

CPTS DRAC SUD

MAGAZINE DE LA SANTÉ

LE GUIDE LOCAL DRAC SUD

QUIZ SANTÉ
**OÙ EN ÊTES-VOUS
DANS VOTRE
BIEN-ÊTRE ?**

LA CPTS DRAC SUD
**SON IMPACT SUR
VOTRE PARCOURS
DE SOIN**


LES PROS
**DÉCOUVREZ LA
CARTE MEDICO-
SOCIALE DU
TERRITOIRE**

LEXIQUE

**AMO, ALD, DMP...
VOUS ÊTES PERDUS ?**

Dans cette édition

- 05** LA CPTS DRAC SUD
- 10** L'ANNUAIRE PROFESSIONNEL
- 11** CAMPAGNE MÉDECIN TRAITANT
- 13** L'EXERCICE COORDONNÉ
- 15** LES INSTITUTIONS
- 17** LES ÉTUDES DE MÉDECINE
- 19** LE NUMÉRIQUE EN SANTÉ
- 23** LE LEXIQUE DE LA SANTÉ
- 32** LES FICHES MÉTIER
- 41** LES SOINS NON PROGRAMMÉS
- 46** FOCUS SUR L'ALD
- 49** VOS DROITS
- 54** LES NUMÉROS UTILES



**Des quiz pour
évaluer votre
santé et vos
connaissances**

LA CPTS



Son rôle

Vous vous demandez peut-être ce qu'est une CPTS et comment elle peut améliorer votre accès aux soins ? En termes simples, une CPTS, c'est un groupe de professionnels de santé qui se sont réunis pour mieux travailler ensemble, au service de notre communauté.

L'objectif principal est de sortir de l'isolement que peuvent parfois ressentir les patients lorsqu'ils cherchent des soins. En rejoignant la CPTS, les professionnels partagent leurs expériences et mettent en place des solutions concrètes pour répondre aux besoins de santé de chacun d'entre vous. Ce n'est pas une nouvelle structure compliquée ou une couche administrative supplémentaire : c'est un espace qui vous appartient, conçu pour améliorer la coordination et l'efficacité des soins.

La réalité de notre territoire !

La CPTS s'adapte aux réalités de notre territoire. Nous partons des besoins que nous observons au quotidien – que ce soit l'accès aux soins, la gestion des urgences ou encore la prévention – pour construire des projets qui ont du sens pour vous. Chaque professionnel de santé, quel que soit son domaine, a un rôle à jouer dans cette dynamique, et cela se traduit par des soins plus accessibles et mieux adaptés.



Un espace d'échange et des événements toute l'année !

Nous offrons également des moments d'échange et d'information tout au long de l'année ! La CPTS organise des événements conviviaux, des ateliers de sensibilisation à la santé, et des rencontres pour discuter de vos préoccupations et réfléchir ensemble à des solutions concrètes pour améliorer votre bien-être.

