

**JOURNEES SANITAIRES  
DE TOKOMBERE  
29<sup>ème</sup> EDITION  
Du 10 au 12 janvier 2008**

## **PROGRAMME**

### **THEME : L'Eau source de vie, source de mort**

#### **Jeudi 10 janvier 2008**

15h30 : **Réflexion du personnel de l'hôpital**

#### **Vendredi 11 janvier 2008**

09h00 : accueil des invités

09h30 : ouverture des journées par Monsieur le Sous-Préfet

10h00 : présentation du thème par le Dr Christian

10h45 : 1<sup>er</sup> carrefour :

- quels sont tous les endroits où se trouve de l'eau dans mon quartier ? en saison des pluies et en saison sèche (sans oublier les petits trous où l'eau reste) ?
- quels sont les dangers et les maladies que ces eaux peuvent entraîner chez les enfants et les adultes.

12h30 : fin des travaux

14h30 : reprise des travaux avec le 2<sup>e</sup> carrefour :

**Trois maladies liées à l'eau prioritaires chez nous (le paludisme, l'anémie et la malnutrition) : que faisons-nous contre elles ?**

16h00 : intervention concrète sur ces trois maladies par le Dr Sophie

- que peut-on faire pour éviter et lutter contre le paludisme ?
- comment combattre et prévenir l'anémie de nos petits enfants ?
- comment faire disparaître les malnutritions chez nos enfants ?

17h00 : fin des travaux

#### **Samedi 12 janvier 2008**

09h00 : synthèse des deux carrefours

10h00 : flashes – actualités sur le SIDA

La campagne pour les parasitoses

Information des structures du projet

11h30 : clôture des Journées Sanitaires

- synthèse par le Dr Christian
- clôture par Mr le Sous-Préfet

12h00 : inauguration à l'hôpital du pavillon Docteur G. MAGGI et du Cabinet dentaire, par le Professeur François BEAUFILS professeur à la Faculté de Médecine de Paris et Président de l'Association Tokombéré.

13h00 : pôt de l'amitié au Campement le KIRDI

**ALLOCUTION DE MONSIEUR LE SOUS-PREFET DE  
L'ARRONDISSEMENT DE TOKOMBERE A L'OCCASION DES  
JOURNEES SANITAIRES DE TOKOMBERE  
29<sup>ème</sup> EDITION 2008**

Mrs

- le Maire de la commune rurale de Tokombéré
- les responsables du F M O
- le Directeur de l'hôpital privé de Tokombéré ;
- distinguée Personnalité en l'occurrence François BEAUFILS ;
- les distingués chefs traditionnels ;
- Messieurs les Séminaristes.

Il m'est particulièrement agréable et un insigne honneur de présider pour la deuxième fois consécutive la cérémonie des journées sanitaires de Tokombéré 29<sup>ème</sup> édition 2008.

Permettez moi tout d'abord de vous adresser à vous et à tous ceux qui vous sont chers mes meilleurs vœux de bonheur, santé, prospérité, longévité et réussite sur toute la ligne pour l'année 2008.

Messieurs les séminaristes, je suis très heureux de constater comme par le passé votre présence massive et inconditionnelle aux Journées Sanitaires de Tokombéré, qui pour les organisateurs constituent une pierre angulaire. Ces journées annuelles sont le rendez-vous du donné et du recevoir et des échanges d'idée.

Dans le même ordre d'idée, je voudrais de tout cœur et au nom du Gouvernement adresser mes félicitations au Directeur de l'Hôpital Privé de Tokombéré, le Dr Christian AURENCHE et ses collaborateurs pour les multiples réalisations effectuées dans l'arrondissement.

Je salue également la présence parmi nous de Monsieur François BEAUFILS, Professeur à la Faculté de Médecine de Paris et Président de l'Association Tokombéré.

Chers séminaristes, le thème choisi pour cette année est «l'eau source de vie, source de mort».

Ce thème vous sera présenté et développé par le Dr Christian AURENCHE ; après quoi vous serez appelé à former les ateliers de réflexion durant les deux jours. Je vous invite à une prise de conscience et une participation effective pour qu'à la fin chacune et chacun de vous rentre nanti de connaissance et d'expérience à dispenser auprès de ceux qui vous ont mandaté à ces journées sanitaires de Tokombéré.

Sur ce je déclare ouvert le séminaire sur les Journées Sanitaires de Tokombéré 29<sup>ème</sup> édition 2008.

Vive la République du Cameroun et son illustre Président son Excellence Paul BIYA. Je vous remercie.

## ***PRESENTATION DU THEME par Monsieur Jacques BIRGUEL.***

### **L'Eau, source de vie et source de mort.**

C'est le thème de nos Journées Sanitaires 2008.

S'il m'était demandé de vous poser la question de savoir ce qu'est l'eau pour vous, je suis sûr que la réponse à la question serait : « l'eau, c'est la vie ». Tout le monde sait que la réponse à la question est juste. Cette réponse est valable pour tous les êtres vivants, car nous savons tous que là où il n'y a pas d'eau, il n'y a pas de vie possible, que ce soit pour nous les hommes mais aussi pour les animaux, les insectes, les parasites, les microbes, les plantes. Par contre là où il y a de l'eau, la nature est toujours animée par la vie. Nous n'avons pas besoin de preuves scientifiques compliquées pour le démontrer !

