



LA SURDITE DE L'ENFANT

EVITER LE MAL EST POSSIBLE



OTITES SEROMUQUEUSES
50% d'enfants avant l'âge
de 5 ans en souffrent



DOCTOR'S VIEW

Présentation du
Dr. Marthe Audrey ESSE
ORL CCF HOPITAL DE DISTRICT
DE LA CITE DES PALMIERS

DITES NOUS

ALDAC :
Une association au service
du mal entendant

DONS DE LA NATURE

Miel, Café et Soja
Boosters d'immunité

FAMILY OPTION

L'impact de la surdité
d'un enfant sur la famille
L'avis du PSY



Allumes Gaz rechargeables & Briquets transparents



dans les supermarchés



LA SURDITE DE L'ENFANT

EVITER LE MAL EST POSSIBLE



OTITES SEROMUQUEUSES
50% d'enfants avant l'âge
de 5 ans en souffrent

DOCTOR'S VIEW

Présenté par
Dr Marthe Audrey ESSE
O.R.L. CHU HOSPITAL DE DISTRICT
DE LA CITE DES PALMIERS

DITES NOUS

Avec
Une association au service
de malentendants

DONS DE LA NATURE

Med. Café et Saja
Bénévoles d'intendance

FAMILY OPTION

L'impact de la surdité
d'un enfant sur la famille



Équipe de rédaction

Directeur de Publication

- Eithel EKWALLA LOBE

Conseil Médical

- Dr Maurice EBOA LEMBE (Pédiatre)
- Dr Pierre Paul EWANE LOBE (Pharmacien)
- Dr Michel Auguste MOUELLE (Chirurgien cancerologue)

Rédacteur en chef

- Dr Augustine PRISO BEKOMBE (Pharmacienne)

Rédacteur en chef adjoint

- Dr Glorieuse MBE EMANE (Chirurgien dentiste)

Comité permanent de rédaction

- Dr Augustine PRISO BEKOMBE
- Dr Glorieuse MBE EMANE
- Eithel EKWALLA LOBE
- Marthe ETOA NDOKO EKOKA
- MINOS D. MBIMBE

Conseiller à la rédaction & relations publiques

- Louise-Alice WONDJE NGOSSO

Sécrétariat & documentation

- Rhodes Aurore NDOME PRISO

Production & Distribution

- Solution Santé Sarl

Conception artistique

- Andy Services

Correspondants Externes

- Canada: Stéphanie NZIE ATANGANA
- France: Désiré KALLA MANGA

Régie publicitaire

- AGENCE PUBLIC

Impression

- GALAXIE MEDIA

Siège: 1130 Rue Charley EYOUM

EBELLE DEIDO

BP: 8010 DOUALA CAMEROUN

Tel: 695 65 12 69 / 652 39 95 69

Email: solutionssante@gmail.com :

contact@solution-sante.com

Site web: www.solution-sante.com

Dans le contexte difficile actuel des pays africains en général et celui du Cameroun en particulier, s'engager à distribuer gratuitement un magazine sur la santé est une aventure compliquée. Abnégation, volonté et conviction inébranlable doivent être le moteur de l'équipe de rédaction pour pérenniser l'œuvre entreprise.

A côté de cela, les encouragements et critiques reçus des lecteurs depuis la publication des premières éditions sont une interpellation qui renforce l'engagement de l'équipe à aller de l'avant. Par ailleurs, les marques d'intérêt provenant des professionnels de la santé se manifestent à nous chaque jour par la nature et la richesse des thèmes qu'ils nous suggèrent de traiter. Nous sommes par conséquent convaincus que le contenu des articles à recevoir va à n'en point douter garantir le succès et la pérennité du magazine.

En effet, certains médecins de renom, dans le but de contribuer au développement du magazine nous ont proposé des thèmes à traiter dans les prochaines éditions. Cette proposition a été acceptée par l'équipe de rédaction. Bouleverser son calendrier de publications est une réponse positive à cette sollicitation.

La surdité de l'enfant, thème de cette édition est justement une idée d'un spécialiste de la santé auditive, un ORL que nous remercions particulièrement pour sa contribution à l'élaboration des contenus de ce numéro, le cinquième de la série.

La langue des signes n'étant pas connue de tous, quel exercice difficile que de communiquer avec une personne sourde ou malentendante. Nous pouvons donc affirmer avec certitude qu'il n'existe aucun parent qui prendrait le risque de négliger certains détails susceptibles de générer un handicap aussi invalidant comme la **surdité** lorsqu'il s'agit de sa progéniture.

Solutions Santé Magazine en optant de reporter à plus tard le thème programmer pour prochain au dernier trimestre 2024, a voulu d'une part, rendre hommage au **Dr Marthe Audrey ESSE** Médecin ORL pour sa contribution à la réalisation de l'édition actuelle et d'autre part à sa manière, contribuer à faire reculer la **surdité chez les enfants**. Car en effet, une fois le mal installé, il affecte de manière irréversible la vie de la personne atteinte.

Notons enfin:

-Que les otites séromuqueuses sont une cause principale de l'une des formes de surdité chez l'enfant (surdités de transmission).

-Qu'il s'agit d'une pathologie qui touche **50% d'enfants avant l'âge de 5 ans**.

-Qu'elle est bénigne et qu'elle peut entraîner une perte d'audition avec retentissement sur l'acquisition du langage et la parole.

Eithel EKWALLA LOBE



SOMMAIRE

EDITO	3
NEWS	5
LE DOSSIER	5
- Doctor's view : présentation du Dr ESSE (ORL)	
- Dites-nous : ALDAC, association au service du malentendant	
BON A SAVOIR	10
PARCOURS DE SOINS	10
PHARMA.COM	10
- Conseils pratiques du pharmacien	
- Pharmacies de garde	
DIETE-INFOS	14
- Hygiène de vie	
- Dons de la nature	
- Univers produits	
- Sport et surdité	
A VOTRE ECOUTE	16
ZOOM SUR L'ENTREPRISE	17
FAMILY OPTION	19
- Avis du PSY	

