



# Fit For Finance

Le bulletin d'information de l'ASTF



## Diagnostic objectif du stress

**De passage à Luxembourg, le Professeur docteur Dirk Hellhammer de l'université de Trèves a accepté, à l'initiative de l'ASTF, de faire une présentation sur son principal sujet de recherche qui est le stress.**

*Le prof. Hellhammer est à l'origine d'un procédé simple, le système Diagnostic Neuropattern®, qui permet d'objectiver une exposition chronique au stress. Le procédé comprend trois volets:*

- un examen médical*
- des questionnaires à remplir par le patient*
- un kit diagnostic comprenant un enregistreur des battements cardiaques portable et 16 échantillons salivaires à prélever par le patients en trois jours*

*consécutifs.*

*Ce système est actuellement en phase d'étude clinique et permettra dans un future proche d'acquérir les informations nécessaires à un traitement personnalisé des symptômes de stress de chaque patient.*

*Le test sera indiqué dans trois cas de figure:*

- 1) la personne n'a encore aucun symptôme mais les circonstances laissent supposer que le stress risque à moyen terme*

*d'entraver sa santé*

*2) la personne affiche des symptômes physiques et il s'agit d'établir un lien concret entre maladie et stress*

*3) dans les deux cas, le test aidera à établir un profil individuel du patient avec des conseils de prévention ou de thérapie spécifiques.*

*Si vous avez envie d'en savoir plus, consultez le site: [www.daacro.de](http://www.daacro.de)*

# Nouveaux tests dans nos check up médicaux

**Depuis que l'ASTF réalise des check up médicaux à l' Hôpital Kirchberg, la gamme des services offerts n'a cessé de s' élargir. Depuis le 1er janvier 2011, deux nouveaux tests sont venus s'ajouter au bilan sanguin.**

## **Les risques cardio-vasculaires**

*Une des priorités de nos check up est le dépistage des risques cardio-vasculaires. Depuis janvier 2011 est venu s'ajouter le dosage de la CRP (C-reactiv protein) au dosage du cholestérol, des triglycérides et de la glycémie.*

*La CRP constitue un risque cardio-vasculaire en soi. Déterminer si son taux est élevé permet encore mieux de déterminer le risque encouru par le patient de faire un infarctus et de le conseiller dans les changements hygiéno-diététiques à entreprendre.*

## **La vitamine D**

*Autre nouveauté dans nos check up : le dosage*

*de la vitamine D. Le rôle de la vitamine D dans la prévention de l'ostéoporose est bien connu. D'après de nouvelles études, il apparait que la vitamine D joue également un rôle important dans la prévention des maladies cardio-vasculaires. Ces études réalisées sur l'animal ont montré que des taux bas de vitamine D sont associés à l'hypertension artérielle, à la calcification des vaisseaux sanguins, au diabète et à l'insuffisance cardiaque. Une autre étude menée par l'Intermountain Medical Center sur 27.686 patients âgés de 50 ans ou plus confirme cette observation. Aucun des patients ne présentait des antécédents*

*cardio-vasculaires. Les taux sériques ont été mesurés et les patients ont été divisés en trois groupes:*

- vitamine D normale*
- vitamine D faible*
- vitamine D très faible.*

*Les chercheurs ont constaté que les patients présentant des très faibles taux de vitamine D avaient un risque accru de mourir prématurément, de développer une maladie coronarienne, d'avoir un accident vasculaire cérébral et de développer une insuffisance cardiaque*

*Or au Luxembourg la très grande majorité des patients a des taux sériques de vitamine D faible voire très faible. D'où l'intérêt de son dosage en prévention!*





## Cours d'initiation aux gestes de premiers secours

*Le règlement grand-ducal du 6 mai 2010 fixe les modalités de formation du secouriste en milieu de travail.*

*Le cours de base intitulé «cours d'initiation aux gestes de premiers secours» destiné aux travailleurs dans le cadre de la sécurité et de la santé au travail s'étend sur douze heures et la matière est fixée comme suit:*

*–2 heures: plaies et bandages*

*–2 heures: brûlures et bandages triangulaires*

*–1 heure: risques et arrêt d'un saignement*

*–1 heure: fractures et immobilisation*

*–2 heures: l'inconscience et PLS, évacuation d'urgence et prise de Rautek*

*–4 heures: réanimation adulte*

*Le cours peut être complété par un module facultatif dont la matière se détermine en fonction des risques et des besoins spécifiques de l'entreprise.*

*Les cours sont clôturés par un test qui se tiendra en séance supplémentaire à la durée obligatoire des cours.*

*Le test de clôture comprend une partie théorique et une partie pratique cotées chacune de trente points.*

*Pour être admis, le candidat doit avoir obtenu au moins la moitié des points dans chaque partie du test.*

*Le candidat refusé doit suivre un cours complet pour être réadmis au*

*test de clôture.*

*Il est remis au candidat ayant passé le cours d'initiation aux gestes de premiers secours une attestation d'initiation aux gestes de premiers secours, signée par le ministre.*

*L'attestation d'initiation aux gestes de premiers secours est valable pour une période initiale de cinq années. Sa validité sera reconduite aux échéances par un certificat de rappel qui devra être annexé à l'attestation pour en faire partie intégrante.*

*Le cours de rappel en matière de secourisme s'étend sur huit heures et porte sur des éléments de secourisme à déterminer selon les besoins.*

**L'ASTF organise des cours de premiers secours pour les entreprises ayant moins de 7 à 8 personnes à former. Vous pouvez vous inscrire aux cours inter-entreprises donné au siège de l'ASTF au centre ville. Pour plus d'information, n'hésitez pas à nous contacter.**

**Dr Colette Petit-Magar**

**tél. 22 80 90 1**

**courriel: [colette.magar-petit@astf.lu](mailto:colette.magar-petit@astf.lu)**