Je voudrais simplement attirer votre attention sur la réponse à la première question : « Pour vous l'eau c'est quoi ? ». Ne répondons pas trop vite à cette question, mais réfléchissons plutôt pour savoir

- de quelle eau s'agit-il ?
- où cette eau se trouve-t-elle ?
- qu'est ce qui se trouve dans cette eau ?
- qu'est ce qui se passe aux alentours de cette eau

Je pense qu'en réfléchissant à ces questions nous pourrions mieux répondre à la question « *qu'est ce que l'eau pour vous ?* »

L'eau est aussi source de mort. Beaucoup de personnes ont subi cette année les dégâts causés par les fortes pluies : des maisons ont été détruites et des gens ont été emportés par l'eau. Si aujourd'hui je demandais à l'assemblée : est-ce que l'eau peut être source de mort ? Je suis sûr que les gens répondraient « oui » ! Mais ce n'est pas de ce type de dégâts que nous allons discuter aujourd'hui.

L'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) nous informe suite à une grande réunion sur l'eau en 2005 que 80% des maladies dont nous souffrons sont transmises par l'eau et par l'environnement dans lequel nous vivons. En comparant ces chiffres de l'OMS avec ceux de l'hôpital de Tokombéré, on se rend compte que la situation est la même chez nous. Dans l'arrondissement de Tokombéré il y a aussi 80% des maladies qui sont transmises par l'eau !

A Tokombéré nous nous sommes plus particulièrement intéressés à une maladie transmise par l'eau : la bilharziose. Nous avons étudié quelle était la fréquence de la bilharziose chez les élèves de 25 écoles de l'arrondissement. Dans certaines écoles plus de 80% des élèves avaient la bilharziose ! La moyenne générale s'élevait à 42%, c'est à dire près d'un élève sur deux ! Devant de tels résultats nous nous sommes dits que nous devons réfléchir à nouveau avec vous sur le thème de l'eau. Nous savons en effet qu'à côté de la bilharziose le nombre de maladies transmises par l'eau est important ; on peut citer :

- les maladies qui causent la diarrhée, le choléra, la dysenterie
- les vers intestinaux,
- le ver de guinée qui n'existe maintenant plus chez nous
- les maladies de la peau
- le trachome
- le paludisme responsable d'anémie
- la poliomyélite quasiment éradiquée grâce à la vaccination
- et la liste n'est pas finie... !

Comment comprendre que cette eau qui est source de vie donne aussi toutes ces maladies sources de mort ?

Pour comprendre que l'eau peut donner aussi bien la vie que la mort il faut réfléchir à la gestion de notre environnement et notre hygiène que ce soit en saison des pluies où l'eau est abondante, ou en saison sèche où l'eau se fait rare.

L'eau qui provient des pluies est propre et sans souillure. En arrivant au sol elle devient souillée par les excréments des animaux et des personnes malades.

L'eau va ensuite aller souiller les plantes, les légumes et les fruits que les animaux ou nous mêmes nous mangeons.

L'eau abondante de la saison des pluies va aller creuser des trous près des maisons qui deviendront des trous plein de parasites, puis l'eau en excès va rejoindre les mayos.

Les animaux vont se contaminer en broutant l'herbe souillée ou en buvant l'eau des mares où vivent les parasites.

Les personnes se contaminent aussi

- en mangeant les légumes et les fruits souillés qui ne sont pas lavés ou mangés crus. En se lavant dans les mayos et dans les mares où l'eau stagne ou en se baignant à l'endroit où les animaux viennent boire: les parasites vont contaminer l'homme en rentrant par la peau. On a l'exemple de la bilharziose et des vers intestinaux.
- en buvant l'eau souillée par les excréments d'un animal ou d'une personne elle-même malade.
- en mangeant la chair parasitée d'un animal qui se sera contaminé en mangeant des aliments souillés.
- en ayant une mauvaise hygiène corporelle et alimentaire
- en habitant près de mares et de flaques où les insectes et les larves d'insectes qui transmettent la maladie vivent.

Par tous ces moyens, l'eau qui était source de vie va devenir source de maladie et de mort. Pourquoi ? Parce que nous n'avons pas su gérer et protéger l'eau, entretenir les sources d'eau dans notre communauté et préserver notre environnement.

Que devons nous faire pour que l'eau qui est source de vie ne devienne pas source de danger et de mort ? Cette question très importante est aussi extrêmement compliquée. Cette question doit être travaillée au sein de chaque communauté pour être comprise, car chaque communauté a un environnement qui lui est propre.

Quelle est l'eau que je bois dans mon quartier avec mes frères et mes voisins ? Est-ce de l'eau tirée d'un puits, d'un forage, d'un mayo, d'une source ?

Que pouvons nous faire pour ne pas souiller cette eau ?

