

# Le Nouveau journal du service de dialyse



## Naissance du n°0

Bonjour à toutes et à tous ! C'est avec plaisir que nous vous annonçons la naissance d'un nouveau journal interne au service de dialyse.

Une petite feuille de chou bien à nous qui se veut d'informer, divertir, créer du lien et donner la parole à ceux qui le souhaitent. Car oui, chacun, patient ou membre de l'équipe soignante, est invité à y participer.

Outre un noyau dur qui en assurera le fonctionnement de base –bonnes volontés motivées, merci de se faire connaître-, c'est vos idées, questions, suggestions, témoignages, dessins, recettes... qui alimenteront ces pages de parution en parution.

On peut aborder les sujets avec sérieux, mais sur un ton léger. Un zeste d'humour est même le bienvenu. Alors, allons-y, osons ! A chacun d'ajouter son grain de sel.



A cet effet, une boîte à idées « grain de sel » est disposée dans le service. D'ailleurs, il est temps de déterminer le nom de notre nouveau venu. Voici les titres suggérés. A chacun correspond un n° que vous pouvez inscrire sur un papier à glisser dans la boîte à idées.

**SOMMAIRE**  
p.1- La une  
p.2-5 La team dialyse  
p.6 Les potins du service  
p.7 Mots à maux  
p.8-9 Dossier sel  
p.10 Rubrique-à-brac  
p. 11-12 Renseignements utiles

1  
LE PETIT  
DIALYSÉ

2  
LE DIALYSÉ  
ENCHAÎNÉ

3  
LE DIALYSÉ  
DÉCHAÎNÉ

4  
LE BRANCHÉ  
DÉCHAINÉ

5  
LE PETIT  
BRANCHÉ

# LA « TEAM » DIALYSE

*Nous passons tous beaucoup de temps dans ce service de dialyse. Même si c'est à reculons que nous nous y rendons, on l'appelle parfois « notre seconde maison».*

*Et une rime au passage ; )*

*Hum, bon...*

*Mais au fait, peut-être n'est-il pas inutile de nous présenter les uns et les autres car oui, nous sommes nombreux à circuler dans ces lieux, à nous croiser de manière plus ou moins régulière.*

Par ordre alphabétique nous rencontrons donc :

- Les **Agents Hospitaliers**, dits ASH (4)
- Les **Aides Soignants Hospitaliers**, dits ASD (9)
- Les **Brancardiers**
- La **Cadre Infirmière** ( euh, 1...)
- Les **diététiciennes**, dites les « diéts » (2)
- Les **Infirmiers**, dits les « Infs » pour les familiers(ou IDE) (25)
- Les **Néphrologues**, dits les « néphros »(4 permanents + quelques-uns de secours )
- Les **Patients** (environ 170)
- Le **Personnel Technique** (qui intervient entre-autre quand les machines se grippent)
- Les **Psychologues** (pour quand c'est notre moral qui se grippe)
- Les **Petites Souris** (Là, c'est pour voir si vous suivez toujours...)
- La **Secrétaire** (encore : « euh, 1... »)
- La **Sophrologue**

*Ouf ! Pour les matheux et accros des chiffres, cela fait au moins... Je vous laisse le soin de calculer !*

*Non ? Bon, à la louche, mais vraiment à la louche parce que cela varie pas mal, plus de 220 personnes qui s'agitent*

*donc de manière plus ou moins visible à nos yeux.*

*Bien sûr, outre les Intérimaires et les Stagiaires, on pourrait étendre la liste à des intervenants qui agissent en « satellite » de la dialyse comme les Ambulanciers, les Accompagnants de certains patients... Mais soyons raisonnables.*

*Par ces temps masqués, difficile parfois de se reconnaître, d'identifier les uns et les autres. Voici quelques éléments pour nous y retrouver un peu.*

- La cadre infirmière se nomme **Mme Gury**
- Les 4 néphrologues permanents sont : **Dr Bellou ; Dr Cridlig ; Dr Fléchon-Meibody ; Dr Panescu**
- La secrétaire, se prénomme **Karine**
- En blouse blanche, nous retrouvons les néphros, la cadre, les diéts, la secrétaire. ( Et pour compliquer un peu : les stagiaires infs, ASH...)
- En blouse blanche et bleue, les infs
- En blouse blanche et orange les ASD
- En blouse kaki-jaune les ASH

En tenue dite « de ville » les patients ...

