

Bonsoir à toutes et tous

StomiLyon N°14, 4^e édition du mercredi spécial confinement, déjà ???

Merci à nouveau pour votre soutien, l'IAS du Lyonnais espère que vous et vos proches allez bien. Voici de nouvelles informations utiles et pratiques, pour un confinement efficace et (presque)serein. Ce mercredi, nous parlons des fournisseurs, des médicaments à renouveler, des opticiens...entre autres, et aussi des mesures d'hygiène pour les smartphones et ordinateurs ! L'IAS du Lyonnais vous souhaite une bonne lecture. RV dans quelques jours pour StomiLyon Week-end !

FOURNISSEURS-PRESTATAIRES

Après l'alerte évoquée dans StomiLyon n°13 à propos des livraisons de produits de stomie, voici la suite des réponses avec 2 autres prestataires contactés.

1 - REFERENCE SANTE :

Référence Santé a maintenu son activité auprès des patients sans discontinuité. Afin d'assurer au mieux leur protection, tous leurs Chargés de Clientèle ainsi que les Infirmières Coordinatrices travaillent de leur domicile. Joignables à tout moment, du lundi au vendredi, de 9H00 à 18H00, au **0 800 07 33 70** ou par mail : serviceclients@reference-sante.fr

Toutes les commandes sont traitées quotidiennement et les livraisons assurées, dans les meilleures conditions de sécurité pour le personnel et les destinataires, par leur transporteur.

2 - FSK :

Aucune rupture de stock. FSK assure toutes les livraisons pour les patients. Seuls les délais de livraison sont un peu allongés du fait des transporteurs (4-5 jours environ)

Afin que les colis FSK soient priorisés par les transporteurs, FSK appose un sticker « pharma » ou « matériel médical ». L'équipe du service expédition et toutes les chargées de relation client en télétravail, ont vu leurs effectifs renforcés

Pas de livraison de matériel qui était déjà en rupture ou non délivrable avant le confinement.

LES PHARMACIES DELIVRENT LES MEDICAMENTS MEME AVEC UNE ORDONNANCE PERIMEE

Le gouvernement autorise les pharmacies à renouveler les médicaments pour les personnes suivant un traitement de maladie chronique, même si l'ordonnance de prescription est périmée.

Comment faire ?

Vous présentez simplement votre ordonnance renouvelable expirée.

Et mon médecin ? Inutile de l'informer, en cas de dispensation de médicaments, le pharmacien se chargera d'en informer le médecin.

Jusqu'à quand ? le dispositif est prévu jusqu'au 31 mai

Quelle prise en charge, serais-je remboursé ? Oui les médicaments dispensés même avec une ordonnance périmée, sont pris en charge par les organismes d'assurance maladie, dans les conditions classiques, sous réserve que ces médicaments soient inscrits sur la liste des spécialités remboursables. Le gouvernement précise qu'aucun stupéfiant ne peut être délivré...

Textes de lois et jurisprudence ?

> Arrêté du 13 mars 2020 portant diverses mesures relatives à la lutte contre la propagation du virus covid-19, JO du 14 (Coronavirus - navires de croisière)

> Arrêté du 15/03/2020 complétant l'arrêté du 14/03/2020 portant diverses mesures relatives à la lutte contre la propagation du virus covid-19, JO du 16 (Coronavirus - commerces autorisés à l'ouverture)

JE VEUX SAVOIR SI MES MEDICAMENTS HABITUELS SONT SUSCEPTIBLES D'AGGRAVER LES SYMPTOMES DU COVID19

La consigne pour tout le monde est de ne pas arrêter les traitements des maladies chroniques. N'hésitez pas à en parler à votre médecin traitant, avant toute décision préjudiciable.

Le gouvernement a créé un site internet dédié, avec un simulateur qui permet de vérifier si un

médicament présente le risque potentiel d'aggraver les symptômes du coronavirus Covid-19, ainsi que la marche à suivre selon le cas personnel de chacun:

<https://www.covid19-medicaments.com>

Il est précisé que **ce simulateur en ligne doit être utilisé uniquement en cas de symptômes de Covid-19**, tels que fièvre, fatigue, maux de tête, toux, maux de gorge, courbatures, ou gêne respiratoire.

Que le médicament ait été prescrit par un médecin ou non et qu'il soit pris de façon quotidienne ou occasionnelle, on peut vérifier s'il est susceptible d'aggraver les symptômes du Coronavirus Covid-19 **Retenez que en cas de traitement chronique, il ne faut pas l'arrêter sans avis médical préalable.**

LES OPTICIENS ASSURENT UN SERVICE MINIMUM POUR LES LUNETTES

<https://www.urgenceopticien.fr/> (avec une carte géolocalisable par département)

Les trois syndicats d'opticiens ont instauré un système de garde pour permettre aux Français qui ont perdu ou cassé leurs lunettes d'obtenir une réparation ou un nouvel équipement. Destiné à ceux ou celles qui perdent ou cassent leurs lunettes car seules les demandes urgentes sont satisfaites. Dans ces magasins ouverts **quelques heures par semaine seulement, et uniquement sur rendez-vous**, il est possible de renouveler ses lunettes cassées ou perdues, voire de changer ses verres en cas de baisse de vue importante si une ordonnance spécifiant le caractère urgent est produite.