- chacun doit construire ses WC
- il ne faut pas laver les habits tout autour
- il ne faut pas salir les points d'eau
- il faut les nettoyer régulièrement
- les animaux ne doivent pas s'abreuver au point d'eau où l'homme puise son eau
- les outils tels que le seau qui servent à puiser l'eau doivent être propres.

Nous devons aussi veiller à ce que l'eau que nous avons puisée ne soit pas souillée une fois qu'on l'a apporté à la maison, afin de ne pas consommer de l'eau sale.

- il faut nettoyer tous les jours le récipient où est conservé l'eau : canari ou seau.
- il ne faut pas plonger unealebasse ou un récipient sale dans le canari ou le seau où on garde l'eau.
- de la même façon il ne faut pas laisser traîner par terre un récipient qu'on utilise pour puiser l'eau dans le canari où on réserve l'eau.
- les enfants de moins de 10 ans ne doivent pas aller puiser l'eau
- le saré doit être entretenu, régulièrement lavé, les matériels de cuisine lavés et rangés pour être protégés des mouches.

Nous devons protéger l'eau mais aussi protéger nos enfants et nous-mêmes de l'eau et de ses dangers. Pour cela nous devons montrer à l'enfant comment bien utiliser l'eau en les éduquant.

- il faut qu'ils se lavent tous les jours, mais ils ne doivent pas se laver dans les eaux qui stagnent. Ils ne doivent pas souiller l'eau de boisson.
- nous devons boucher les trous autour des maisons où il y a de l'eau qui reste et enlever les herbes autour des maisons où pullulent les moustiques.
- les endroits où nous puisons l'eau pour boire et où nous nous lavons ne doivent pas être accessibles aux animaux.

## 1) Paludisme

Le paludisme est un parasite. Comme tous les parasites il peut seulement vivre dans un autre organisme / être vivant.

Le parasite du paludisme vit soit dans le moustique soit dans l'homme. Quand le moustique pique l'homme, le parasite passe dans le sang de l'homme, il se multiplie dans le sang de l'homme et donne la maladie. Un autre moustique va venir prélever le sang de l'homme où se trouve le parasite et piquer un autre homme qu'il va contaminer, etc... *Dessin d'un cycle du palu figurant l'homme /le moustique/ le palu> panneau 1*

Dans le sang de l'homme, le parasite pénètre dans les globules rouges.

En se multipliant le parasite détruit les globules rouges de l'homme : c'est ce qui donne l'**anémie** et il va se coincer dans les vaisseaux de la tête : c'est ce qui donne le **neuropaludisme** (les convulsions, le coma...)

Pour diminuer la propagation de la maladie il faut donc tuer ou se protéger du moustique et détruire rapidement le parasite dans le sang de l'homme malade.

**Pour tuer le moustique, il faut s'attaquer à là où il habite = à côté de l'eau !**

*Prendre un canari, une assiette, un sac plastique noir, on demandera ce que c'est : réponse un nid à moustique chez vous ! Que faire ? Vider l'assiette, fermer le canari, détruire les sacs plastiques.*

Il y a aussi les mares, les flaques qu'on ne peut pas supprimer : on ne va pas vider les mares.

**Il faut donc aussi se protéger contre les moustiques.** Qu'est ce qu'on peut faire pour cela ?

1) Il faut éviter de laisser les enfants se promener nus à la nuit tombante, acheter des moustiquaires

- combien coûte une moustiquaire ? entre 3000 CFA (moustiquaire simple) et 5000 CFA (moustiquaire imprégnée) combien coûte une hospitalisation en pédiatrie ? minimum 4000 CFA pour les enfants suivis et il y a des enfants qui sont hospitalisés gravement malades, qui doivent être transfusés et qui parfois décèdent!
- savez vous où on peut trouver une moustiquaire ? au marché pour les moustiquaires simples et au CFAS à Maroua = le centre de formation des aides soignants pour les moustiquaires imprégnées.
- savez vous monter une moustiquaire ? *démonstration, consignes pour mettre en place la moustiquaire, la replier le jour...*
- *montrer 2 moustiquaires apparemment semblables et demander quelle est la différence entre les 2 : l'une des 2 est imprégnée, c'est bien plus efficace !*
- si le village s'organise l'hôpital est près à s'engager à aller acheter les moustiquaires à Maroua tous les trimestres, une fois l'argent réuni ; parlez en dans votre village pour vous organiser !

2) Il y a aussi des produits pour mettre sur les maisons : le moustique est attiré par les hommes qui habitent dans la maison. Après avoir piqué, pour se reposer, il se pose sur les murs de la maison imprégnés de produit et il meurt. A Maroua dans les grosses boutiques vous pouvez trouver du « pia pia », un flacon coûte environ 1000 CFA.

**Pour lutter contre le paludisme, on avait dit qu'il fallait se protéger du moustique et détruire rapidement le parasite du paludisme dans le sang de l'homme malade.** C'est pour éviter qu'un moustique vienne prélever ce mauvais sang et parte contaminer un autre homme !