**Améliorer
l'accès
aux soins**

**Fluidifier
les
parcours**

**Faire des
actions de
prévention**

**Favoriser
la venue
des pros**

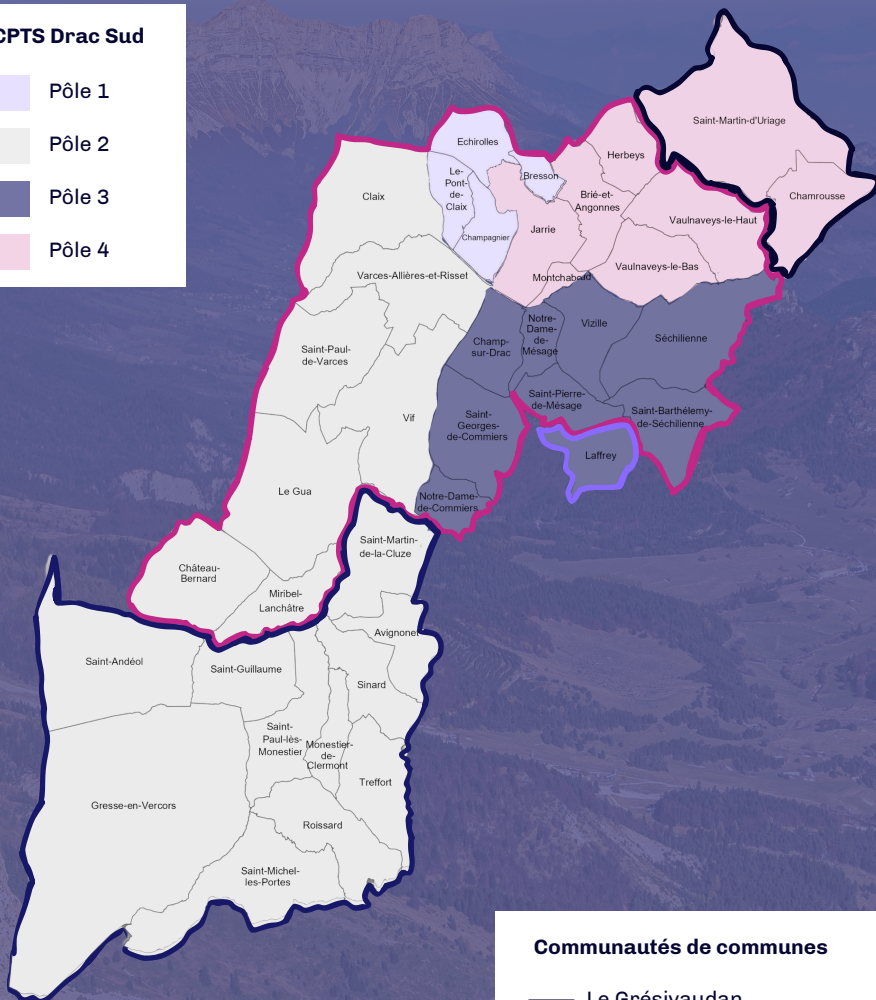
**Protocole
situation
de crise**

**Qualité &
pertinence
des soins**

Le territoire de le CPTS

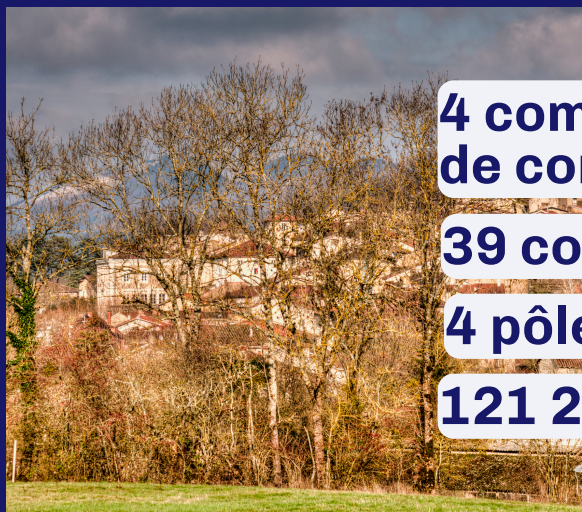
CPTS Drac Sud

- Pôle 1
- Pôle 2
- Pôle 3
- Pôle 4



Communautés de communes

- Le Grésivaudan
- La Matheysine
- Trièves
- Grenoble Alpes Métropole



**4 communautés
de communes**

39 communes

4 pôles

121 274 habitants

126 médecins

164 infirmiers

19 sage-femmes

164 kinés

35 pharmacies



Ses chiffres clés

SCANNEZ ICI POUR RETROUVER TOUS LES PROS DU COIN !



Carte interactive
par ville

Si vous rencontrez des difficultés pour accéder à la version numérique, vous pouvez vous rendre auprès de votre CCAS ou dans une maison France service

Besoin d'un médecin traitant ?

Se référencer via Citana auprès de la CPTS

Scannez le QR code de la page suivante

Besoin vital ?

Appelez le 15

Besoin de soins non urgents ?

Solutions immédiates

- Prendre rendez-vous auprès des structures proposant des soins non programmés comme SOS médecin
- Consulter les paramédicaux : Pharmacie, cabinet infirmier, Kinésithérapeute...
- Téléconsultation via les plateformes agréées

Accompagnement complémentaire

- Prenez contact avec les associations de santé
- Vous pouvez prendre attache auprès de la CPAM, de la PMI ou du CCAS de votre commune

Suivi personnalisé par la CPTS Drac Sud

Vous n'avez plus de médecin traitant ?

INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT !

Scannez ce QR Code



Citaña

Conçu par Anamnèse

Communes concernées :

AVIGNONET, BRESSON, BRIÉ-ET-ANGONNES, CHAMP-SUR-DRAC, CHAMPAGNIER, CHAMROUSSE, CHÂTEAU-BERNARD, CLAIX, ECHIROLLES, GRESSE-EN-VERCORS, HERBEYS, JARRIE, LAFFREY, LE GUA, LE PONT-DE-CLAIX, MIRIBEL-LANCHÂTRE, MONESTIER-DE-CLERMONT, MONTCHABOUD, NOTRE-DAME-DE-COMMIERS, NOTRE-DAME-DE-MÉSAGE, ROISSARD, SAINT-ANDÉOL, SAINT-BARTHÉLÉMY-DE-SÉCHILLENNE, SAINT-GEORGES-DE-COMMIERS, SAINT-GUILLAUME, SAINT-MARTIN-D'URIAGE, SAINT-MARTIN-DE-LA-CLUZE, SAINT-MICHEL-LES-PORTES, SAINT-PAUL-DE-VARCES, SAINT-PAUL-LÈS-MONESTIER, SAINT-PIERRE-DE-MÉSAGE, SINARD, SÉCHILLENNE, TREFFORT, VARCES-ALLIÈRES-ET-RISSET, VAULNAVEYS-LE-BAS, VAULNAVEYS-LE-HAUT, VIF, VIZILLE.

**En cas d'urgence
Contactez le 15**



L'EXERCICE COORDONNÉ



L'exercice coordonné

À la CPTS, nous sommes convaincus que pour offrir la meilleure prise en charge possible à nos patients, il faut que l'on travaille main dans la main.

