

Actualités Covid 19

Offre de soins au CH Esquirol

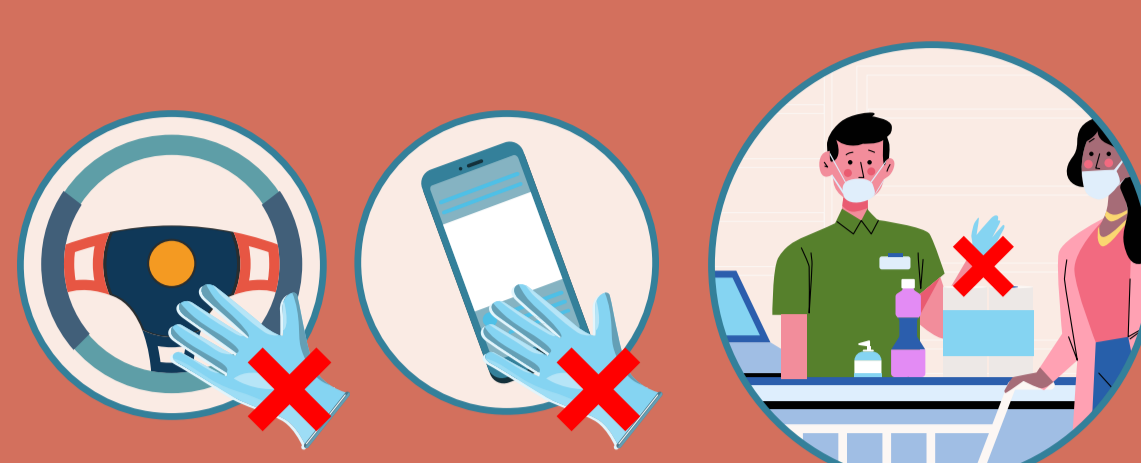
Point sur l'offre de soins au CH Esquirol dans le contexte d'épidémie au COVID 19 et **à ce jour :**

- Les hospitalisations sont bien évidemment possibles en privilégiant les situations d'urgence.
- Une unité pour des patients présentant des symptômes de COVID 19 et des troubles psychiatriques a été mise en place
- En cas d'hospitalisation, tout nouveau patient est mis en quatorzaine pour limiter les risques d'introduction du virus
- Les urgences psychiatriques fonctionnent normalement
- Certains hôpitaux de jour sont fermés mais d'autres assurent les soins indispensables comme les injections retard
- Les équipes mobiles restent mobilisables sur les situations urgentes ou nécessaires
- Les consultations se font préférentiellement par téléphone
- Les secrétariats sont ouverts et l'ensemble du personnel reste joignable.

L'ensemble du personnel est extrêmement mobilisé pour faire en sorte que tous les patients restent en contact et privilégier la continuité des soins malgré le contexte difficile.

L'offre de soins évoluera dans les semaines à venir de manière progressive et l'ensemble du personnel travaille déjà activement à la mise en place de cette nouvelle organisation en toute sécurité.

Porter des gants au quotidien : un geste à risque !

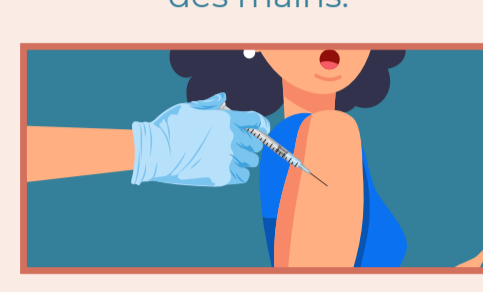


Mettre des gants pour les actes de la vie quotidienne empêche une bonne hygiène des mains et contribue à la contamination de l'environnement.

Nous touchons inconsciemment notre visage avec nos mains plus de 50 fois par heure.



Les gants sont réservés aux professionnels de santé uniquement en cas d'exposition aux liquides biologiques pour créer une barrière momentanée : un soin = une paire de gant, toujours suivi d'une hygiène des mains.



Dans la vie quotidienne, une seule sécurité pour vos mains :
Lavage des mains ou Friction hydro-alcoolique



D'après une publication du Centre d'appui pour la prévention des infections associées aux soins.

Activation d'une cellule de soutien

Pour rappel, un soutien médico-psychologique dans le contexte de l'épidémie de coronavirus COVID-19 a été mis en place par le Centre Hospitalier Esquirol via une cellule d'écoute téléphonique et de soutien pour le département de la Haute-Vienne qui s'adressent principalement :

- aux professionnels de santé,
- aux familles endeuillées,
- à la population générale.