Comment détruire rapidement le parasite dans l'homme ? En se soignant rapidement contre le paludisme : en tuant rapidement le parasite dans l'homme avec les médicaments, on évite qu'un autre moustique vienne prélever ce mauvais sang et qu'il aille piquer une autre personne qu'il contaminera ! *Remonter le dessin du cycle*

Pour bien traiter il faut :

- bien savoir reconnaître la maladie : fièvre, céphalées, courbatures...
- savoir reconnaître un paludisme qui doit être traité à l'hôpital : convulsions, vomissements, coma, anémie
- bien prendre les médicaments : panneau pour expliquer les prises, kits disponibles à l'hôpital et dans les pharmacies de village ; *panneau avec dessin des kits*

## 2) L'anémie

Comment reconnaît-on l'anémie ?

*Panneau avec dessins d'un œil+conjonctive et d'une paume de main* : la conjonctive est pâle, la paume de la main est pâle: on met la paume de sa main à côté de la paume de l'enfant : sa paume est plus pâle que la vôtre; on peut aussi regarder les gencives, la langue...

Il y a aussi des signes d'anémie très grave : l'enfant respire vite, il a du mal à marcher tellement il est fatigué...

A quels moments les enfants font-ils plus d'anémie ? Pendant la saison des pluies car il y a plus de moustiques donc plus de palu, on a vu que le palu donnait l'anémie. Et aussi parce que les enfants mangent souvent mal à cette période et sont plus fatigués.

Quels sont les enfants qui font plus d'anémie ? Les enfants malnutris, les enfants drépanocytaires...

Qu'est ce qu'il faut faire quand l'enfant manque de sang ?

Il faut venir à l'hôpital avec **plusieurs personnes** pour être sûr de pouvoir trouver quelqu'un qui puisse donner du sang à l'enfant.

Pour donner son sang il ne faut pas être malade, ni enceinte, si possible ne pas allaiter, et ne pas être trop âgé. Le médecin fait des tests de dépistage pour l'hépatite et le VIH à la personne qui propose de donner son sang. Vous pouvez demander ces résultats au médecin.

La transfusion coûte 2500 F CFA pour les enfants ; il faut aussi de l'argent pour l'hospitalisation et les examens ! Il faut donc préparer de l'argent !

### Comment éviter l'anémie ?

- il faut bien nourrir son enfant :
  - o diversifier son alimentation dès l'âge de 5 mois : il faut donner à l'enfant de la bouillie à 5 mois, on peut donner des œufs dès l'âge de 8 mois, et de la viande dès l'âge de 10 mois.
  - o il faut lui donner des aliments qui contiennent du fer : la viande, le foie, les abats, le jaune des œufs, le poisson, les légumes secs comme le haricot, le pois, les feuilles...le fer permet de fabriquer le sang/ les globules rouges.
  - o il faut lui donner des fruits, des tomates qui contiennent des vitamines : ça permet au corps d'utiliser le fer pour fabriquer le sang.
  
- il faut se protéger contre le paludisme (éliminer les eaux inutilisées, habiller les enfants, mettre des moustiquaires) et se traiter rapidement contre le paludisme.
- il faut lutter contre les vers intestinaux : éviter que l'enfant se baigne dans les marres et marche pieds nus, laver son enfant tous les jours.

## **3) La malnutrition**

### Comment un enfant devient malnutri ?

Le lait de la mère est le meilleur aliment de l'enfant pendant les 1<sup>ers</sup> mois de la vie ; c'est un aliment propre et un aliment qui contient tout ce qu'il faut pour la croissance de l'enfant ! En particulier le 1er lait qui sort du sein de la mère est la meilleure des choses pour un enfant qui vient de naître ; les mamans croient souvent que c'est du mauvais lait car il est épais et un peu jaune mais c'est un lait en fait très riche ! les mamans qui allaitent doivent aussi veiller à bien manger car si elles mangent mal leur lait sera insuffisant pour nourrir l'enfant ! Elles doivent le dire à leur mari.

Mais les mamans sont souvent fatiguées par les travaux aux champs, la maladie, elles mangent parfois mal, et elles ont souvent des grossesses très rapprochées qui leur prennent beaucoup de force. Rapidement le lait de la mère devient insuffisant il faut donc compléter l'alimentation de l'enfant par d'autres aliments :

- le poisson, les œufs, la viande, le soja pour qu'ils puissent fabriquer des muscles,
- le mil, le maïs, le riz, le sucre pour lui apporter de l'énergie
- des fruits pour les vitamines qui permettent de se protéger des maladies
- attention les racines sont de moins bonne qualité pour la croissance de l'enfant : elles donnent l'impression d'avoir le ventre plein mais contiennent peu de choses pour la croissance !

On peut donc commencer par faire goûter la bouillie enrichie (*recette*) aux enfants dès l'âge de 6 mois avant chaque tétée. Puis au fur et à mesure on introduira d'autres aliments comme les œufs (vers 8 mois) et la viande (vers 10 mois).

Connaissez-vous la recette de la bouillie enrichie ? 1 tasse de mil, ½ tasse de sucre, ½ tasse d'arachide.

