément de référence en début et en fin de dialyse
3/5/8 – Certains constituants des aliments ne sont pas éliminés normalement. Ils peuvent s'accumuler et nuire à la santé. Quels sont-ils ?
4 – Fruit qui contient beaucoup de potassium
6 – Une valeur qui nous indique que vous ne mangez pas assez de protéines
7 – Vitamines que l'on vous donne en fin de dialyse

Recette du gratin de chou de ma grand mère

Ingrédients :

Un chou vert
300 à 350g de chair à saucisse
une grosse cuiller à soupe de farine
300 ml de lait
sel , poivre , muscade en poudre
125g de gruyère râpé



Recette

Prendre un chou vert ,le couper en quartier et le faire cuire à grande eau.
Ensuite l'égoutter et le couper grossièrement. Réserver .
Entre temps faire cuire dans un peu de matière grasse 300 à 350g de chair à saucisse.
Quand celle-ci est cuite ,mettre le chou découpé avec et faire revenir le tout.
Saler ,poivrer à votre convenance. Mettre un peu de muscade en poudre.
Remuer sans cesse avec une cuiller en bois pour ne pas attacher.
Puis mettre une grosse cuiller à soupe de farine et mélanger à nouveau.
Verser dessus 300ml de lait et mélanger encore jusqu'à obtenir une consistance épaisse mais néanmoins un peu liquide. Verser dans un plat à gratin. Parsemer de gruyère râpé
Et passer au grill.

Bon appétit !!



JOYEUX ANNIVERSAIRE !!!!!



Le 22 octobre 1976 était inauguré l'Hôpital de la Tour.
Aujourd'hui l'hôpital fête ses 35 ans !!

HAPPY DAYS !!!!!

Nous souhaitons un joyeux anniversaire à

M SAUTEBIN né le 15 novembre

François né le 13 novembre

Mélinda née le 27 novembre