L'exercice coordonné, c'est justement ça : rassembler les médecins, les infirmiers, les pharmaciens, et tous les autres professionnels de santé de notre territoire pour mieux collaborer.

Pourquoi ?

Ensemble, nous pouvons assurer une prise en charge globale et continue, où chaque patient est accompagné sans rupture dans son parcours de soins. Cela nous permet aussi de mieux faire face aux défis auxquels on est confrontés : la pénurie de médecins, le vieillissement de la population, ou encore la montée des maladies chroniques.

Les avantages de l'exercice coordonné



Amélioration de la qualité des soins



Prévention et éducation à la santé



Optimisation des ressources

Formes d'exercice coordonné

MSP

Les Maisons de santé pluriprofessionnelles regroupent différents professionnels de santé pour offrir des soins de proximité.

CDS

Les Centres de santé proposent des soins diversifiés, souvent en intégrant plusieurs spécialités.

ESP

Les Équipes de soins primaires regroupent divers professionnels de santé qui collaborent pour offrir des soins de première ligne. Elles visent à améliorer l'accès aux soins et à garantir une continuité dans la prise en charge des patients.

LES INSTITUTIONS



STÈRE
SOLIDARITÉ
E LA SANTÉ

MINISTÈRE DE LA SANTÉ

Décide de la politique nationale de santé

DGOS

Direction Générale de l'Offre de Soins

- Organise les soins au niveau national
- Gère les hôpitaux
- Définit les règles
- Gère les crises sanitaires

ARS

Agences Régionales de Santé

- Applique la politique de santé en région
- Surveille la santé publique
- Organise les soins localement

CNAM

Caisse Nationale d'Assurance maladie

- Gère le budget de la sécurité sociale
- Définit les remboursements

DÉLÉGATIONS TERRITORIALES ARS

CPAM

Caisse Primaire d'Assurance maladie

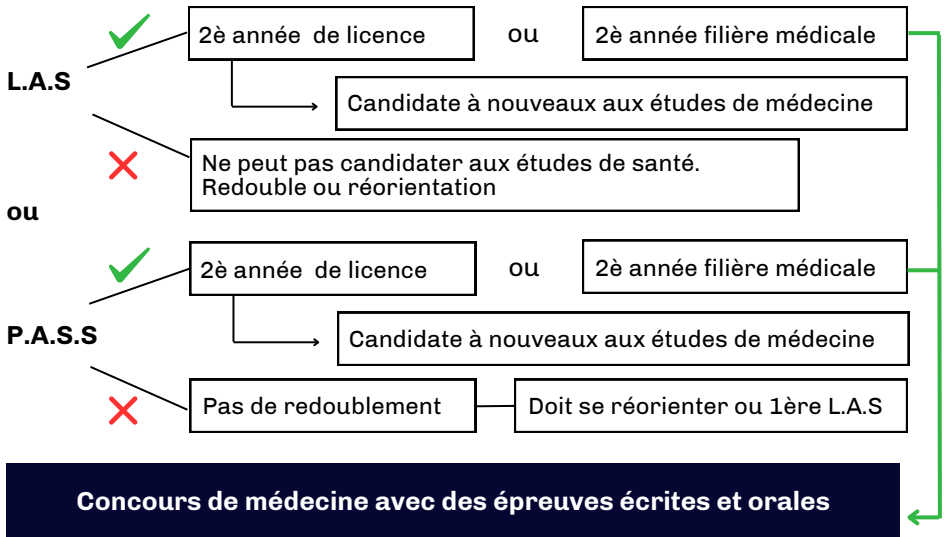
- Vous rembourse vos soins
- Vous accompagne dans vos démarches
- Répond à vos questions

VOUS

LES ETUDES DE MEDECINE



1ère année



1er cycle - DFGSM

2^e année Années pré-cliniques - Stage de 4 semaines à temps plein + 12 semaines minimum à l'hôpital sur les 2 ans

3^e année

Obtention du diplôme de formation générales en sciences médicales

2e cycle - DFASM

4^e année Années cliniques - Externe à mi-temps cours/hôpital

5^e année Stages + 25 gardes à effectuer sur les 3 ans

6^e année Examen classant national (EDN + ECOS)

Obtention du diplôme de formation approfondie en sciences médicales

3e cycle - Internat

7^e année Après les 4 ans d'internat : **Docteur en médecine générale**

8^e année **Acquiert le statut de docteur junior**

9^e année

10^e année

Attestation de nomination à l'APHP
+ Réussite à la thèse + Inscription
ordre des médecins

Affectation selon le projet
professionnel + choix des stages
sur la plateforme SIIMOP

11^e année

12^e année

Après les 6 ans d'internat et la thèse : **Docteur en médecine spécialisée**

LE NUMÉRIQUE EN SANTÉ

Maladi

IN
- VOUS
MIEUX
dez-vo
:
et
on
geries
ene
ature
el

Mon espace santé

Mon Espace Santé est une plateforme numérique sécurisée qui vous permet de gérer votre parcours de santé de manière simple et efficace. Accessible à tous, cet espace personnel centralise vos informations médicales, vos documents de santé et facilite la communication avec les professionnels de santé.