Quand la maman introduit d'autres aliments, elle doit être encore plus vigilante à l'hygiène / la propreté de l'enfant. Les aliments qu'elles lui donnent peuvent être sales et l'enfant peut alors faire des graves diarrhées. L'enfant ne mange plus, il se déshydrate et il devient alors fatigué et tombe facilement malade. Pour lutter contre les maladies, l'enfant qui ne mange plus assez va détruire ses propres muscles pour fabriquer de l'énergie.

Il va devenir tout maigre, arrêter de grandir, devenir très malade et très gravement malnutri. La mère doit donc avoir les mains propres quand elle donne à manger à son enfant. Elle doit lui laver les mains avant chaque repas et après chaque repas avec du savon. Chaque maman doit avoir un morceau de savon avec elle, c'est aussi important que d'avoir du mil pour manger ! Elle doit éviter de lui donner de l'eau puisée dans une mare, un mayo ou un puits non protégé. Il faut éloigner l'enfant des lieux où on défèque : il faut lui trouver d'autres endroits pour jouer. Il faut laver les endroits où l'enfant défèque car l'enfant qui marche à 4 pattes risque de se salir les mains et d'attraper des microbes qui lui donneraient la diarrhée ! Si malgré cela l'enfant tombe trop souvent malade, mange mal, la mère doit amener son enfant à l'hôpital

### **Comment reconnaître un enfant qui va devenir malnutri ?**

C'est un enfant qui mange peu, refuse ce qu'on lui propose, fait de la diarrhée, reste toujours fatigué après une maladie ; il ne joue pas, pleure souvent ou très peu, il a du muguet dans la bouche. En PMI on voit qu'il ne prend pas de poids ou que le poids commence à diminuer. Il vaut mieux venir consulter à l'hôpital avant qu'il ne soit trop tard et le médecin verra si on doit hospitaliser l'enfant.

### **Comment reconnaître un enfant malnutri ?**

C'est un enfant qui a des oedèmes, des cheveux roux ou qui ne poussent pas, les côtes très apparentes et un ventre gonflé, avec une grosse tête qu'il n'arrive même plus à tenir, les bras sont tout fins comme des tiges de mil.

Il pleure tout le temps ou ne pleure plus du tout, il ne joue pas, il a de la diarrhée en permanence, des boutons sur la tête et le corps qui ne guérissent pas.

#### *Panneau avec dessin kwashiorkor et marasme*

L'agent de PMI vous conseillera d'aller à l'hôpital pour hospitaliser l'enfant. A l'hôpital on aidera la maman à préparer de la bonne bouillie enrichie et à alimenter l'enfant à l'aide d'une sonde qui va dans l'estomac si il est trop fatigué pour manger. On traitera la diarrhée, les maladies de la peau et les parasites. On verra avec la maman pourquoi son enfant est devenu malnutri et on lui donnera des conseils sur l'alimentation et l'hygiène.

Après, l'enfant sera suivi par l'équipe de pédiatrie. La maman devra revenir pour discuter des problèmes qu'elle rencontre, elle montrera à des mamans comment elle alimente son enfant pour qu'on lui donne des conseils.

## ***SYNTHÈSES DES TRAVAUX EN CARREFOURS***

**Quels sont tous les endroits où se trouve de l'eau dans mon quartier ? en saison des pluies et en saison sèche (sans oublier les petits trous où l'eau reste)**

### **1- en saison des pluies**

Le puits traditionnel  
Le puits moderne du PDRM, CARE  
Le forage  
Les sources  
Le mayo  
Les retenues d'eau et les barrages  
Les flaques d'eau  
Les petits trous  
Les canaris abandonnés  
L'eau de pluie recueillie qui coule sur la tôle

### **2- en saison sèche**

Le puits  
Le forage  
Certains marigots  
Les retenues d'eau et les barrages

**Quels sont les dangers et les maladies que ces eaux peuvent causer chez les enfants et les adultes ?**

### **1- les maladies**

La bilharziose par les baignades  
Le paludisme par les moustiques qui vivent près de l'eau  
Les diarrhées, le choléra, la typhoïde, l'ankylostome, les vers intestinaux et les maux de ventre  
Conjonctivite, Onchocercose le trachome  
Les filaires, le ver de guinée  
La poliomyélite  
Démangeaisons et dermatoses comme la gale  
Otites quand l'eau rentre dans l'oreille de l'enfant  
Les pneumopathies n'ont pas de lien direct avec l'eau

### **2- les dangers**

Les noyades  
Les inondations et les maisons qui s'écroulent  
Erosion du sol  
Destruction des cultures et des plantes

## **Que faisons nous contre le paludisme, l'anémie et la malnutrition ?**

### **1- le paludisme**

Les moustiquaires  
Fermer les chambres  
Vider ou couvrir les récipients autour des maisons  
Couvrir les canaris  
La propreté de la maison, avoir des WC bien entretenus  
Protéger les enfants en les habillant correctement  
Eviter de creuser des trous derrière les maisons et boucher les trous autour du bâtiment  
Nettoyer les herbes autour de la maison  
Eliminer les ordures  
Utiliser les insecticides  
Faire des animations sur le paludisme  
Ne pas prendre les médicaments de la rue , se traiter correctement et aller à l'hôpital