QUELQUES ADRESSES UTILES

■ MÉDECINS ORL

Dr Daniel KOTTO EKAMBI
Clinique de l'aéroport +237 699 46 74 53

Dr Marthe Audrey ESSE Epse TOCKO
CCF Hôpital de District
de la Cité des Palmiers

■ PSYCHOLOGUE

Dr Serge Christèle MBALLE
Cabinet de psychologie
+237 693 31 78 63/ 693 83 37 93

■ PHARMACIE DES ARTS ET FLEURS

+237 675 010 150

■ GRANDE PHARMACIE ZR

+237 691 298 233

■ NUTRITIONISTE DIETETICIENNE

Marthe ETOA NDOKO EKOKA
+237 699 967 426

■ BIOLEX LABORATOIRE

Analyses médicales
+237 696 886 489

■ HOPITAUX



CENTRE MEDICAL
NEXTIS

+237 675 294 292 / 699 722 036

Hôpital Jamot - Yd 

Hôpital Général - Dla & Yd 

Hôpital Laquintinie - Dla

Hôpital Central - Yd 

■ Tous les Centres de Santé
du Cameroun

NEWS

RÉVEIL D'UN « MORT »

Inde : une femme se réveille dans un cercueil quelques minutes avant d'être incinérée.

Bujji Aama, une Indienne de 52 ans, originaire de Brahmapur (côte Est de l'Inde), s'est réveillée le 12 février 2024 dans son cercueil juste avant son incinération d'après Times of India. Elle était morte, après hospitalisation, de suites de brûlures graves dans un incendie de sa maison le 1er Février.

Juste au moment de la descendre du corbillard pour l'incinération (en Inde, on n'enterre pas le corps, on incinère. Pas besoin de formol non plus), une personne à l'arrière de ce corbillard a soudainement remarqué qu'elle se réveillait. « Au début, nous étions effrayés car nous n'avions jamais été témoins d'une telle situation, même si nous avions déjà entendu des histoires similaires » a déclaré le conducteur, qui a ramené la « ressuscitée » chez elle dans le même corbillard. Imaginez la tête des voisins.

Osons une question ? S'est-elle réveillée ou est-elle ressuscitée ? A chacun sa réponse. Mais force est de dire comme le souligne l'histoire, que ces cas qui étaient un peu courant dans le passé, ont complètement disparu. Les raisons ? La congélation de la morgue et le formol. Soyons d'accord que si **Bujji Aama** avait été mise à la morgue et ensuite « formolisée », elle ne serait pas revenue à la vie. Ma propre grand-mère m'a rapporté de tels cas, vécus de son vivant. Un certain nombre de personnes, meurent

encore aujourd'hui, pas de leur propre mort, mais du froid de la morgue et du formol. Aussitôt on dit : « Dieu l'a rappelé ». Les pasteurs disent de même. Mais si on investiguait chaque cas chez Dieu, il nous dirait : d'abord que les gens meurent de leurs propres abus (alcool, vitesse, nourriture, sucre, colère, soucis "AVC", poisons, etc..), ensuite beaucoup sont morts du fait du formol.

Dans sa comédie *L'Étourdi ou les Contretemps* (1653), Molière, qui fait dire à Anselme : « Qui tôt ensevelit bien souvent assassine / Et tel est cru défunt qui n'en a que la mine ». Juste deux anecdotes historiques :

- Peu de temps avant son décès en 1799, **George Washington** (1er président américain) a demandé à son secrétaire **Tobias Lear** de veiller à ce qu'il ne soit pas enterré avant au minimum trois jours après son décès, pour être certain qu'il ne sera pas enterré vivant. (source : **Maxime Lambert** : le Saviez-vous) ?
- Le 16 octobre 1849, la veille de sa mort, Frédéric Chopin (musique classique), qui a perdu sa voix, écrit sur un papier : « Comme cette terre m'étouffera, je vous conjure de faire ouvrir mon corps pour que je ne sois pas enterré vif. ». (source : Romanisme dans la musique européenne, **Albin Michel**, 1955).

MINOS D. MBIMBE

LE DOSSIER

LA SURDITE DE L'ENFANT, UN MAL QU'ON PEUT EVITER

La surdité est une pathologie handicapante. Ses origines sont multiples et elle se manifeste sous diverses formes mais, sa prise en charge précoce peut aider à :

- résoudre ou corriger le problème,
- éviter que le mal soit irréversible et devienne un handicap pour l'individu concerné.

Lorsque la prise en charge est précoce, la technologie et la science médicale disposent de solutions réparatrices efficaces.

Pour mieux explorer les différents aspects de la

surdité, nous avons rencontré des spécialistes :

- **Dr Marthe Audrey ESSE épouse TOCKO (Médecin ORL CCF HOPITAL DE DISTRICT DE LA CITE DES PALMIERS)**
- **ALDAC**: une association au service des sourds et malentendants au Cameroun. Leurs enseignements et recommandations sont éducatifs et méritent qu'on s'y attarde.

LA REDACTION

Doctor's view

Présentation du

Dr Marthe Audrey ESSE

ORL CCF HOPITAL DE DISTRICT DE LA CITE DES PALMIERS

LA SURDITE CHEZ L'ENFANT

Qu'est-ce que la Surdité ?

La surdité ou baisse de l'acuité auditive est tout degré d'altération de la capacité d'appréhender le son.

Types de Surdité.

On différencie deux types de surdité : les surdités de transmission qui apparaissent lorsqu'il y a un blocage du son entre l'oreille externe (pavillon) et l'entrée de l'oreille interne.

Elles sont en général temporaires et accessibles à un traitement.

Les surdités de perception : elles sont liées à un dysfonctionnement de la transformation de l'influx sonore en influx nerveux. Elles sont principalement situées au niveau de l'oreille interne et du nerf auditif. Elles sont irréversibles.

Une surdité peut être unilatérale ou bilatérale. Il y a différents niveaux de surdité.

La surdité légère, moyenne, sévère, profonde et totale. Elles ont parfois des causes communes mais leurs conséquences sont différentes.

Quels sont les signes de la surdité ?

Ils dépendent du niveau de surdité

En cas de surdité sévère à profonde chez l'enfant les premiers signes apparaissent dès les premiers mois de vie.

On constate l'absence de babillage, l'absence des premiers mots, de réaction aux bruits absence de réaction à l'appel des parents, à la voix des parents et plus tard si pas de prise en charge précoce, il s'installe un vrai retard de



langage et de parole avec trouble du comportement

Chez l'enfant, une surdité qui n'est pas détectée tôt a un impact sur le développement du langage.