Pourquoi s'inscrire à "Mon espace santé" ?

1. Centralisation des informations médicales

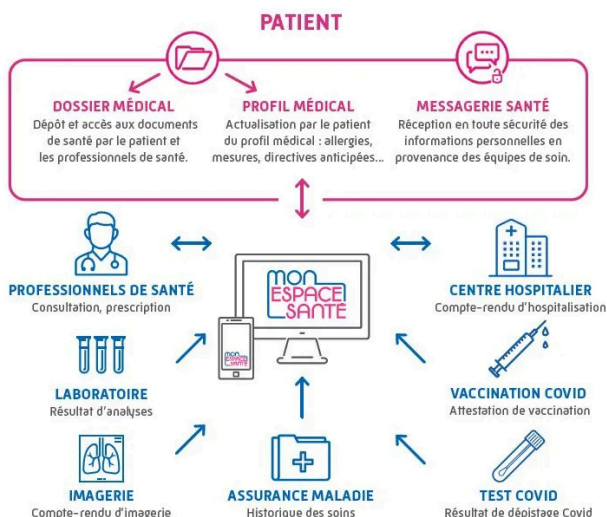
- **Dossier médical partagé** : Vous pouvez rassembler tous vos documents de santé (ordonnances, résultats d'examens, vaccinations) en un seul endroit.
- **Accès facile** : Consultez vos informations médicales à tout moment, où que vous soyez.

2. Amélioration de la coordination des soins

- **Partage avec les professionnels de santé** : Permet aux médecins et aux spécialistes d'accéder à votre dossier, facilitant ainsi la continuité des soins.
- **Suivi personnalisé** : Recevez des conseils adaptés à votre état de santé et à vos besoins.

3. Prévention et suivi de la santé

- **Rappels de vaccination et d'examens** : Recevez des notifications pour ne pas oublier vos rendez-vous ou vos vaccinations.
- **Accès à des informations de santé** : Profitez de ressources et de conseils pour mieux comprendre votre santé et prévenir les maladies.



L'application carte vitale

L'application Carte Vitale est un service numérique qui vous permet de gérer vos informations de santé directement depuis votre smartphone. Elle centralise tous vos services liés à la carte Vitale, vous offrant un accès facile et rapide à vos données de santé essentielles.

Pourquoi l'utiliser ?



Accès simplifié à vos informations



Sécurisation des données



Suivi des remboursements

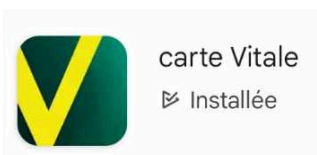
Comment se procurer l'application ?



1 - Visitez le site officiel : Rendez-vous sur **applicartevitale.fr** pour plus d'informations

2 - **Téléchargez l'application** : Recherchez "Appli Carte Vitale" dans votre store d'applications

3 - **Installez et configurez** : Suivez les instructions pour installer l'application et connectez-vous avec vos identifiants Ameli ou créez un compte si nécessaire



L'ordonnance numérique

Qu'est ce que c'est ?

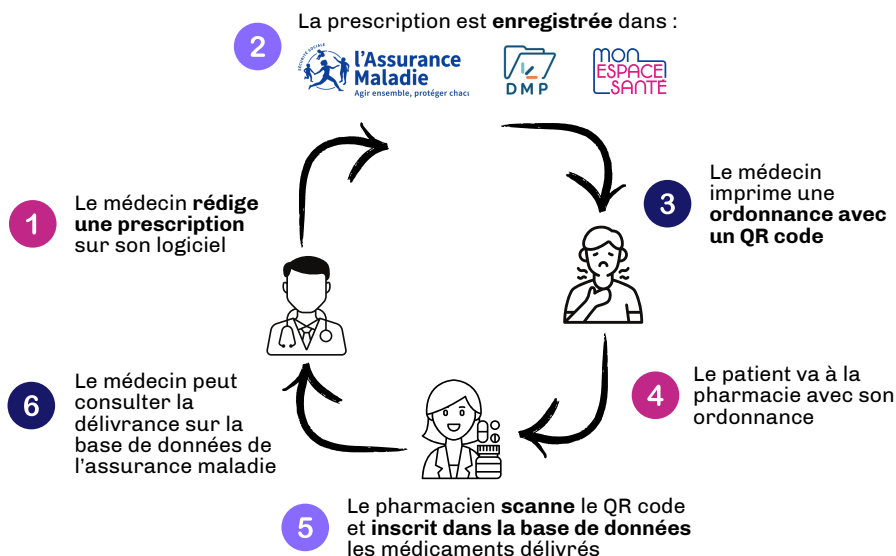
L'ordonnance numérique est un service qui permet de dématérialiser le circuit de prescription entre les médecins et les pharmaciens.

Elle remplace l'ordonnance papier traditionnelle, offrant un moyen plus sécurisé et efficace de gérer vos prescriptions médicales.