### **2- l'anémie**

Manger les aliments riches en vitamines et avoir une alimentation équilibrée  
Bien cuire les aliments avant de les consommer pour lutter contre les parasitoses  
Lutter contre le paludisme (cf avant) et traiter rapidement le paludisme  
Apprendre aux parents à contrôler la conjonctive de l'enfant

### **3- la malnutrition**

Il faut un grenier de l'enfant  
Manger des aliments riches en vitamines, avoir une alimentation équilibrée et faire des bouillies enrichies à l'enfant  
Respecter les heures de repas  
Aller à la PMI pour suivre les conseils et les séances de bouillie enrichie  
Bien vacciner les enfants  
Planning familial pour éviter le rapprochement des naissances  
Eviter le sevrage brutal  
Bien s'occuper de son champ et bien gérer la récolte, éviter les mauvaises pratiques (consommation excessive de bil bil)

**Flash : Actualités sur le VIH/Sida**  
**(Dr NDONG Jean-Gilbert)**

## **INTRODUCTION**

Nous parlons aujourd'hui d'une maladie atypique ou encore spéciale. Pourquoi ?

1- elle est une des premières causes de mortalité en Afrique au sud du Sahara avec 25 000 000 de personnes infectées de part le monde dont plus de 70% en Afrique.

2- plusieurs millions de morts suite au sida par an

3- au Cameroun le taux de prévalence est de 5.5% avec plus de femmes infectées que d'hommes.

4- elle est considérée comme « maladie de la mort » pour plusieurs personnes

5- plusieurs orphelins dit « orphelins et enfants vulnérables (OEV) » suite aux décès des parents

6- « maladie de la honte » pour d'autres ce qui entraîne des taux très faibles de dépistage dans certaines zones.

7- elle constitue la porte d'entrée pour plusieurs autres maladies telles que la Tuberculose, les diarrhées, la Toxoplasmose, etc...

Mais aujourd'hui nous devons prendre l'engagement selon lequel nous ne nous laisserons pas vaincre par le VIH/SIDA dans nos communautés.

## **COMMENT RENTRE-T-ON EN CONTACT AVEC LE VIRUS ?**

Le VIH/SIDA est transmis par un virus appelé virus de l'immunodéficience acquise (VIH) qui utilise les voies de contamination suivante :

1-la voie sexuelle, qui est de loin la plus nocive.

2-la voie sanguine (lame de rasoir, lame, brosse à dents, transfusion sanguine,...)

3-la voie verticale c'est-à-dire de la mère à l'enfant pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement.

## **HISTOIRE NATURELLE DU VIH : C'est-à-dire une fois dans l'organisme, quel est le devenir de ce virus ?**

Il se multiplie à une vitesse considérable et détruit toutes les barrières de protection de notre organisme représentées par les lymphocytes, en l'occurrence les lymphocytes T4 ou CD4 dans ce cas précis. Ce qui conduit à l'installation de plusieurs maladies dites opportunistes : la Tuberculose, le cancer (Kaposi), la Diarrhée,... Il est important de souligner que le VIH n'est que celui qui permet aux autres maladies de s'installer et de sévir.

Avant l'installation de ces maladies, il y a plusieurs stades c'est pourquoi une fois contaminé l'on peut vivre suivant les organismes plusieurs années parfois jusqu'à 10-15 ans sans symptômes et propager le virus autour de soi soit par ignorance, soit de plein gré d'où l'importance du dépistage et de la sensibilisation.

## **SIGNES FREQUENTS DU SIDA**

Nous nous attarderons ici sur les symptômes les plus fréquents tout en précisant qu'il témoigne d'un état avancé de l'infection et de l'urgence d'une prise en charge. Il s'agit de :

- l'amaigrissement ou perte pondérale
- les diverses affections de la peau ou dermatoses (zona, candidose,...)
- asthénie ou fatigue
- fièvre au long cours
- diarrhée au long cours

Bien entendu tout les patients présentant ces signes ne sont pas forcément des malades atteints de sida.

## **TRAITEMENT**

Beaucoup se pose certainement la question de savoir si il y a un traitement contre le vih ? Comme les maladies chroniques telles que les cancers, le Diabète, l'hypertension artérielle il n'y a pas de traitement qui permette d'éradiquer complètement le mal, de détruire le virus dans l'organisme.

Mais il existe un traitement qui permet de freiner, de stopper la réplication du virus dans l'organisme ,protégeant ainsi notre système immunitaire et permettant de vivre sans problème majeur bien qu'on ait le virus en soi .Ce traitement ce sont les ARV ou antirétroviraux . En plus de ces médicaments on prescrit aux malades des médicaments qui vont prévenir la survenue des infections opportunistes.