Pour ceux qui ont la chance de n'être pas hospitalisés et donc par conséquent, contraints de revêtir les fameuses blouses fendues qu'on adore tous !



## Partons à la rencontre de quelques uns des acteurs du service à travers des portraits. Madame Gury se présente elle-même ainsi ;

« Sandrine Gury cadre de santé à la polyclinique de Gentilly (service de dialyse) depuis début août 2021.

J'ai une bonne connaissance de la dialyse puisque auparavant j'ai travaillé à l'ALTIR et à la clinique Louis Pasteur (dialyse).

Mon objectif est de garantir la qualité et la sécurité des soins.

D'autre part, je souhaite développer le partenariat avec d'autres centres qui pratiquent des techniques de dialyse différentes comme la dialyse péritonéale. Force de proposition, j'optimise le fonctionnement du service et je participe aux projets mis en œuvre par l'établissement.

Je suis à l'écoute des patients et souhaite renforcer le lien avec les associations. »

### Et si nous découvriions qui se cache derrière ces tenues et ces masques ?



Sylvaine et Pauline version masquées et non-masquées. Devinez leur profession compte tenu des infos précédentes...



Et ici, qui reconnaissez-vous ?

Petit indice : une personne a déjà apparu dans les photos précédentes...

Autre indice : les initiales des prénoms de nos chères soignantes sont, de gauche à droite : C ; V ; S ...

Et si vous donnez votre langue au chat ... Questionnez les membres de l'équipe ou les autres patients !

# Le Dr Fléchon-Meibody, une des quatre néphrologues vous présente le service de dialyse de la clinique Gentilly

## Le service de Néphrologie, Dialyse et Aphérèse thérapeutique de la polyclinique de Gentilly

Une unité de centre lourd accueillant jusque 80 patients par jour

Deux séances sont assurées quotidiennement, du lundi au samedi.

Ouverture 24h/24 dimanches et jours fériés inclus en cas d'urgence

Installé dans un bâtiment neuf au rez-de-chaussée, il dispose d'un accès direct pour les ambulances, VSL et pour les personnes venant pour une consultation de néphrologie.

Dans un espace entièrement climatisé et adapté aux personnes handicapées, les patients sont installés dans un lit ou un fauteuil adapté. Une collation est proposée pendant la séance de dialyse. La mise à disposition gratuite de la télévision permet aux patients de passer une séance plus agréable.

Les patients peuvent être pris en charge par une diététicienne et peuvent bénéficier d'un entretien avec une psychologue de l'hôpital.

Les horaires sont flexibles, puisque le centre est ouvert 6 jours sur 7 et offre un large panel d'horaires aux patients, favorisant ainsi leur vie personnelle et professionnelle.

L'équipe médicale du service de néphrologie, dialyse et aphérèse thérapeutique composée de quatre médecins: Dr BELLOU Moufida, Dr CRIDLIG Joelle, Dr FLECHON-MEIBODY Fleuria, Dr PANESCU Victor

Les équipes soignantes sont dirigées par notre cadre : Mme Sandrine GURY

L'équipe soignante comprend des infirmières, des aides-soignantes, des diététiciennes et des assistantes sociales.



Le centre offre une prise en charge globale du patient.

Il est spécialisé dans la prise en charge de l'ensemble des maladies rénales :

- Bilan diagnostique et prise en charge des insuffisances rénales aiguës et chroniques
- Bilan diagnostique et prise en charge des maladies auto-immunes et systémiques pouvant toucher les reins (vascularites, lupus...)
- Traitements de suppléance de la fonction rénale :
  - Hémodialyse conventionnelle bientôt hémodiafiltration
  - Auto dialyse assistée
  - Préparation à la transplantation rénale puis suivi des patients greffés rénaux en alternance avec les CHU transplantateurs

## L'hémodilayse conventionnelle

- C'est un traitement qui permet d'éliminer les déchets et les liquides en excès qui s'accumulent dans le sang et dans les tissus corporels suite à l'apparition de l'insuffisance rénale. Cette technique permet d'en éliminer relativement rapidement des quantités importantes. Son principe repose sur l'échange entre le sang de la personne et une solution, le dialysat. L'hémodialyse est utilisée comme thérapie intermittente, c'est-à-dire qu'en règle générale, elle est réalisée trois fois par semaine pendant une durée de trois à cinq heures.
- L'épuration du sang a lieu à l'extérieur de l'organisme grâce à un circuit extracorporel et un « rein artificiel », également appelé dialyseur. Le sang circule depuis l'abord vasculaire du patient vers le dialyseur en passant par la ligne à sang artérielle ; après quoi, il est restitué au patient par la ligne à sang veineuse. Ce processus est régulé et contrôlé par un appareil de dialyse.