Pourquoi l'utiliser ?

- Accès facile : Consultez vos prescriptions à tout moment
- Sécurité : Moins de risques d'erreurs grâce à des échanges électroniques
- Suivi simplifié : Meilleur suivi de votre traitement par votre médecin
- Dématérialisation : Plus besoin de garder des papiers, tout est en ligne !

En pratique :



LE LEXIQUE



Nous savons tous que le monde de la santé peut parfois sembler un peu complexe, avec son lot de termes techniques qui pourraient faire rougir un dictionnaire ! Qui aurait pensé que "bradycardie" ne désignait pas une nouvelle mode vestimentaire ?

Pour vous éviter de vous perdre dans cette jungle lexicale, nous avons préparé un glossaire qui déchiffre ces termes parfois mystérieux.

Pensez-y comme votre guide dans l'univers de la santé : il vous aidera à naviguer avec aisance et à comprendre ce qui se cache derrière ces mots parfois énigmatiques.

C'est parti !

ADMR	Aide à Domicile en Milieu Rural
ADPA	Allocation Départementale Personnalisée d'Autonomie
ALD	Affection Longue Durée
AME	Aide Médicale d'Etat
AMELI	Assurance Maladie En Ligne
APA	Allocation Personnalisée d'Autonomie
APA	Activité Physique Adaptée
ARS	Agence Régionale de Santé
AS	Assistante Sociale
ASE	Aide Sociale à l'Enfance
ASO	Action SOciale (l'un des 3 services d'un SLS)
AURA	AUvergne-Rhône-Alpes

CAF	Caisse d'Allocation Familiale
CC	Communauté de Communes
CCAS-CIAS	Centre Communale d'Action Social
CDS	Centre de Santé
CESU	Chèque Emploi Service Universel
CHAI	Centre Hospitalier Alpes-Isère
CHU (GA)	Centre Hospitalier Universitaire Grenoble Alpes
CLS	Contrat Local de Santé Solidarité
CLSM	Contrat Local en Santé Mentale
CMP	Centre-Médico-Psychologique
CMPP	Centre-Médico-Psycho-Pédagogique
CMS	Centre Médico-Social
CNIL	Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés
CPAM	Caisse Primaire d'Assurance Maladie
CPTS	Communauté Professionnelle Territoriale de Santé
CRATB	Centre Régional AnTiBiothérapie
CSI	Centre de Soins Infirmiers

CSP	Code de la Santé Publique
CSS	Centre de Santé Sexuelle (anciennement planning familial ou CPEF)
DAC	Dispositif d'Appui à la Coordination
DMP	Dossier Médical Partagé
DT	Diabète
EAJE	Etablissement d'Accueil du Jeune Enfant
EHPAD	Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes
EMPSA	Equipe Mobile de Psychiatrie du Sujet Agé
EMS	Etablissement Médico-Social
ESAT	Etablissement et Service d'Accompagnement par le Travail
FAM	Foyer d'Accueil Médicalisé
HDJ	Hôpital de jour
GHM	Groupe Hospitalier Mutualiste
GHT	Groupement Hospitalier de Territoire
GIR	Groupe Iso-Ressources
IC	Insuffisance cardiaque
IDEL	Infirmière Diplômée d'Etat Libérale

IJ	Indemnité Journalière
IME	Institut Médico-Educatif
IPA	Infirmière en Pratique Avancée
LAM	Laboratoire d'Analyses Médicales
MDA	Maison Des Adolescents
MDA	Maison de l'Autonomie (MDPH de l'Isère
MDH	Maison Des Habitants
MDPH	Maison Départementale des Personnes Handicapées
MG	Médecin Généraliste
MKDE	Masseur Kinésithérapeute Diplômé d'Etat
MMG	Maison Médicale de Garde
MNA	Mineurs Non Accompagnées
MRSI	Maison Resource Santé en Isère
MSA	Mutuelle Sociale Agricole
MSP	Maison de Santé Pluriprofessionnelle
PA	Personne Agée
PASI	Point d'Accueil de Soins Immédiats

PASS	Permanence d'Accès aux Soins de Santé
PCO	Plateforme de Coordination et d'Orientation
PDSA	Permanence des Soins Ambulatoires
PM	Police Municipale
PMI	Protection Maternelle et Infantile
PN	Police Nationale
PS	Professionnel de Santé
PASS	Permanence d'Accès aux Soins de Santé
QPV	Quartier (prioritaire de la) Politique de la Ville
RAM	Relais Assistantes Maternelles
RÉPOP	Réseau de Prévention et Prise en charge de l'Obésité Pédiatrique en Isère
RGPD	Règlement Général pour la Protection des Données
RPE	Relais Petite Enfance
RPPS	Répertoire Partagé des Professionnels de Santé
SAAD	Service d'Aide et d'Accompagnement à Domicile
SAMU38	Service d'Aide Médicale Urgente
SESSAD	Service d'Education Spéciale et de Soins à Domicile

SIAD	Soin Infirmier A Domiciel
SISM	Semaine d'Information sur la Santé Mentale
SLS	Service Local de Solidarité
SNP	Soins Non Programmés
SSE	Situation Sanitaire Exceptionnelle
SSIAD	Service de Soins Infirmiers A Domicile (aide-soignante qui dépendent des soins infirmiers)
TISF	Technicien de l'Intervention Sociale et Familiale
TND	Trouble du Neuro-Développement
TS	Travailleur Social
ULIS	Unité Localisée pour l'Inclusion Scolaire
VAD	Visite A Domicile

LE CPTS QUIZ!