## **PREVENTION**

### **INDIVIDUELLE**

- abstinence avant le mariage
- fidélité a son conjoint
- utilisation personnelle de lames, brosse a dents
- utilisation correcte de préservatif

### **COLLECTIVE**

- sensibilisation
- IEC
- dépistage volontaire

### **PTME**

- dépistage systématique pendant la grossesse,
- manœuvre particulière pour éviter la contamination lors de l'accouchement,
- administration d'ARV à la mère et au nouveau né
- sevrage brusque à 4 mois

## ***PRESENTATION DE L' UPEC (Mme RATOUA)***

L'UPEC ou unité de prise en charge est la structure au niveau de l'hôpital qui s'occupe des activités de VIH /SIDA et des PVVS ou patients vivant avec l'infection VIH.

C'est au niveau de cette structure que se font les counselling ou entretien pour préparer le malade à faire une sérologie et à accepter son résultat.

Le test de dépistage coûte 500 FCFA, une fois payé le patient est dirigé au laboratoire pour la prise de sang. Bien entendu tout ceci se fait dans une confidentialité totale. Le patient récupère son résultat à l'UPEC après quelques minutes puisque l'on utilise au laboratoire des tests de diagnostics rapides.

L'autre volet très important des activités de l'UPEC est l'accompagnement des PVVS pour les aider à mieux gérer leur statut , les éduquer pour une prise adaptée des ARV, donner des conseils pour un changement de comportement,...

### **INFOS : (Maison du paysan)**

- tout bénéficiaire n'ayant pas remboursé le mil emprunté doit le faire avant le 20 janvier 2008.
- les jeunes intéressés par le projet Kotraba peuvent déposer leur demande pour la 3<sup>ème</sup> promotion auprès du Responsable de la Maison du Paysan avant le 8 février 2008.
- le congrès des paysans aura lieu du 14 au 15 mars 2008.

**MOT DE CLOTURE DES JOURNEES SANITAIRES DE TOKOMBERE**  
**29<sup>ème</sup> EDITION PAR CHRISTIAN AURENCHE.**

C'est très important pour nous de pouvoir compter sur les autorités traditionnelles et administratives pour poursuivre notre travail. Donc je les remercie. Comme je l'ai dit, le Sous-préfet s'est excusé parce qu'il avait besoin de partir et son adjointe avait autre chose ce matin, et elle a voulu venir quand même. Donc je les remercie. Ce que je souhaite, c'est aussi vous remercier tous d'être venu de toutes nos montagnes. Comme nous l'a dit Prosper, pas les montagnes de la maladie mais les montagnes de nos habitations.

Je vous remercie tous et en particulier, la délégation Plateau, qui sont venus très nombreux. D'habitude ils ne viennent pas très nombreux. Et c'est bien qu'ils soient présents et on écouterait leurs doléances toute à l'heure. Et j'ai vu également que les gens qui nous posent les problèmes, nos frères Moloko qui sont très loin d'ici et ne viennent pas souvent, ont été prévenus par les agents itinérants et sont nombreux à venir.

Nous sommes 1200 à cette réunion comme responsables villageois de la santé, bénévoles, un travail qui n'existe nulle part ailleurs. Je vous remercie d'avoir participé à tout ce travail et entendu dire beaucoup de choses.

Comme vous l'avez remarqué, nous avons pris un sujet qui intéresse tout le monde. Ce n'est pas un sujet de bavardage. C'est un sujet de pratique. Tout le monde boit de l'eau, tout le monde vit avec l'eau, tout le monde se contamine avec l'eau. C'est un sujet très concret, pratique, dont nous devons tirer des propositions, des actions à faire. Il ne s'agit pas de repartir avec des idées qu'on va à nouveau discuter mais il s'agit de partir avec les choses à faire.

Chacun d'entre nous, vieux et jeunes, nous sommes capable d'attaquer ce problème de l'eau d'abord et des maladies dont découle de l'eau, plus celles que nous avons vu toute à l'heure comme le SIDA et les Parasitoses. C'est pour cela que je réinsiste une fois de plus sur l'importance de votre travail. C'est rare de voir au Cameroun et dans tout le monde les gens qui travaillent gratuitement. Les bénévoles travaillent gratuitement parce que c'est pour leur village ; je les remercie une fois de plus. Les comités de santé et les comités de nos villages, les groupements paysans, le comité des femmes, les associations des parents d'élèves etc...tous ces groupements comités de santé, CEV pour la bonne vie, la vie meilleure à Tokombéré. Ne lâchez pas ces réunions, n'abandonnez pas la PMI, la consultation prénatale ou le grenier communautaire ; ne lâchez pas.

Les maladies reviendront quand vous allez vous séparer des actions et redevenir individualistes. C'est très important de continuer l'action de comité de vie, grenier communautaire.

Il y a des propositions que vous avez faites et des décisions que vous avez prises aujourd'hui qui sont directement praticables dès ce lundi.