Quelles sont les causes ?

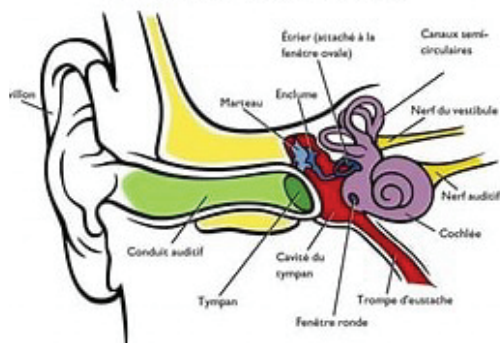
Les causes principales chez l'enfant en ce qui concerne les surdités de transmission sont les malformations qu'on va retrouver au niveau de l'oreille externe

(pavillon et le conduits) ou de l'oreille moyenne notamment dans la caisse où on retrouve les 3 petits osselets. Ces malformations sont appelées des aplasies majeures ou mineures.

Cependant la cause principale de surdités de transmission chez l'enfant est les otites séromuqueuses. C'est une pathologie fréquente (**50% des enfants avant l'âge de 5 ans**), bénigne mais qui peut entraîner une perte d'audition avec retentissement sur l'acquisition du langage et la parole.

L'OSM est définie comme la présence d'un épanchement liquidien épais et gluant derrière le tympan qui bloque la transmission du son. Cet épanchement s'accumule dans les oreilles des enfants soumis à des infections orl fréquentes (rhinopharyngite, otite) en raison d'un terrain inflammatoire et de l'obstruction qui peut être due à la présence des végétations ad  no  ides qui par leur volume bloque l'aération de l'oreille et parce qu'elle constitue un foyer inflammatoire à l'arrière du nez.

Anatomie de l'oreille humaine



leRactions.net

Concernant les surdités de l'oreille interne, elles sont de type perceptionnelles. Elles sont très souvent congénitales donc présentes dès la naissance. Elles sont donc d'origine génétique ou virale. Il existe également des surdités liées à une grande prématurité, l'anoxie néonatale, à des méningites et au traitement comme la chimiothérapie.

Quand faire un bilan auditif ?

Les enfants devraient bénéficier d'un test de dépistage (Otoémissions acoustiques) des troubles auditifs dès la naissance à la maternité qui permet de détecter si l'enfant pourrait ou pas avoir des troubles d'audition et par ricochet du langage. En cas d'anomalie sur ce test, il faut refaire un contrôle à la maternité ensuite, les parents sont invités à consulter un ORL. L'ORL va faire des tests objectifs qui se passent de la participation des nouveau-nés de type PEA ou ASSR.

Plus tard les enfants doivent bénéficier de tests auditifs après consultation chez le pédiatre qui permettent de détecter des problèmes importants voire légers.

Le diagnostic d'une surdité à ce moment passe par un examen appelé audiogramme tonal et vocal. L'audiogramme tonal vérifie la perception des sons et le vocal évalue la perception de la parole aux différentes intensités dans le silence et le bruit.

Traitement et solutions de réhabilitations auditives

Les surdités de transmission par otites séro-muqueuses sont accessibles à un traitement. Il y a toute une gamme de traitement qui va comporter l'ablation des végétations adénoïdes, la pause d'aérateurs transtympaniques, les soins de désinfections rhynopharyngées, la rééducation tubaire. Après le traitement d'une OSM, il faut toujours vérifier un retour de l'audition à la normale qu'il s'agisse d'un traitement médicamenteux ou chirurgical.

Pour les surdités de perceptions sévères à profondes c'est une urgence quel que soit l'âge.

Chez les bébés on peut mettre une aide auditive dès l'âge de 3-4 mois et en plus et soins pluridisciplinaires de rééducations. Les soins de rééducations orthophoniques, en psychomotricité etc..

Quand l'appareil ne suffira pas c'est-à-dire que le gain prothétique ne permettra pas l'émergence du langage oral dans de bonnes conditions, les surdités sévères à profondes peuvent bénéficier d'un implant cochléaire. C'est un système électronique qui comporte deux parties : une partie à l'extérieur qui va capter le son et le transformer pour l'envoyer à l'implant cochléaire lui-même qui est inséré dans l'oreille interne au niveau de la cochlée. Ce système est proposé chez les enfants dès l'âge de 11 mois.

Au Cameroun l'association ALDAC depuis 2018, est très active dans la lutte contre la surdité chez l'enfant. Leur action : la sensibilisation, le dépistage précoce, le diagnostic et la réhabilitation. Ces actions visent à accompagner les enfants présentant une déficience auditive et leur proposer les solutions adaptées comme le don de prothèses auditives chaque année et le suivi orthophonique jusqu'à réhabilitation acceptable de l'audition et du langage.

Dites-Nous

ALDAC : Une association au service du mal entendant



ALDAC œuvre pour lutter contre la surdité de l'enfant au Cameroun. Pouvez-vous nous présenter votre association ? Pourquoi les troubles auditifs et pas une autre pathologie ?

1/ L'Aldac est une association de lutte contre la déficience auditive au Cameroun a été créée en 2018 et essentiellement constitué des professionnels de la santé auditive.

L'Aldac s'appuie sur 4 piliers à savoir la sensibilisation, le dépistage le diagnostic et la réhabilitation avec des solutions concrètes.

Dans la pratique quotidienne les professionnels de la santé auditive avait identifié les difficultés que les patients déficients auditifs trouvaient à accéder aux solutions. C'est dans

cette logique que s'est créé l'intérêt d'une organisation à but non lucratif qui pourrait s'activer à rechercher et faciliter l'accès à ces solutions de réhabilitations auditives.

Que faites-vous exactement pour lutter contre la surdité de l'enfant? Quel est l'espace géographique que vous couvrez ?

2/ L'Aldac travaille sur tout le triangle national. Au quotidien l'Aldac s'active dans l'accompagnement et la sensibilisation des familles.

Ces actions sont menées pendant les campagnes de dépistage qui sont organisés chaque année afin de recruter des patients déficients auditifs et leur apporter des solutions pour une meilleure audition. L'Aldac a également des pages sur les réseaux sociaux pour véhiculer les informations concernant l'audition. En dehors des campagnes l'Aldac accueille les déficients auditifs qui ont besoin de prothèses dans ses locaux à Yaoundé lieu-dit 3 statuts et auprès de ses audioprothésistes.