Par ailleurs, le service réalise des séances d'aphérèse thérapeutique :

- Rhéophérèse : technique de filtration du sang permettant d'améliorer la micro-circulation sanguine dans certaines maladies comme l'artériopathie oblitérante des

membres inférieurs, le mal perforant diabétique, les calciphylaxies...

- Plasmaphérèse : technique de filtration du sang permettant de retirer rapidement du sang des auto-anticorps et des complexes immuns responsables de certaines maladies auto-immunes, qu'elles touchent les reins, le système nerveux ou encore d'autres organes ou appareils
- Echanges plasmatiques

Dans le cadre du programme MRC : Maladie Rénale Chronique, notre service dispose d'une équipe d'infirmières d'éducation thérapeutique. L'objectif étant de permettre à chaque patient de recevoir des informations précises sur la maladie rénale chronique, pour l'aider à gérer cette maladie et pour le guider dans le choix et dans la réalisation de ses traitements (médicaments, régime particulier, techniques de dialyse, transplantation rénale...).

Les consultations visent à prévenir, diagnostiquer et soigner les maladies des reins et sont assurées par des médecins néphrologues.

5. Le suivi du patient est axé sur la prévention de l'évolution de la maladie rénale, son éducation et son information.

## **LE SAVIEZ-VOUS ?**

Prendre soin de soi, c'est aussi être attentif à ce que l'on ressent.

En tant que dialysés de la clinique, vous avez accès sur demande à des séances de sophrologie.

Cette technique de relaxation est basée sur la respiration et des gestes simples. Elle a pour but de trouver une harmonie par la diminution des angoisses, la gestion de la douleur, la confiance en soi, ainsi que le développement personnel. Permettant ainsi de se sentir au mieux dans son parcours de soins.

Pour bénéficier de ce service inclus (donc gratuit pour vous) dans la prise en charge de l'hémodialyse de Gentilly, vous pouvez en faire la demande auprès d'un des soignants du service.

La sophrologue, Mme Béatrice Obéllianne intervient soit en service au cours des séances de dialyse, soit au cabinet situé 13 rue Blaise Pascal au Centre Saint Jacques.

## Quels néphrologues et pour qui ?

Les quatre néphrologues de la dialyse sont donc (dans l'ordre alphabétique) : Dr Bellou, ; Dr Cridlig ; Dr Meibody-Fléchon ; Dr Panescu

A tour de rôle, ils effectuent les visites en séance sur une semaine entière. Le but étant entre autre une amélioration du suivi des patients et du fonctionnement global interne.

Une proposition de RDV de suivi trimestriel avec le néphrologue de votre choix est faite à chacun pour faire le point sur votre état de santé, poser des questions précises, évoquer des sujets qui vous concernent particulièrement...

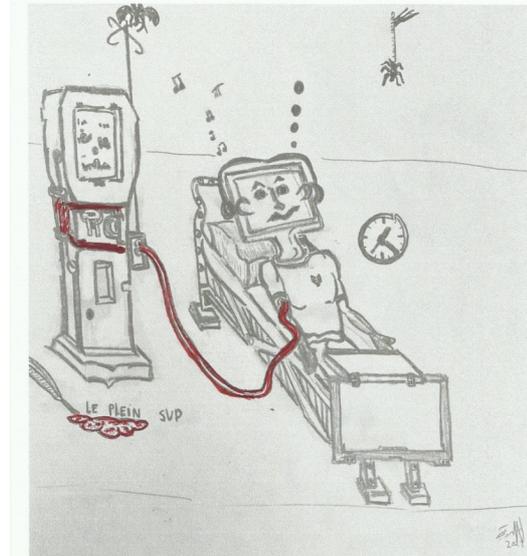
Vous avez probablement rempli un questionnaire relatif à cela dernièrement.

Pour ceux qui souhaitent bénéficier de ce dispositif, une première date de RDV individuel vous sera communiquée par le secrétariat.