Regardez si dans nos comités, nos communautés il y'a des gens qui veulent des moustiquaires, comme on vous en a parlé très précisément. C'est un des premiers moyens d'empêcher les moustiques de nous piquer la nuit. C'est la nuit qu'ils sont dangereux, quand on dort. Ces moustiquaires, les responsables de comités de santé, CV, vous font la liste des gens qui en veulent, vous ramassez leur argent, vous nous apportez cela et on commande à l'école des aides soignants. Les moustiquaires arriveront vite. C'est une chose à faire tout de suite, en parler dans les villages, retourner dans les villages très vite dès la semaine prochaine avec les petites boîtes de médicaments contre le paludisme pour tous les âges, les petits, les moyens et les plus grands. Ces boîtes seront à votre disposition dans les PMI, les comités de santé comme on faisait autrefois pour la nivaquine, amodiaquine par petits sachets, que vous pourrez acheter dans les villages. Vous allez en trouver à condition que vous veniez les chercher dès que le comité de santé a des cotisations pour venir les payer.

Je réinsiste sur la question de malnutrition, de grenier de l'enfant. Il n'y a pas beaucoup de solutions pour lutter contre la malnutrition. Il y a deux choses : la diversification des produits et manger plus. C'est à reprendre dans les groupes de démonstrations des bouillies.

Donc premièrement les démonstrations de bouillie, deuxièmement le grenier de l'enfant pour que jamais l'enfant ne manque du minimum de produits. La question très importante qui vous a été signalé ce matin, concerne le SIDA. Comme vous savez il y'a au niveau du Cameroun beaucoup de SIDA. A Tokombéré, ça augmente chaque année. Il y a encore peu et c'est l'occasion pour nous d'agir. Les tests sont disponibles et gratuits pour tous ceux qui sont volontaires.

D'autre part les traitements et examens contre le VIH-SIDA sont presque gratuits.

Les traitements sont là gratuits. Vous avez de la chance qu'au Cameroun, le gouvernement a rendu gratuit le traitement du SIDA comme il a rendu gratuit le traitement de la tuberculose. Alors, il ne faut pas dire qu'on ne peut pas payer. C'est gratuit, et ça existe ici.

**Conclusion pratique** : parlez de tout cela dans vos communautés et ensuite allez voir Mme Ratoua qui vous a présenté le programme, le Dr Jean-Gilbert, son équipe. Ils sont là pour tous les renseignements, ils seront ouverts sur tous ces projets.

Je voudrais simplement vous redire en conclusion une chose. Vous qui venez ici, certains viennent depuis très longtemps, des années, quelques fois 10 ans, 20 ans, les plus jeunes viennent aussi, ils sont tous formés par l'hôpital et les différentes structures. Vous êtes donc des responsables. Si les responsables sont muets et ne font rien, ce ne sont pas des responsables.

Quand vous allez rentrer dans vos différents comités, communautés, prenez la parole, donnez les idées que vous avez entendues, attaquez déjà les problèmes, prenez des initiatives. Tout ce que vous avez entendu, mettez le en pratique dès maintenant, prenez l'initiative, commencer les actions. Nous avons beaucoup parlé d'aménagement du village, les puits non protégés, les canaris dans les maisons sales... attaquez ces problèmes. Il n'y a plus de risques d'attraper les maladies quand on pratique ces actions. Mais ces actions viennent de vos groupes.

Alors s'il vous plaît dès la prochaine réunion dans vos communautés, commencez les actions, n'ayez pas peur d'être des gens qui vont entraîner des actions. N'attendez pas la décision des autres. C'est comme ça qu'on peut arriver à évoluer.

Il y a quelques mois, un professeur qui était venu nous visiter pour les questions du SIDA avait été effrayé par le nombre de sacs en plastic qu'il y a à Tokombéré. Il nous a dit qu'il venait du Rwanda. Au Rwanda il n'y a pas de sac en plastic. Le gouvernement a interdit les sacs en plastic. Pourquoi ? les moustiques sont sous les sacs en plastic où il reste 2 gouttes d'eau, même en saison sèche, en avril.

En voilà une action très pratique. Chaque personne de votre communauté ramasse les sacs en plastic, toutes les semaines et les brûlent.

Je vous remercie à nouveau d'être venu, de transmettre ce qu'on vous a dit. Et je vous invite comme l'a dit Prosper, le chef de protocole aujourd'hui, à vous rendre à l'hôpital. Vous verrez que l'équipe de l'hôpital a fait de gros efforts pour reconstruire de nouveaux pavillons où les malades seront mieux installés. Ceci grâce à la collaboration avec des associations amicales. L'hôpital de Tokombéré a ouvert une nouvelle maison où on soigne les dents. Celui qui va les soigner c'est un de vos fils, un fils de la montagne Muyang, Jean Pierre ADOUKARA qui a fini son doctorat à Abidjan et qui revient dans quelques jours et commencera le 1<sup>er</sup> février 2008.

Et puis quand on sera fatigué on ira boire au Kirdi car il faut fêter nos rencontres annuelles. Je vous remercie.

*Madame l'Adjointe au Sous-Préfet de Tokombéré nous a fait l'honneur de nous rejoindre, elle a clôturé nos journées et à participer à l'inauguration à l'Hôpital du pavillon Dr MAGGI et du Cabinet dentaire.*