Existent-ils au Cameroun des centres spécialisés pour le traitement des troubles auditifs ?

3/ Le traitement des troubles auditifs débute après une consultation chez l'ORL qui selon la cause du trouble vous proposera une solution. Ils seront résolus soit par voie médicamenteuse soit par voie chirurgicale selon les cas, soit par le port d'un appareil auditif lorsqu'il s'agit des surdités légère à moyennes ou soit par implantation cochléaire par voie chirurgicale lorsqu'il s'agit d'une surdité profonde ou totale.

Au Cameroun dans certaines structures hospitalières la prise en charge chirurgicale est déjà effective et dans certaines villes des audioprothésistes sont équipés pour proposer des prothèses auditives aux patients malentendants.

La détection de la surdité de l'enfant doit être faite très tôt. Pouvez-vous nous dire comment cette prise en charge est organisée par le service public au Cameroun ?

4/ Au Cameroun dans certaines structures hospitalières, les nouveau-nés sont soumis systématiquement à un examen auditif

appelés otoémissions acoustiques. Au terme de cet examen, si les oto-émissions sont présentes, on peut affirmer à priori que le nouveau-né n'a pas de problème d'audition dans le cas contraire, l'on effectue des examens complémentaires pour évaluer le niveau de surdité du bébé et anticiper sur la prise en charge.

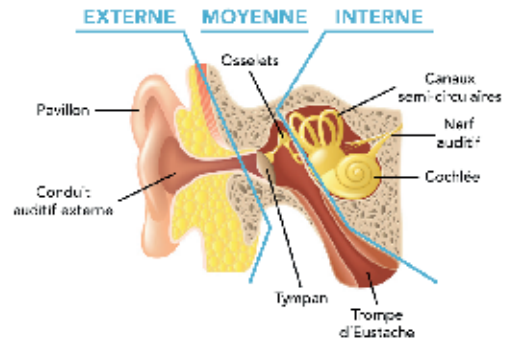
LISTE DES CENTRE SPECIALISES ADRESSE DES AUDIOPROTHESISTE HOPITAUX PRATIQUANT LE DEPISTAGE

BON A SAVOIR

Dès la naissance il est très important de chercher à savoir comment se porte le système auditif de votre bébé surtout en présence des facteurs de risque suivants :

- antécédents familiaux de surdité,
- poids de naissance inférieur à 2 kg,
- infection fœtale,
- malformation congénitale,
- appgar de 0 à 3,
- détresse respiratoire ayant nécessité une réanimation,
- hyper-biliirubinémie,
- troubles neurologiques d'origine centrale,
- infection grave ou traitement par ototoxiques.

Dès qu'un doute sur l'audition de l'enfant se fait ressentir (enfant trop calme, non intéressé par les jouets qui font le bruit, n'est pas attentif à ce qui n'est pas dans son champ visuel), il faut le conduire en consultation d'oto-rhino-laryngologie.



PARCOURS DE SOINS

Tout enfant qui a un retard de langage, c'est-à-dire pour lequel les étapes du développement du langage sont retardées doit être adressé à un otorhinolaryngologiste pour otoscopie et examen de l'audition. L'examen doit être systématique sans attendre ces signes d'alerte chez

-les enfants insuffisants moteurs cérébraux,
-les enfants polymalformés, après un traumatisme crânien, et après une méningite.
Il comprend des tests de dépistage complétés, si le doute de surdité se confirme, par des tests audiométriques subjectifs et objectifs.

PHARMA.COM

Conseils pratiques du pharmacien

SURVEILLER LES FACTEURS DE RISQUE DE LA SURDITÉ LE DEPISTAGE ET LA PRISE EN CHARGE DOIVENT ETRE TRES PRECOCES

En cas de bouchon de cérumen d'une manière générale, il est strictement déconseillé d'introduire un objet dans l'oreille pour le retirer. Ainsi, il ne faut surtout pas utiliser les moyens suivants :

- Un coton-tige ;
- Un instrument pointu ou un jet d'eau, risquant de léser le conduit auditif voire le tympan ;

Pour éliminer un bouchon de cérumen, il est conseillé de le ramollir, voire de le dissoudre avec du sérum physiologique, additionné ou non de bicarbonate de sodium, ou encore des solutions pour instillations auriculaires

spécifiquement adaptées.

Le protocole à suivre est le suivant :

1. Faire tiédir le produit dans la main.
2. Faire couler le produit dans le conduit auditif, la tête penchée sur le côté.
3. Maintenir la tête penchée pendant une dizaine de minutes.
4. Procéder à ce nettoyage une fois par jour pendant plusieurs jours.

Attention ! Il est fortement déconseillé d'introduire un liquide dans le conduit auditif en cas de perforation du tympan (traumatisme, otites à répétition avec perforation, pose d'un drain). Il existe alors un risque d'infection grave susceptible d'entraîner des séquelles auditives irréversibles.



Web: www.mairiedouala1.cm - Email: contact@mairiedouala1.cm
Tel: +237 699 169 981 - 679 950 845
BP: 3135 Douala - Cameroun



La subvention de l'Union européenne obtenue par la Mairie de Douala 1er pour financer son projet Unesco heritage for Sustainable Cities lui a valu l'obtention du prix de la région du littoral à la 5e édition du prix National Feicom qui récompense les meilleures pratiques communales de développement local