En préparation de vos RDV de suivi, n'hésitez pas à dresser une liste de tous les points que vous souhaitez aborder avec votre médecin. Avouez qu'en séance de dialyse, ce n'est pas toujours l'idéal question intimité ; de plus, on manque de temps, les idées ne sont pas toujours très claires sur le moment...

Dans la maladie chronique en particulier, la confiance, la compréhension et l'acceptation des soins sont essentielles. L'équipe médicale doit vous connaître avec toutes vos particularités, vos besoins et attentes personnelles. Pour mieux adapter la prise en charge à la réalité de chacun, les néphrologues vont prendre le temps de vous écouter d'échanger avec vous.

Soyons acteurs de notre santé, nous sommes les premiers concernés ; et en plus, c'est bon pour le moral !



## Le dialysé selon Xavier

### Se distraire en dialyse :

Avouez que la Télévision c'est divertissant, mais que parfois... c'est bien de changer un peu. Non ?

Un système de prêt de documents médiathèque est en train de se mettre en place dans le service et devrait être opérationnel à la rentrée. Livres-audio, livres-papier, revues et CD, pourront ainsi permettre à ceux qui le souhaitent de se distraire agréablement au cours des séances. Une liste des ouvrages disponibles sera consultable pour déterminer votre choix. Tous ces supports offrant un large panel de styles et de sujets. Bien entendu, vous pouvez faire des suggestions qui seront prises en compte dans la mesure du possible. L'essentiel du fond de ces documents provenant de la médiathèque Jules Vernes de Vandoeuvre, vous pouvez consulter le site co-libris du réseau des médiathèques du Grand Nancy pour vous donner des idées et aiguiller vos choix. A noter que tout document emprunté doit être restitué à la fin de la séance mais peut être accessible à la suivante si vous ne l'avez pas fini. Pas d'oubli à la maison, et vous serez assuré(e)s de toujours pouvoir compter sur un passe-temps sympathique sans avoir à trimballer quoi que ce soit en dialyse.

## Le fameux piquage

L'insuffisance rénale (l'IR, pour les intimes ; ça fait branché, surtout pour des dialysés ...), est accompagnée d'un lot de petits et grands maux. Pour les atténuer, si ce n'est les éliminer, il faut déjà apprendre à les cerner, les définir, les nommer.

Mettons donc des mots sur nos maux. « Cela vous chatouille ou ça vous gratouille » ; vous perdez plus vos cheveux depuis que vous êtes en dialyse ; vous avez une dent contre l'état de vos dents ; l'anémie vous rend ras-plat-plat, les crampes vous réveillent la nuit ? ....

Nombre de ces sujets nous concernent, mais ne sont pas des fatalités, surtout si nous en parlons. Alors, justement, parlons-en.

### Prenons celui de la préparation au piquage

(On évoquera prochainement le cas du cathéter et celui du goretex)

Il faut avouer que le piquage de la fistule au branchement n'est pas toujours une

partie de plaisir. Nous ne sommes pas tous égaux, certes, mais il y a des petites choses de base à connaître qui peuvent nous aider. Pour éviter des douleurs inutiles, la dépose de patchs ou crèmes anesthésiants peut s'avérer très efficace. A condition, bien sûr de bien préparer la zone ciblée par nos chers infirmières et infirmiers piqueurs.

Première chose, patch ou crème, bien cibler toute la zone. C'est élémentaire mais primordial.

Si vous utilisez de la crème, niveau quantité, rien ne sert de vider tout le tube (1/3 peut suffire).

Il faut ensuite la recouvrir de pansement. Car oui, c'est bien votre peau qu'il faut anesthésier ; pas vos vêtements ! Vu que les deux petits pansements fournis dans les boîtes de la pharmacie font un peu « chiche », on peut utiliser des grands de type « tégaderm ». (A couper en 2 dans le sens de la longueur si la configuration de votre fistule le permet.)

Dans l'idéal, afin d'optimiser l'efficacité du produit anesthésiant choisi, on le pose 1h avant le piquage. Chez soi ou sur le trajet, pour ceux qui habitent loin du centre, ne pas hésiter à solliciter proches, ambulanciers, utiliser une alarme pour se le rappeler, voire se faire aider (euh, pas l'alarme, évidemment...).

Malgré tout, la douleur peut rester présente chez certains. Source d'appréhension, on l'anticipe, se crispe ; ce qui n'arrange rien. Des solutions ? On se détend, on souffle un bon coup, on détourne son attention en pensant à des choses agréables, on discute avec l'infirmier(ère) ... Et pourquoi pas même se faire un petit massage préventif par-dessus le pansement (attention toutefois à ne pas ôter ce dernier par mégarde).