Comptabilisez vos résultats

Cerclez à côté de chaque numéro de question le symbole correspondant à votre réponse. Comptez ensuite le nombre de symboles obtenus afin de calculer votre score final.

Question	A	B	C
1	●	■	★
2	★	●	■
3	■	●	★
4	★	●	■
5	★	■	●
6	★	■	●
7	■	●	★
8	★	●	■
9	★	●	■
10	★	■	●

Comptabilisez vos résultats :

Nombre de ● : ____
 Nombre de ■ : ____
 Nombre de ★ : ____

1 - À quelle fréquence pratiquez-vous une activité physique d'au moins 30 minutes ?

- A) Moins de 2 fois par semaine
- B) 5 fois par semaine ou plus
- C) 2 à 4 fois par semaine

2 - Comment décririez-vous votre alimentation quotidienne ?

- A) Peu équilibrée, je mange souvent des plats préparés ou des snacks
- B) Très équilibrée, avec beaucoup de fruits, légumes et protéines
- C) Plutôt équilibrée, mais j'ai des faiblesses

3 - Quel est votre niveau de stress au quotidien ?

- A) Je me sens souvent débordé et stressé
- B) Je gère bien, je prends du temps pour moi
- C) J'ai des périodes stressantes, mais je m'en sors

4 - Dormez-vous suffisamment et de manière réparatrice ?

- A) Non, je dors moins de 6 heures en moyenne
- B) Oui, je dors entre 7 et 9 heures par nuit
- C) Parfois, je me réveille fatigué

5 - Avez-vous des antécédents médicaux dans votre famille (diabète, hypertension, etc.) ?

- A) Oui, cela m'inquiète et je ne sais pas quoi faire
- B) Non, personne dans ma famille n'a de problèmes de santé majeurs
- C) Oui, mais je prends des mesures préventives

6 - Avez-vous des problèmes de santé chroniques (comme le diabète, l'hypertension, etc.) ?

- A) Oui, et je ne suis pas sûr d'être bien suivi
- B) Non, je n'ai pas de problèmes de santé chroniques
- C) Oui, mais je suis bien suivi par un professionnel

7 - Avez-vous récemment consulté un professionnel de santé pour un bilan de santé ?

- A) Non, je n'y pense pas vraiment
- B) Oui, je fais des bilans réguliers
- C) Cela fait un moment, mais je devrais le faire

8 - Ressentez-vous des douleurs persistantes ou des symptômes qui vous préoccupent ?

- A) Oui, j'ai des symptômes qui m'inquiètent
- B) Non, je me sens en bonne santé
- C) J'ai quelques douleurs occasionnelles, mais rien de sérieux

9 - Êtes-vous satisfait de votre équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle ?

- A) Non, je suis souvent submergé par le travail
- B) Oui, je trouve un bon équilibre
- C) C'est parfois difficile, mais je fais de mon mieux

10 - Avez-vous des difficultés à accéder aux soins de santé lorsque vous en avez besoin ?

- A) Oui, c'est souvent compliqué pour moi
- B) Non, j'ai un bon accès aux soins
- C) Parfois, je rencontre des obstacles

Majorité de ● :

Excellente santé ! Vous êtes sur la bonne voie pour maintenir votre bien-être. Continuez à prendre soin de vous et envisagez des bilans réguliers pour rester informé de votre santé.

Majorité de ■ :

Vous êtes dans une bonne dynamique, mais quelques ajustements pourraient être bénéfiques. Pensez à consulter un professionnel de santé pour discuter de vos préoccupations. Vous pourriez aussi bénéficier d'un accompagnement de la CPTS pour optimiser votre parcours de soins.

Majorité de ★ :

Il est peut-être temps de faire le point sur votre santé. N'hésitez pas à contacter la CPTS pour obtenir des conseils et un accompagnement adapté à vos besoins. Votre bien-être est important, et des solutions existent pour vous aider à améliorer votre qualité de vie.

VOS PROS







Masseur-Kinésithérapeute

Le masseur-kinésithérapeute est un professionnel de santé qui aide les patients à améliorer leur mobilité et à soulager leurs douleurs. Grâce à des techniques spécifiques, il traite des troubles fonctionnels liés à des blessures, des maladies ou des opérations chirurgicales.