POUR LES PERSONNES HANDICAPEES, LES AIDANT(E)S ET LES PERSONNELS MEDICO-SOCIAUX FOIRE AUX QUESTIONS du SECRETARIAT D'ETAT CHARGE DES PERSONNES HANDICAPEES

Cette FAQ (Foire aux questions) répond à **TOUTES** les interrogations concernant :

- > les handicapé(e)s et leurs aidant(e)s
- > les professionnels médico-sociaux

Mise à jour **quotidiennement**, la dernière FAQ date d'hier le 21 avril et comporte 46 pages rédigées de manière simple et facile. Bien fait et fort utile en cette période !

<https://handicap.gouv.fr/>

ENTRAIDE POUR NOS SOIGNANTS, UNE LIGNE OUVERTE D'ECOUTE ET DE SOUTIEN POUR LES SOIGNANTS ET AFFILIES

Des thérapeutes et des entreprises bénévoles se sont associés en France, pour créer une ligne ouverte d'écoute et de soutien thérapeutique à destination des professionnels de santé et affiliés **Numéro gratuit 0980 800 600 (24h/24h et 7 jours/7) .**

<https://www.therapeutes-solidaires.fr/>

Ce collectif Thérapeutes solidaires, regroupe des psychologues, sophrologues, assistants sociaux, juristes ...pour :

- une écoute active bienveillante
- un appui et des conseils dans la gestion du stress, des émotions et des dilemmes auxquels chacun doit faire face
- des techniques de relaxation pour évacuer les tensions physiques, mentales et émotionnelles
- favoriser le lâcher prise, le détachement et prendre du recul
- aider à retrouver un état de calme intérieur plus propice au sommeil
- veiller au risque d'épuisement

ENTRAIDE « BlaBlaHelp », utile et gratuite la nouvelle application de BlaBlaCar pour s'entraider entre voisins

Elle permet aux utilisateurs de proposer leur aide bénévolement ou de trouver à proximité des personnes de confiance déjà inscrites sur la plateforme de covoiturage BlaBlaCar, autrement qu'en partageant leur voiture ! Cette nouvelle application gratuite permet aux utilisateurs de :

- > proposer leur aide bénévolement

> de trouver à proximité des personnes de confiance, pour aller chercher des courses de première nécessité ou des médicaments.

Appli à télécharger : Android : <https://t.co/ssOry7k68e>

iOS : <https://t.co/ZBz4vwPbYS> pic.twitter.com/W4jTMg0xxh

MON MASQUE, JE FAIS COMMENT POUR LE METTRE ET L'ENLEVER SANS FAIRE DE BETISE ?

Pour répondre à ces questions, des infographies sont à votre disposition sur le site de France-Info https://www.francetvinfo.fr/sante/maladie/coronavirus/infographies-coronavirus-ce-qu-il-faut-faire-et-ne-pas-faire-avec-votre-masque_3918941.html

Plus simple et plus explicite, je ne vois pas !!

COMMENT DESINFECTER EFFICACEMENT SON TELEPHONE, SA SOURIS ET SON CLAVIER D'ORDINATEUR ?

Bonne question ! Suivez le mode d'emploi du Dr Pierre Parneix, médecin de santé publique et d'hygiène hospitalière au CHU de Bordeaux.

Même si ces objets restent des acteurs secondaires de la propagation, le principal étant les mains, il faut s'assurer de les désinfecter efficacement. Mode d'emploi.

TELEPHONE/SMARTPHONE : le désinfecter une fois chez soi

1. DEBRANCHER LE PORTABLE

2. UTILISER IMPERATIVEMENT UNE LINGETTE MICROFIBRE à usage unique

Eviter les lingettes détergentes, l'essuie-tout ou les mouchoirs en papier, car cela risque de laisser des résidus sur le téléphone

3. NE PAS VAPORISER DIRECTEMENT LE TELEPHONE - NE RIEN FAIRE COULER/GOUTTER

3. UTILISER DE L'ALCOOL A FAIBLE DOSE et surtout JAMAIS PURE (détériore l'écran et les touches)

Seuls produits efficaces pour éliminer le virus et autres microbes : **les produits à base d'alcool modifiée à 70% ou 60%** . Oubliez savon, liquide vaisselle ou produit à vitre

4. DELICATEMENT on frotte et on appuie sur toutes les surfaces à plat

5. COQUE : même procédé (attention au matériau genre cuir...)

6. JETER LES LINGETTES

7. APRES ce nettoyage, il est primordial de se DESINFECTER LES MAINS

CLAVIER ET SOURIS

CLAVIER : lingettes désinfectantes possibles, sinon microfibre.

Attention, un clavier c'est délicat , «les touches s'enfoncent à chaque fois et il faudrait les nettoyer une par une, cela prend du temps», rappelle Pierre Parneix. Malgré cela, on peut tout de même

utiliser une lingette désinfectante pour nettoyer son clavier. Ne **rien faire couler/goutter bien sûr !**

Si ce dernier est partagé avec d'autres personnes, on le nettoie chaque matin, sinon on s'en tient à plusieurs fois par semaine. **Dans cette situation, l'idéal serait même «de le protéger avec un film alimentaire type Scelofrais** , après chaque utilisation», indique le médecin

SOURIS : on peut utiliser cette fois des lingettes désinfectantes plusieurs fois dans la semaine...

C'est fini pour aujourd'hui, bonne fin de semaine ..et surtout...

Restez chez vous et sortez masqué(e)s !

L'IAS du Lyonnais