Surtout, faire confiance à nos chers piqueuses et piqueurs. Ils sont bienveillants et, à priori, ne prennent pas plaisir à nous voir souffrir.



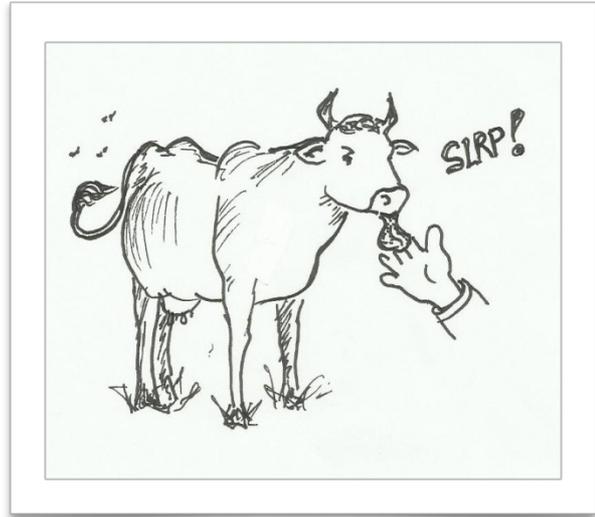
## Le sel ! Ah, le sel !

On l'utilise depuis la nuit des temps (au néolithique, période de sédentarisation de l'homme) pour la conservation des aliments ou comme exhausteur de goût. Il est si important qu'il fut une des premières monnaies d'échange. Soit-dit en passant, sel/salaire, cela vient de là.

Ce fameux minéral d'origine marine, de son petit nom chlorure de sodium ou NaCl, se trouve partout sur terre mais sous différentes formes. On a le sel gemme encore appelé halite (pierre de sel) exploité dans des mines (sel rose de l'Himalaya par exemple), le sel marin ou sel de mer obtenu par évaporation solaire et éolienne dans les marais salants (cocorico pour le sel de Guérande), la saumure qui est une eau chargée en sel que l'on concentre au maximum par évaporation naturelle ou par l'action de la chaleur (le sel est alors dit ignigène ; à vos souhaits ! Enfin, bon, ce n'est pas si compliqué : pensez à ignifugé comme les tissus) –petite remarque au passage : on peut identifier des lieux d'exploitation en France par les noms de Saumure, Château-Salins...- , et pour finir, dans les cendres des végétaux que l'on fait brûler dans les régions du monde dépourvues d'autres sources (comme en Papouasie Nouvelle Guinée).

L'ingéniosité des techniques développées pour accéder à ce fameux minéral révèle son grand intérêt pour l'humain. Mais celui-ci n'est pas le seul à en raffoler. Les animaux aussi ont une certaine appétence pour lui. Tenez, pour exemple : tendez votre main (toujours naturellement un peu « salée ») à une vache sympa, si possible calme et pas trop cornue. Vous verrez, vous aurez droit à un beau léchage rugueux et baveux à souhait. Un délice ! On ne précise pas pour qui... Pour plus de sérieux, depuis sa sédentarisation au néolithique, l'homme pratique l'élevage entre autre pour sa consommation en viande et produits laitiers. Le sel se révèle un excellent conservateur pour les denrées produites ; en outre, il améliore la lactation aussi bien que la croissance des bêtes. Du tout bénéf ! C'est ainsi qu'on met souvent du sel à disposition du bétail (vous avez sans doute

déjà remarqué ces blocs blanc accrochés aux barrières des prairies).



Du côté de la faune sauvage, on n'est pas en reste dans la quête du salé. Des bouquetins évoluent en équilibristes avertis, comme accrochés aux parois bétonnées abruptes des barrages ? Ils ne sont ni perdus ni fous. Ils profitent tout simplement du sel qui s'y trouve en surface. Pas très poétique, mais encore une occasion de révéler les capacités d'adaptation des êtres vivants qui cherchent toujours à tirer le meilleur de leur environnement, artificiel ou pas.