Ses compétences



Son rôle

-  Evaluation de l'état de santé
-  Traitement par techniques manuelles
-  Suivi et ajustement
-  Prévention des blessures

A quoi s'attendre

Accompagnement personnalisé

Recommandations d'exercices et habitudes de vie

Conseils pratiques

Soutien dans la rééducation pour retrouver l'autonomie

Sage-femme

La sage-femme est une professionnelle de santé formée pour accompagner les femmes durant leur grossesse, leur accouchement et leur période postnatale. Elle joue également un rôle essentiel dans le suivi gynécologique.

Ses compétences

Maîtrise des aspects médicaux de la grossesse, de l'accouchement et de la santé gynécologique

Manoeuvre d'accouchement, réanimation néonatale



Utilisation de techniques non médicamenteuses pour soulager la douleur

Son rôle



Accouchement



Conseils allaitement, soins du bébé



Suivi postnatal



Conseils de récupération physique et psychologique



Suivi de la grossesse



Education et prévention



Suivi gynécologique

A quoi s'attendre

Conseils pratiques sur la grossesse, la contraception et le suivi gynécologique

Accompagnement personnalisé

Soutien émotionnel et écoute

Pharmacien

Le pharmacien est un professionnel de santé spécialisé dans la gestion des médicaments et des produits de santé. Il joue un rôle essentiel dans le système de santé en veillant à la sécurité et à l'efficacité des traitements médicamenteux.

Ses compétences

Maîtrise des médicaments, leurs interactions, effets secondaires et contre-indication

Capacité à vérifier la pertinence des prescriptions et détecter d'éventuelles erreurs



Capacité à expliquer les traitements aux patients de manière claire et accessible

Son rôle



Délivrance de médicaments



Conseils utilisation, posologie et effets



Vaccination



Suivi des traitements et ajustement



Tests rapides d'orientation diagnostic (angine, glycémie, cholestérol...)



Préparation de médicaments sur mesure



Conseils santé, prévention des maladies, gestion des symptômes courants

A quoi s'attendre

Conseils sur le choix des médicaments en fonction de votre état de santé et de vos traitements en cours

Accompagnement personnalisé et recommandations

Soutien dans la gestion des traitements

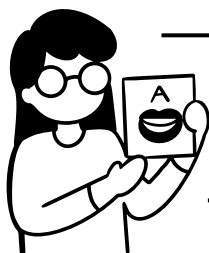
Orthophoniste

L'orthophoniste est un professionnel de santé spécialisé dans la prévention, l'évaluation et la rééducation des troubles de la communication, du langage, de la voix et de la déglutition. Il intervient auprès de patients de tous âges, des enfants aux personnes âgées.

Ses compétences

Connaissances linguistiques et phonétiques

Compétences d'évaluation



Pédagogie et communication

Créativité pour la conception des activités ludiques et engageantes

Son rôle



Evaluation des troubles du langage, de la parole, de la voix et de la déglutition



Rééducation



Conseil et accompagnement auprès des familles et des enseignants



Actions de sensibilisation pour prévenir les troubles et promouvoir un développement langagier sain

A quoi s'attendre

Un diagnostic précis

Un suivi régulier

Un plan de traitement personnalisé

Des conseils personnalisés

Infirmière en pratique avancée

L'infirmière en pratique avancée (IPA) est une professionnelle de santé ayant suivi une formation spécialisée qui lui permet d'exercer des fonctions élargies, notamment dans le diagnostic, la prescription et la coordination des soins. Elle joue un rôle essentiel dans la prise en charge des patients, particulièrement ceux atteints de maladies chroniques.

Ses compétences

Connaissances médicales approfondies des pathologies et des traitements



Gestion des soins et coordination entre différents pros

Compétence en communication pour expliquer les traitements et rassurer les patients

Son rôle



Evaluation clinique : bilans complets de l'état des patients



Diagnostic infirmier en identifiant les besoins de santé



Peut prescrire des médicaments et des examens complémentaires



Assure le suivi des patients chroniques et participe à leur éducation thérapeutique

A quoi s'attendre

Des soins personnalisés

Un suivi régulier

Une écoute attentive

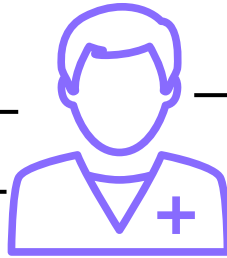
Infirmière libérale

L'infirmière libérale (IDEL) est une professionnelle de santé qui exerce son activité de manière indépendante, en cabinet ou à domicile. Elle propose une large gamme de soins infirmiers et joue un rôle essentiel dans la continuité des soins, notamment pour les patients ayant des besoins spécifiques ou chroniques.

Ses compétences

Évaluation clinique :
Capacité à diagnostiquer rapidement les besoins de santé des patients lors des visites à domicile.

Gestion des urgences :
Savoir réagir efficacement en cas d'urgence, en prenant des décisions rapides et appropriées.



Planification des soins :
Capacité à élaborer un plan de soins personnalisé, en tenant compte des spécificités de chaque patient et de son environnement.

Son rôle



Soins à domicile : Administration de soins techniques (injections, soins de plaies, perfusions) et relationnels (écoute, soutien) pour des patients souvent fragiles.