Le numéro d'appel unique est celui du secrétariat de la Cellule d'Urgence Médico Psychologique CUMP 87.

Contact

05 55 43 68 87

De l'hypnose guidée à l'autohypnose

Une part absolument minuscule du traitement de l'information dans notre cerveau est conscient

S. Dehaene

L'hypnose est un processus dynamique, une activation particulière de la conscience et une re-orientation de l'attention que nous connaissons tous, au quotidien. Ce fonctionnement plus fluide du cerveau sous hypnose modifie la circulation de l'information nerveuse pour aboutir au soulagement de la douleur, à une anesthésie, à une diminution de l'anxiété...

Cette vidéo en 2 parties vous propose dans un premier temps de vous présenter l'esprit et les principes de l'hypnose, puis de vous guider dans une séance d'hypnose que vous pourrez écouter, réécouter et vous approprier.

Cette vidéo vous propose de commencer à vous guider sur le chemin hypnotique de l'apprentissage de l'autohypnose.

Ma voix vous accompagnera d'abord dans ces différents exercices mais je tiens à vous prévenir tout de suite, c'est vous qui allez faire tout le travail. Et j'espère, vous allez pouvoir en profiter pleinement car il n'y a rien à réussir, seulement à vous autoriser à accueillir ce qui émerge, profiter de ce moment pour vous... Et rassurez-vous, vous restez conscient, garant de votre libre arbitre et vous développez une de nos plus grande ressource : l'imagination.

Vidéo

<https://youtu.be/AQtzna6gWRo>



La médiation animale

Quelle place pour nos animaux de compagnie durant le confinement ?



La Médiation Animale est un accompagnement relationnel qui peut s'appliquer dans les domaines pédagogiques, éducatifs ou encore pédagogiques.

Dans notre quotidien, nous pouvons aussi nous saisir de cette chance de côtoyer des animaux. En effet, 60% des personnes ayant un animal de compagnie, constatent les bienfaits de la présence animale sur leur bien-être. Cette dernière permet un ancrage dans le moment présent et un sentiment de partager un amour réciproque dépourvu d'ambiguïté.

J'ai l'habitude de dire, en parlant de ma pratique de la médiation animale, que le bien-être recherché pour les bénéficiaires, ne peut être atteint que si celui des animaux utilisés est aussi respecté.

Chez nous, il en va de même. Il sera difficile de profiter pleinement de notre relation avec eux, si leurs besoins fondamentaux, garantissant leur bien-être, ne sont pas respectés. En effet, un animal peu développer des troubles du comportement qui peuvent compliquer notre quotidien à différents degrés. Dans certains cas, il sera même nécessaire de faire intervenir des professionnels.

Indéniablement, le confinement a un impact sur notre psychisme. Qu'en est-il de nos compagnons ?

Dans cette vidéo, je vais vous donner des pistes de réflexion pour améliorer au quotidien, votre relation avec votre

chien. Mais aussi comment subvenir à ses besoins malgré les contraintes liées au confinement. Et quelles peuvent être les précautions à prendre afin d'anticiper le déconfinement qui sera, de nouveau, une perte de repères pour eux comme pour nous.

Au-delà du confinement, j'espère vous donner envie de découvrir autrement leur univers et que ces conseils pourront vous servir au-delà de cette crise sanitaire, qui n'est qu'une période temporaire dans notre vie et dans celle nos animaux. N'oubliez pas ce sont des êtres sensibles et que leur bien-être et le nôtre sont intimement liés.

En cette période, nos animaux peuvent être une source de stress ou d'angoisse supplémentaire. Si vous êtes en difficultés durant ce confinement, n'hésitez pas à demander de l'aide : Votre vétérinaire référent reste à votre écoute et peut vous recevoir en cas d'urgence. Il est possible aussi de faire appel à des comportementalistes. Sur internet, des professionnels ont créé un réseau de soutien (SOS Covid 19 chiens) et un site internet dispense des conseils gratuits sur la santé de vos animaux.

Prenez soins de vous et prenez soin d'eux.

Lien utile

<https://animoscope.com/>

Vidéo

<https://youtu.be/wyEaCLOJAU4>



Présentation

Céline Courbet
Infirmière et intervenante en Médiation Animale au Centre Hospitalier Esquirol.

Vous avez manqué le premier numéro d'Esquifiné ?

Pas de panique vous pouvez le retrouver ici !