Le rôle du sel dans notre corps ? Alors on a déjà parlé des bénéfices observés par les éleveurs (influence sur la lactation, la croissance). Mais plus globalement, notre petit NaCl tient un rôle primordial dans la transmission des influx nerveux, la contraction musculaire, le fonctionnement des reins, et, ainsi qu'avec son super partenaire le potassium, il assure l'équilibre hydrique de l'organisme. Ça, c'est quand tout va bien. Parce que concrètement, quand les choses se dérèglent au niveau des reins (au hasard, hein), lorsqu'il leur devient impossible de remplir leur rôle d'élimination des excès hydriques et salins par les urines au quotidien, le sel devient un empêchement de tourner en rond. Trop de flotte, trop de sel ... Nos cellules et tissus se mettent à se gonfler

comme des éponges et ont tendance à boire la tasse. C'est le risque d'apparition d'œdèmes (membres, visage, et plus embêtant poumons), d'augmentation de la pression sanguine (volume augmenté dans un même espace, cela crée un surplus de pression), de fatigue du cœur (qui doit pomper plus rapidement le sang). Il devient alors indispensable de limiter nos apports en liquide et en sel dans notre alimentation. Cela dit, même pour la

population générale, les instances de santé telles que l'OMS alertent, depuis un certain temps déjà, sur la consommation excessive en sel dans l'alimentation et ses conséquences délétères sur la santé. Risques cardiovasculaires ... En fait, pour fonctionner normalement, notre corps a besoin de 4g  
Petites astuces :

- Utiliser et abuser d'herbes aromatiques et d'épices
- Saler après cuisson, cela renforce la sensation du salé et donc on en met moins dans l'assiette (gaffe tout de même au type d'ouverture de la salière)
- Rincer abondamment les conserves de légumes
- Eviter les produits industriels
- Lire les étiquettes (avec la fameuse loupe)

Et pourquoi pas faire le test de calculer sur une journée ordinaire ses apports en sel ? Histoire d'évaluer la situation de départ puis d'adapter les choses au mieux.

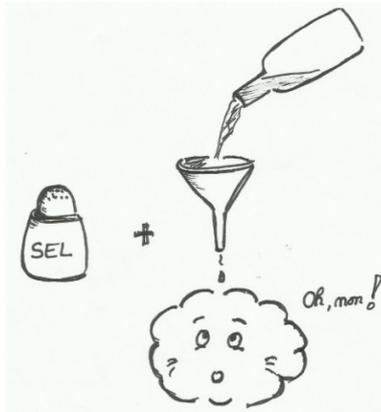
Comme pour tout type de régime, il est difficile de faire « bande à part » et de tenir les bonnes résolutions sur le long cour. Cuisiner des plats communs à toute la tablée aide beaucoup. Sans imposer les choses de manière despotique bien sûr ! Braquer l'entourage en faisant fi de ses goûts et besoins est sans nul doute contre-productif...

Mais courage, le goût s'éduque, on prend de nouvelles habitudes avec le temps. Remanger du jambon après une période d'adaptation peu même devenir une expérience étrange pas toujours agréable (l'impression d'avaler la salière avec ... ).

Les équivalences en sel peuvent être intéressantes à connaître

Ainsi que les aliments à forte teneur en sel (à consommer avec modération, voire à éviter)

Cf fiches de tableaux et listes disponibles dans le service sur demande ou auprès des diététiciens



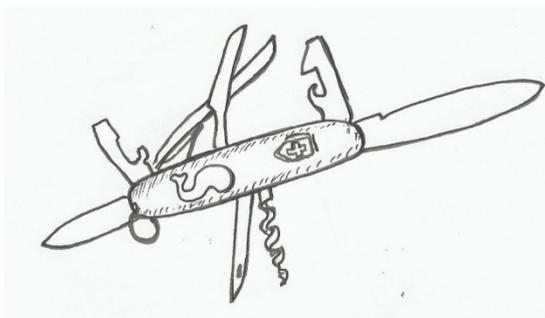
d'apport en sel par jour maximum. Cela va vite pour faire grimper l'addition, surtout si on utilise des produits industriels. Là, on fait littéralement exploser le compteur avec une facilité déconcertante. Comme pour le sucre qu'ils contiennent presque tous, l'utilisation du sel permet la conservation et flatte le goût, mais surtout gonfle artificiellement le poids des produits utilisés. Moins de matière première à fournir donc ; il n'y a pas de petits profits... Si

vous vous amusez à lire les étiquettes (se munir d'une loupe pour décrypter les infos planquées) vous n'aurez plus de doute. La solution pour maîtriser les choses : se mettre aux fourneaux en cuisinant des aliments le moins transformés possible, éviter ceux qui contiennent beaucoup de sel par nature, et en salant à bon escient.