Quelques pharmacies de garde

QUELQUES PHARMACIES DE GARDE A DOUALA DU LUNDI 8H AU VENDREDI 8H (EN SEMAINE)			
DU LUNDI 15/11/24 AU VENDREDI 18/11/24		DU VENDREDI 18/11/24 AU LUNDI 22/11/24	
PHARMACIE	TEL	PHARMACIE	TEL
PORTIQUE	233 42 14 44	TRINITE	233 42 46 44
JAMOT	233 42 03 13	ARC	233 42 60 30
ESSEC	233 40 66 60	AXIALE	233 41 39 39
LILAS	233 40 00 61	SAS	233 02 87 34
DE GAULLE	233 43 37 29	RAIL	233 14 03 25
GABELOU	233 42 64 57	AEROPORT	233 42 28 76
EXPRESS	233 42 45 61	CARREF ANATOLE	233 12 86 97
OUAMBO VICTOR	677 96 64 53	NJO NJO	672 93 37 92
YASSA	651 15 40 39	BERTAUD	233 42 44 16
FRIENDSHIP	634 40 73 90	SHEKINA	699 60 88 41
SHAMMAH	233 37 60 30	MARCHE	233 42 64 57
SAINT JOSUE	243 56 32 41	CITE DES PALMIERS	233 37 24 64
MAKEPE	233 47 55 55	LA PATIENCE	233 47 28 64
VOTRE PHARMACIE	243 21 20 73	VERTUS	233 47 80 18
DU LUNDI 22/11/24 AU VENDREDI 25/11/24		DU VENDREDI 25/11/24 AU LUNDI 29/11/24	
PHARMACIE	TEL	PHARMACIE	TEL
LIBERTE	233 42 20 25	JOUVENCE	233 42 47 79
COUPLE	233 40 25 36	MONDIAL	233 40 24 92
OLIVIER	233 40 34 22	BOURSE	233 08 00 48
ST LAURENT	233 43 16 80	ESPOIR	233 42 79 82
HOTEL DE L'AIR	233 42 64 57	RUE KOLOKO	874 41 77 15
SAINT NICOLAS	233 42 10 49	LA COTE	233 42 64 57
SALUT	233 37 27 02	RAIL	233 14 03 25
AGORA DE NGODI BAKOKO	672 93 37 92	STE MARIE	672 93 37 92
PHARMACIE ST PIERRE	696 49 27 38	BLESSING PHCY	656 67 71 41
MOSQUE	233 42 64 57	GENIE	233 42 64 57
MERVEILLE	233 37 67 84	LA VITA	242 82 34 18
PEOPLE	233 37 42 97	SAINTE AGNES	858 38 11 01
KOTTO	233 05 55 91	CARREFOUR Z	242 82 34 18
FLEURON	233 47 12 22	MAKEPE	233 47 55 55
DU LUNDI 29/11/24 AU VENDREDI 02/12/24		DU VENDREDI 02/12/24 AU LUNDI 06/12/24	
PHARMACIE	TEL	PHARMACIE	TEL
MIRACLE	233 13 74 25	PORTIQUE	233 42 14 44
CONCORDE	233 43 49 29	JAMOT	233 42 03 13
BON SECOURS	233 42 08 68	ESSEC	233 40 66 60
MERCY	699 75 99 97	LILAS	233 40 00 61
SANTE POUR TOUS	233 40 19 00	DE GAULLE	233 43 37 29
UNIVERS SANTE	233 40 39 94	GABELOU	233 42 64 57
BALANCE	233 42 49 75	EXPRESS	672 93 37 92
KOUMASSI	233 03 37 87	OUAMBO VICTOR	677 96 64 53
ARTS ET FLEURS	899 105 677	YASSA	651 15 40 39

AEROPORT	233 42 20 76	FRIENDSHIP	634 40 73 90
NYLON	233 37 22 33	SHAMMAH	233 37 60 30
ST RAPHAEL	697 17 92 27	SAINTE JOSUE	243 56 32 41
OLYMPIQUE	233 37 02 97	KOTTO	233 05 55 91
SACRE CŒUR	699 08 83 87	FLEURON	233 47 12 22
DES IMMEUBLES	652 52 38 24	PORTIQUE	233 42 14 44
DU LUNDI 06/12/24 AU VENDREDI 09/12/24		DU VENDREDI 09/12/24 AU LUNDI 13/12/24	
PHARMACIE	TEL	PHARMACIE	TEL
TRINITE	233 42 46 44	LIBERTE	233 42 20 25
ARC	233 42 60 30	COUPOLE	233 40 25 36
AXIALE	233 41 39 39	OLIVIER	233 40 34 22
SAS	233 02 87 34	ST LAURENT	233 43 16 80
CARREF ANATOLE	233 12 86 97	HOTEL DE L'AIR	233 42 64 57
NJO NJO	233 42 39 25	SAINTE NICOLAS	233 42 10 49
BERTAUD	233 42 44 15	SALUT	233 37 27 02
SHEKINA	699 60 88 41	AGORA DE NGODI BAK	672 93 37 92
MARCHE	233 42 64 57	PHARMACIE ST PIERR	696 49 27 38
CITE DES PALMIERS	233 37 24 64	MOSQUE	672 93 37 92
LA PATIENCE	233 47 28 84	MERVEILLE	233 37 67 84
VERTUS	233 47 80 19	PEOPLE	233 37 42 97
		DES IMMEUBLES	652 52 38 24
		BONAMOUSSADI	233 47 24 81
		NOTRE DAME DE VICT	243 06 42 44
DU LUNDI 13/12/24 AU VENDREDI 16/12/24		DU VENDREDI 16/12/24 AU LUNDI 20/12/24	
PHARMACIE	TEL	PHARMACIE	TEL
JOUVENCE	233 42 47 79	MIRACLE	233 13 74 25
MONDIAL	233 40 24 92	CONCORDE	233 43 49 20
BOURSE	233 06 00 48	BON SECOURS	233 42 08 68
ESPOIR	233 42 79 82	MERCY	699 75 99 07
RUE KOLOKO	674 44 77 15	SANTE POUR TOUS	233 40 19 00
LA COTE	233 42 64 57	UNIVERS SANTE	233 40 39 94
RAIL	233 14 03 25	BALANCE	233 42 49 75
STE MARIE	233 42 64 57	KOUMASSI	672 93 37 92
BLESSING PHARMACY	556 67 71 41	ARTS ET FLEURS	599 105 677
GENIE	233 42 64 57	AEROPORT	233 42 28 76
LA VITA	242 82 34 16	NYLON	233 37 22 33
SAINTE AGNES	656 36 11 01	SAINTE RAPHAEL	697 17 92 27
CARREFOUR Z	242 82 34 16	OLYMPIQUE	233 37 02 97
MAKEPE	233 47 55 55	SACRE CŒUR	699 06 83 87
VOTRE PHARMACIE	243 21 20 73	LA PATIENCE	233 47 28 84



DIETE-INFOS

Hygiène de vie

ALIMENTATION ET SURDITE CHEZ L'ENFANT

La surdité est un état pathologique qui se caractérise par la perte totale ou partielle de la capacité à percevoir des sons.