## Le couteau de poche de Claude

« Mon couteau de poche, je le possède depuis de nombreuses années. Il m'a rendu de bons services. Naturellement, je l'entretiens et lui donne une goutte d'huile de vaseline de temps en temps.

Pendant mon service militaire, il a décapsulé de nombreuses canettes de bière pour les copains et moi ; il a ouvert des boîtes de conserves pendant les grandes manœuvres. A la pêche, son dégorgeoir et sa petite paire de ciseaux pour couper mon fil de ligne m'ont bien été utiles. En randonnée, à l'heure du casse-croûte, on a apprécié son tire-bouchon pour ouvrir une bonne bouteille, ainsi que sa lame pour partager la charcuterie avec les copains.



Je le porte dans un étui en cuir à la ceinture pour ne pas le perdre. Parce que rien de tel qu'une poche pour perdre un couteau... de poche. »

Claude, amateur et collectionneur de couteaux.

## France Rein Lorraine en soutien

Cette association, qui fait parti d'un réseau de patients insuffisants rénaux, indépendant et référant en France,- propose son soutien à la dialyse de Gentilly. Depuis un an déjà, Pascal Févotte et Michèle Grandemange (respectivement président France Rein Lorraine, et présidente France Rein Meurthe-et-Moselle) tissent des liens avec l'équipe du service de dialyse. Les rencontres permettent aux uns et aux autres de se découvrir mutuellement, et ainsi, d'établir des échanges constructifs d'informations et d'idées. Ce, pour faire avancer les choses dans l'intérêt de tous, équipe soignante et patients.

Concrètement, c'est entre autre par le biais de France Rein que le système de prêt de documents médiathèque va voir le jour. De même, l'association participe, en collaboration avec l'équipe du service de dialyse à la parution de ce journal.

Comme chacun le sait, comme toute maladie chronique, l'Insuffisance Rénale -et en particulier le traitement par hémodialyse- est très contraignante et impacte tous les domaines de la vie.

Il est important d'être informé(e) et soutenu(e) en tant que patient(e), mais aussi en tant que proche et aidant.

Découvrir, connaître, comprendre ce qui peut se faire en matière de traitements, de recherche... Accéder aux informations concrètes relatives à la qualité de vie. Par exemple avoir des trucs et astuces pour organiser vos séjours à l'extérieur... Car oui, prendre des vacances reste possible, même si cela demande une certaine organisation. Garder le moral et une qualité de vie satisfaisante est un bon moyen pour bien vivre les choses. Et, « Que diable ! », la vie est belle par bien des aspects ; alors, mettons-nous dans des conditions optimales pour l'apprécier...

Avant de conclure ce journal, un grand merci à tous ceux qui y ont participé à leur manière. Claude, Xavier, Mme Gury, Dr Fléchon, Sylvaine, Pauline, Chéryl, Violaine et tant d'autres... Merci à France Rein pour son soutien et à la direction de la clinique pour la validation de ce projet. Et en dernière minute à Dominique pour sa mise en page efficace. N'hésitez pas à participer à votre tour aux prochains numéros !

## Renseignements et coordonnées utiles

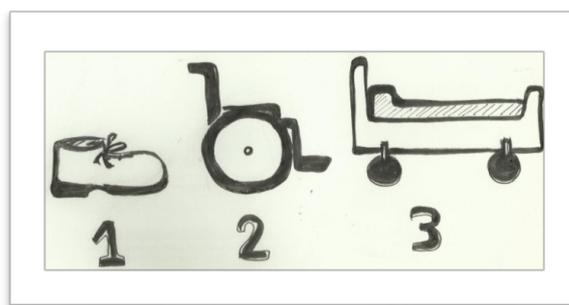
Le service d'hémodialyse est ouvert du Lundi au Samedi de 7 h 00 à 19 h 30.