Chez l'enfant, certaines formes de surdité sont d'origine infectieuse, d'autres encore sont dues à la nuisance sonore

A) Surdité d'origine infectieuse :

- Soit congénitale, consécutive à une infection materno-fœtale (toxoplas-mose, rubéole, hépatite virale, oreillons, syphilis, ...)
- Soit acquise au cours des premières années de la vie, suite à des infections mal soignées, telles que les otites

B) Surdité due à la nuisance sonore

Une exposition prolongée à des niveaux sonores trop élevés (même la musique) peut endommager l'oreille interne et altérer ainsi l'audition chez l'enfant

Pour une bonne hygiène de vie, il est recommandé de:

- ne pas exposer l'enfant à des bruits très élevés
- bien surveiller et bien prendre en charge les infections chez l'enfant

Nota Bene : la fumée de tabac favorise les infections ORL chez l'enfant.

Il est par conséquent conseiller d'éviter de soumettre les enfants à la fumée de tabac

Sur le plan nutritionnel, une bonne alimentation aide à combattre les infections, en apportant à l'organisme certains nutriments, notamment pour renforcer le système immunitaire.

**Marthe ETOA
NDOKO EKOKA**

Dr Anne NJOM NLEND



ALERTE ALIMENTS BRAISES DE LA RUE

Je voudrais attirer votre attention sur les Soyas, poulets braisés de la rue Dr DINA a été témoin d'une attitude grave que ces vendeurs ont : ils allument le feu avec des sachets plastiques, et lorsque ce feu est en voie de s'éteindre, ils ont des morceaux de caoutchouc qu'ils jettent sur le bois. Donc en réalité nous mangeons le poulet ou soya assaisonné au plastique. La combustion du plastique libère des substances carcinogènes. Je lance cette alerte afin que soit vraiment mise en place une riposte de type éducation de masse de ces vendeurs ambulants sur les dangers d'une telle pratique. J'espère que cela sera entendu par qui de droit. La santé dans notre assiette.

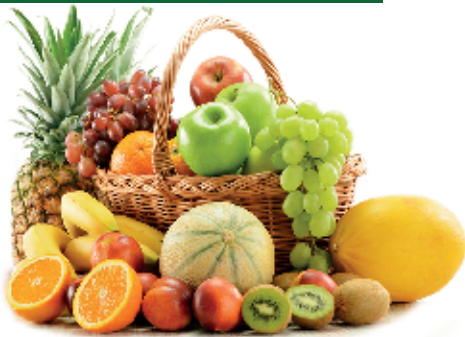
QUELQUES INDICATIONS SUR LES NUTRIMENTS QUI BOOSTENT L'IMMUNITE

NUTRIMENTS	ACTIONS	SOURCES
VITAMINE DU GROUPE B, -B6, CUIVRE	RENFORCENT L'IMMUNITE	FRUITS SECS, VIANDES ET PRODUITS DE LA MER (CRUSTACES, POISSONS, COQUILLAGES....)
ZINC	FAVORISE LA CROISSANCE, LA MATURATION ET L'ACTIVITE DES CELLULES IMMUNITAIRES	FRUITS SECS, VIANDES ET PRODUITS DE LA MER (CRUSTACES, POISSONS, COQUILLAGES....), AVOCAT, EPINARD,...
VITAMINE C	AIDE L'ORGANISME A RESISTER AUX INFECTIONS	KIWI, LITCHI, AGRUMES, MANGUE, BROCCOLI, POIVRON, EPINARD
ALUMINE	PROPRIETES ANTI MICROBIENNES ET ANTIBIOTIQUES	AIL
VITAMINES D	FAVORISE L'ACTIVATION DES GLOBULES BLANCS ET EN STIMULANT LA DIGESTION DES MACROPHAGES	POISSONS GRAS ABATS JAUNE D'ŒUF LAIT ET PRODUITS LAITIERS
SOUTRE	BOOSTE L'IMMUNITE	FRUITS DE MER POISSONS ICAB LLAUD, SAUMON CRUSTACES ŒUF FRUITS SECS
ANTIOXYDANTS PROBIOTIQUES	RENFORCENT L'IMMUNITE REGULENT L'IMMUNITE	MIEL, THE VERT, CACAO.... YAQURT

NB: LE MANQUE DE SOMMEIL:

il peut diminuer l'activité des anticorps et des globules blancs, les rendant moins efficaces pour lutter contre les infections.

Les dons de la nature



LE MIEL : Un remède naturel aux nombreux bienfaits. Consommer du miel régulièrement est bon pour la santé. Le miel peut renforcer le système immunitaire, par sa richesse en antioxydants et par ses propriétés antibactériennes et anti-inflammatoires.

LE CAFE ET THE : Ces deux aliments contiennent en grande quantité des substances anti oxydantes (polyphénols). La consommation régulière du café ou de thé à doses raisonnables permettrait de renforcer le système immunitaire.

LE SOJA : Aliment miracle par excellence selon certaines études fait partie des habitudes alimentaires des populations d'Asie depuis des millénaires. Il est même admis que les asiatiques développent généralement moins, certaines pathologies et vivent plus longtemps que le reste du monde.

Marthe ETOA NDOKO EKOKA

Univers Produits

« La nature dépassera toujours les possibilités de nos plus puissantes usines »

Louis Pasteur

être à l'origine de la surdité chez l'enfant.

« Que ta nourriture soit ton médicament et que ton médicament soit ta nourriture » prend ici tout son sens.

L'alimentation joue un rôle important dans la santé d'un individu ; c'est une certitude. La consommation de produits contenant certains nutriments permet notamment de renforcer le système immunitaire et contribue à combattre les infections qui peuvent

Notre recommandation serait donc de rechercher des produits naturels contenant les nutriments sus évoqués dans le marché dans l'optique de les intégrer dans notre régime alimentaire.

LA REDACTION

QUIZZ

Q1- Se nettoyer les oreilles avec un objet solide permet de les assainir

VRAI FAUX

Q2- Le mal de gorge se soigne avec l'eau tiède salée

VRAI FAUX

Q3- Le médecin ORL soigne essentiellement le mal des yeux

VRAI FAUX

REPONSE : R1 FAUX - R2 FAUX - R3 FAUX - R4 VRAI



Sport et surdité

POURQUOI PAS ?

Le handicap physique, peut pousser certaines personnes à penser que la pratique du sport est une activité réservée uniquement à une catégorie n'ayant aucune défaillance physique. Cela est une pensée négative à combattre par tous les moyens parce que le sport est l'un des meilleurs moyens pour garder la forme physique et intellectuelle. Pratiqué régulièrement, le sport contribue à l'améliorer l'hygiène de vie et à préserver la santé sur tous les plans.

Par ailleurs, les jeux paralympiques illustrent à suffisance les performances physiques des personnes ayant un handicap. C'est une preuve supplémentaire que les handicapés n'ont rien à envier aux personnes sans.

Le handicap ne saurait donc être une raison pour éviter de pratiquer une activité sportive même de haut niveau. Si un mal voyant peut

accomplir des prouesses de haut vol, le mal entendant ne saurait être à la traîne. Tout handicapé peut donc s'il le souhaite faire le choix d'une discipline sportive et la pratiquer avec dévouement.

Par conséquent, le mal entendant ou le sourd devrait faire fi de son handicap en s'engageant dans une discipline sportive pour son épanouissement personnel.

Cependant, il faut en général regretter le manque d'infrastructures et d'espaces adaptés dédiés aux handicapés pour la pratique du sport dans nos pays. Dans ce contexte, il est particulièrement difficile d'envisager de produire des champions pour le continent.

LA REDACTION

A VOTRE ECOUTE

Marie Louise

Question

J'ai régulièrement des démangeaisons aux oreilles ; est-ce un signe d'alerte pour une maladie qui peut entraîner la surdité ?

La rédaction

Les démangeaisons aux oreilles sont des signes soit d'une allergie, soit d'une affection du conduit auditif - eczéma - mycose (champignons dans le conduit auditif). Consulter un ORL est recommandé

Jean Pierre

Question

Face aux grands bruits j'ai toujours mal aux oreilles que faire ?

La rédaction

Le tympan est une membrane très fine qu'il faut protéger face aux grands bruits. Nous recommandons d'utiliser des bouchons d'oreille anti-bruit ; ils sont vendus en pharmacie. Cependant la consultation par un ORL est nécessaire.



ZOOM SUR L'ENTREPRISE

Dans l'entreprise comme dans toute administration, les instructions sont écrites ou verbales. Par conséquent, autant la santé ophtalmo est un impératif, autant doit l'être la santé auditive. Cette dernière est cependant sous-estimée. A tort. Déjà, l'entreprise peut être coupable des problèmes de d'audition des employés : c'est le cas des sociétés à environnement bruyant à l'instar des usines, les tarmacs d'aéroports, les gares ferroviaires, les centrales électrogènes thermiques (unités de groupes électrogènes), etc.. Tout doit être mis en œuvre pour que les longueurs d'ondes n'excèdent pas la bande sonore non-nocive.

Concrètement, les dangers pour l'audition sont avérés pour des expositions chroniques à des niveaux de décibels atteignant ou excédant 80dB (A) sur 8 heures. Sinon des cellules auditives sont détruites. Les sons aigus sont les plus nocifs. Les dispositifs appropriés doivent donc être fournis aux agents.

Sinon d'une manière générale, les problèmes d'audition peuvent entraîner des pertes réelles pour l'entreprise. Dans le

service comptabilité, si le DG dit « faites à tel fournisseur ou partenaire un versement de six (6) millions », et qu'on entend « versement de 10 (dix) millions », et que cette erreur se répète 3 ou 5 fois, nous sommes d'accord que la trésorerie va sérieusement s'en ressentir !

C'est également le cas d'un ordre mal accompli par un exécutant mal entendant (son handicap n'est pas connu de l'entreprise), simplement parce qu'il n'aurait pas bien entendu les consignes de son supérieur hiérarchique. Cela peut entraîner l'entreprise dans l'impasse!

Une anecdote : pendant, le soulèvement anticolonial de l'UPC, des innocents ont été tués à cause des problèmes d'audition. Quand les commandants militaires disaient par moyens radio: « **Attendre. Pas tuer** » (pour besoins d'enquête avant décision définitive), les soldats exécutants entendaient souvent: « **Attendre pas. Tuez** »

MINOS D. MBIMBE



LE BRONZE

DECORATION FLORALE EVENEMENTIELLE

- SALLE DE BANQUET
- MAISON MORTUAIRE
- VEHICULE NUPTIAL
- COMPOSITIONS FLORALES
- VENTE ACCESSOIRES DECO ET FLEURS
- SERVICES DIVERS à LA DEMANDE

📍 Marché des fleurs Bonapriso
BP: 8010 Douala Cameroun
Contact : 699967317
Fannyvrette@gmail.com



RESIDENCE MOKOKO BLACK

Quartier Cénajès Mpalla Kribi
- **Chambre spacieuses - Villa meublée**
A la plage sur bord de mer



9000 FCFA
nuitée



(237) 676 21 81 71
(237) 674 14 36 94
(237) 693 96 16 97



FAMILY OPTION



L'AVIS DU PSY: L'impact de la surdité d'un enfant sur la famille peut être profond et multiforme. Il peut affecter les dynamiques familiales, les relations interpersonnelles, les finances, et la santé mentale des membres de la famille. Voici quelques aspects à considérer :

1. Émotions et Réactions Initiales

Choc et déni : Les parents peuvent éprouver un choc et nier la réalité de la surdité de leur enfant. **Tristesse et deuil :** Ils peuvent traverser une période de deuil pour l'enfant "entendant" qu'ils avaient imaginé.

Colère et culpabilité : Des sentiments de colère ou de culpabilité peuvent émerger, notamment si les parents se sentent responsables de la surdité de leur enfant.

2. Adaptation et Apprentissage

Nécessité de formation : Les parents doivent souvent apprendre la langue des signes et se renseigner sur les moyens de communication adaptés.

Adaptations quotidiennes : Les routines familiales peuvent devoir être ajustées pour inclure des technologies auditives et des

méthodes de communication visuelle.

3. Pression Financière

Coûts des appareils et thérapies : Les frais pour les appareils auditifs, les implants cochléaires, les thérapies et les spécialistes peuvent être élevés.

Impact sur le travail : Un des parents pourrait réduire ses heures de travail ou quitter son emploi pour s'occuper de l'enfant.

4. Stress et Fatigue

Stress accru : Les préoccupations pour le bien-être de l'enfant, les rendez-vous médicaux, et les ajustements quotidiens peuvent augmenter le stress familial.