Un horaire d'accueil est prédéfini pour chaque patient . Se présenter à l'entrée de la dialyse : Soit à 7h15 ou à 7 h 45 pour les séances du matin

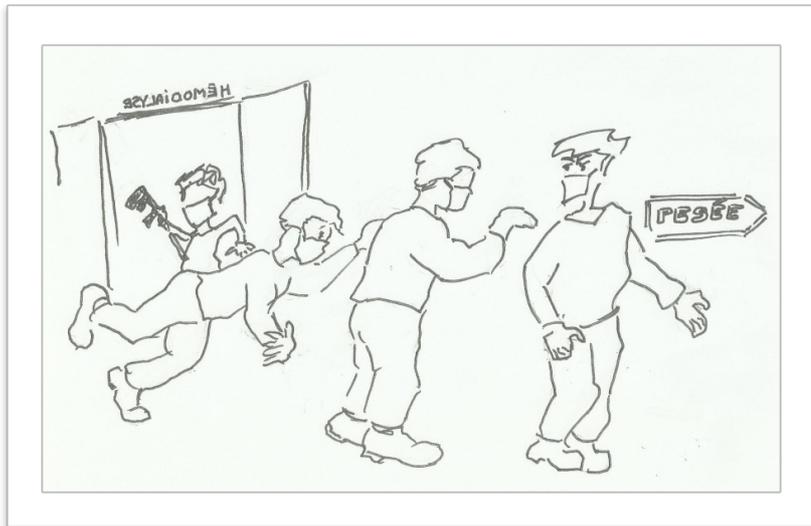
soit à 13 h 45 ou à 14 h 15 pour les séances de l'après-midi.

Un soignant appelle alors nommément chacun pour l'orienter dans son secteur du jour et procéder à la pesée.

L'ordre d'entrée débute invariablement par le balai des piétons, puis suit celui des personnes en fauteuil, pour finir par celui des personnes en brancard.

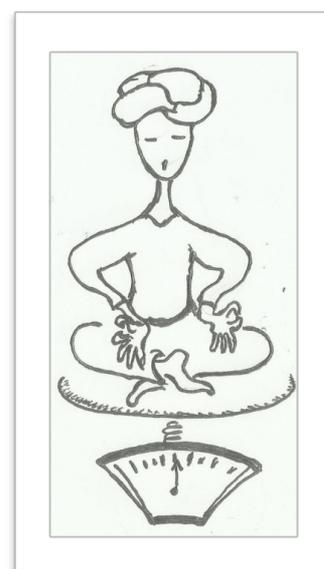


Il est important que chacun respecte son heure et l'ordre d'arrivée, autant pour le travail des soignants que pour les autres patients du service.



Petit rappel : pas la peine de se bousculer à l'entrée du service ! Tout le monde se fera peser et sera branché... Plus les choses se font posément, calmement, mieux c'est pour tout le monde. Soyons zens !

Autre argument et non des moindres : dans le contexte Covid actuel, se marcher dessus n'est pas vraiment recommandé. Une bonne manière d'être égoïste est de ne pas partager ce fameux virus !



## Renseignements et coordonnées utiles

- **EN CAS D'URGENCE**, en dehors de ces horaires (nuits et dimanches), une équipe néphrologue et infirmier(e) est d'astreinte. Il faut téléphoner à l'UPATOU (urgences de la clinique) au **03.83.93.50.03**

Numéros de téléphone :

- Accueil standard Gentilly : 03.83.93.50.00
- Cadre infirmière dialyse : 03.55.68.55.71
- Infirmiers dialyse : 03.83.93.50.27
- Secrétariat dialyse : 03.55.68.55.28
- Secrétariat cabinets médicaux : Dr Cridlig ; Dr Bellou : 03.55.68.55.08 / ou 03.55.68.55.48 ; Dr Meibody-Fléchon ; Dr Panescu : 03.83.96.87.85
- Samu : 15 / Pompiers : 18
- Urgences (UPATOU) : 03.83.93.50.03
- France Rein Lorraine (Association de patients Insuffisants Rénaux) : 07.83.14.06.18 [lorraine@francerein.org](mailto:lorraine@francerein.org)
- Sophrologue : 06.31.21.50.11 ou 03.83.93.58.96 [sophrobea@orange.fr](mailto:sophrobea@orange.fr)

**Adresses :**      **Centre d'hémodialyse - Polyclinique de Gentilly**  
Rue Colette  
54 100 NANCY

**Polyclinique de Gentilly**  
2 rue Marie Marvingt  
54 100 NANCY

**France Rein Lorraine / Meurthe-et-Moselle Altir** (association  
représentée à la clinique)  
19 rue du bois de Champelle  
540500 VANDOEUVRE-LES-NANCY

**Cabinet de sophrologie de Gentilly**  
13 rue Blaise Pascal  
54 320 MAXEVILLE