Fatigue émotionnelle : Le besoin constant de vigilance et d'adaptation peut mener à une fatigue émotionnelle pour les parents.

5. Impact sur les Frères et Sœurs

Changement des dynamiques : Les frères et sœurs peuvent se sentir négligés ou jaloux de l'attention supplémentaire donnée à l'enfant sourd.

Responsabilités supplémentaires : Ils peuvent également être sollicités pour aider à la communication ou aux soins de l'enfant sourd.

6. Relations Familiales

Renforcement des liens : Pour certains, les défis peuvent renforcer les liens familiaux et favoriser une plus grande solidarité.

Conflits potentiels : Pour d'autres, le stress et les exigences supplémentaires peuvent provoquer des conflits et des tensions.

7. Impact sur les Parents

Soutien émotionnel : Les parents peuvent avoir besoin de soutien émotionnel et de conseils pour gérer leurs propres sentiments et le stress.



tées peut être bénéfique pour toute la famille.

10. Adaptation à Long Terme

Évolution des besoins : Les besoins de l'enfant et de la famille évoluent avec le temps, nécessitant une adaptation continue. **Résilience familiale :** Développer des stratégies de résilience peut aider la famille à naviguer les défis à long terme et à s'épanouir malgré les obstacles.

Chaque famille est unique, et l'impact de la surdité d'un enfant variera en fonction de nombreux facteurs, y compris les ressources disponibles, le soutien social, et la dynamique familiale existante. De ce fait, la prise en charge psychologique de la surdité chez l'enfant est une démarche essentielle pour favoriser son développement émotionnel, social et cognitif. Chaque enfant sourd est spécial, il est important de personnaliser la prise en charge en fonction de ses besoins spécifiques. Travailler en étroite collaboration avec une équipe multidisciplinaire comprenant des audiologistes, des psychologues, des orthophonistes et des éducateurs est crucial pour offrir le meilleur soutien possible et peut aider à atténuer les effets négatifs et à renforcer les aspects positifs de l'expérience familiale.

Dr MBALLE Serge Christel,
Psychologue clinicien

Auto-soins : Il est crucial que les parents prennent soin de leur propre santé mentale et physique pour pouvoir soutenir leur enfant efficacement.

8. Réseau de Soutien

Importance du réseau de soutien : Avoir un réseau de soutien comprenant des amis, des proches, et des professionnels peut aider à alléger le fardeau émotionnel et logistique.

Groupes de soutien : Participer à des groupes de soutien pour parents d'enfants sourds peut offrir des ressources, des conseils, et un sentiment de communauté.

9. Vie Sociale et Inclusion

Isolement social : Les familles peuvent se sentir isolées en raison des défis spécifiques liés à la surdité de leur enfant.

Intégration communautaire : Chercher des opportunités pour inclure l'enfant dans des activités sociales et communautaires adap-



Menons la rispote
contre la fièvre jaune
en allant nous faire
vacciner



**Les principaux sites d'accueil
sont les districts de santé**

Douala 1er
DEIDO

Douala 2e
NEW-BELL

Douala 3e
BOKO, JAPOMA,
LOGBABA, NYLON

Douala 4e
BONASSAMA

Douala 5e
CITES DES PALMIERS,
BANGUE

**Centre Multifonctionnel de Bepanda pour personnes vulnérables,
les équipements marchands (marchés)**

   Communauté Urbaine de Douala  www.douala.cm





Ma Boite à Moustique



Le piège **efficace** et **design** pour
lutter durablement **contre les moustiques**
et leurs nuisances.



Avec Ma Boite à Moustique, les familles peuvent lutter
contre la gêne occasionnée par les moustiques, sans danger
pour les résidents et l'environnement.



Efficacité scientifiquement
prouvée en laboratoires
indépendants*



Simple d'utilisation



Design moderne
et lignes épurées



Made in France



Eco-responsable



Connecté et intelligent

*Test IZINATION - laboratoire français indépendant et certifié
- 2022 - 95 % de moustiques capturés en 24 h dans un espace intérieur fermé



Comment ça marche ?

Ma Boite à Moustique piège les moustiques en imitant la présence humaine grâce à une faible diffusion de **C02** et de **leurre de phéromone**.

Une fois **attirés** par le dispositif, les moustiques sont **aspirés** par les 2 entrées latérales et **capturés dans les filets**.

Notre solution est un traitement de fond, visant à **réduire drastiquement la population de moustiques**.

Le piège **consomme peu d'énergie** et grâce à **son faible niveau sonore, seulement 35 dB**, il est aussi discret qu'un brumisateur.

Un **réseau de pièges** permet de créer un **bouclier anti-moustique** et une zone **intégralement protégée**



Renouvellement des consommables



4 étapes



CO₂



Phéromone

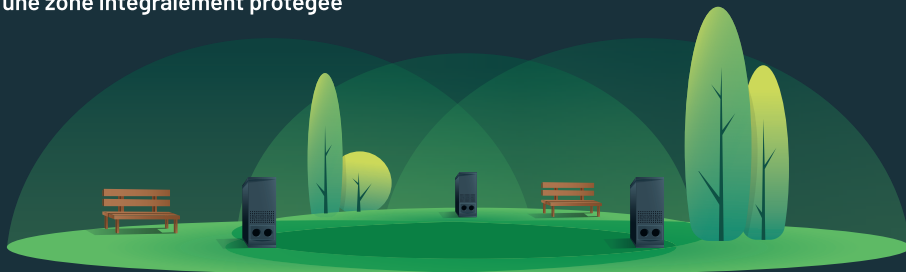
Capteurs intégrés



Diffusion C02 et phéromones



Aspiration des moustiques dans les filets



25 à 30m entre chaque piège

Notre gamme



GARDEN CORTEN
Imitation jardinière



GARDEN ANTHRACITE
Imitation jardinière



URBAN ANTHRACITE
Ancrage au sol

+237 652 39 95/ 695 65 12 69 ✉ solutionssante1gmail.com / contact@solution-sante.com
www.solution-sante.com f Maboiteamoustique @maboiteamoustique
🏠 Solution Santé, 1130 Rue Charley EYOUM EBELLE 8010 Douala





Douala Clean City
it's possible

je m'engage à rendre ma Ville propre



Communauté Urbaine de Douala



www.douala.cm