Suivi des patients : Evaluation régulière de l'état de santé notamment des maladies chroniques



Éducation thérapeutique : Informer et former les patients sur leur pathologie, les traitements, et les gestes à adopter pour améliorer leur qualité de vie.

A quoi s'attendre

Prise en charge personnalisée qui tient compte de votre situation et de vos préférences

Un suivi régulier : Visites planifiées pour évaluer l'évolution de votre santé et ajuster les soins si nécessaire.

Un soutien dans vos démarches : Aide pour comprendre les prescriptions médicales et les démarches administratives liées à votre santé.

Autres pros

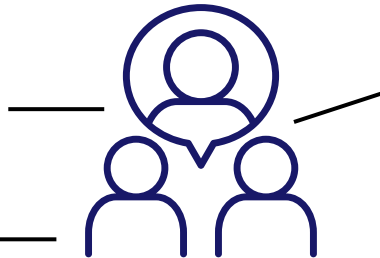
Médiatrice de santé

La médiatrice de santé est un professionnel qui facilite l'accès aux soins et améliore la communication entre les patients et le système de santé, notamment auprès des populations vulnérables.

Ses compétences

Compétences
interculturelles

Aptitude à
comprendre les
préoccupations des
patients et les aider
à exprimer leurs
besoins



Connaissance des
ressources :
Familiarité avec les
services de santé
disponibles et
capacité à orienter
les patients vers les
bonnes structures.

Son rôle



Facilitateur d'accès aux soins : Aide les patients à surmonter les obstacles à l'accès aux soins



Soutien à la navigation dans le système de santé : Accompagne les patients dans leurs démarches pour obtenir des soins, en les orientant vers les ressources appropriées.



Éducation à la santé : Sensibilise les patients sur leurs droits et les services disponibles, ainsi que sur l'importance de la prévention.

A quoi s'attendre

Un soutien personnalisé

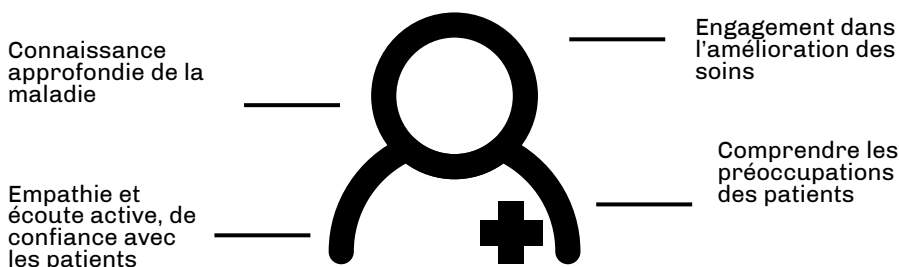
Des conseils pratiques

Un rôle de facilitateur




Patient expert

Le patient expert est une personne ayant une expérience significative d'une maladie ou d'un handicap. Il utilise cette expérience pour aider les autres patients et améliorer les pratiques de soins.

Ses compétences



Son rôle

-  Partage d'expérience : Utilise son vécu pour informer et sensibiliser d'autres patients sur la gestion de leur maladie et les traitements.
-  Accompagnement des patients : Offre un soutien moral et pratique, aidant les patients à naviguer dans le système de santé.
-  Formation des professionnels de santé : Participe à la formation des professionnels pour les aider à mieux comprendre les réalités vécues par les patients.

A quoi s'attendre

Des conseils basés sur l'expérience

Un soutien moral

Un accompagnement personnalisé

URGENCES

CES

URGENCES +



Qu'est ce que c'est ?

Les soins non programmés sont des soins qui nécessitent une prise en charge rapide (dans la journée ou sous 48h), mais qui ne relèvent pas d'une urgence vitale.

Il s'agit de situations médicales imprévues qui surviennent en dehors d'un rendez-vous programmé avec votre médecin traitant.

Les structures d'accueil

Plusieurs types de structures peuvent assurer des soins non programmés :

- Les cabinets médicaux traditionnels
- Les maisons de santé pluriprofessionnelles
- Les centres de santé dédiés
- Les sociétés interprofessionnelles de soins ambulatoires (SISA)

Le fonctionnement

Ces centres fonctionnent généralement :



Sans RDV



Avec des plages
horaires élargies



Avec des médecins
généralistes libéraux

Pour quels patients ?

Les soins non programmés sont adaptés pour :

- Les pathologies aiguës non graves
- Les petites traumatologies

A retenir !

Les SNP sont une solution efficace pour une prise en charge rapide auprès de professionnels qualifiés afin de désengorger les services d'urgences. Ils offrent une alternative à la médecine de ville et assure une prise en charge adaptée dans des temps réduits.

Le service d'accès aux soins

Le SAS est un service public qui vise à répondre à la demande de soins vitaux, urgents et non programmés de la population, accessible 24h/24 et 7j/7. Il constitue une nouvelle organisation pour simplifier le parcours de santé des patients.

Son fonctionnement

Le SAS s'articule autour de trois composantes principales :

- Une régulation téléphonique assurée par des professionnels de santé
- Une plateforme numérique nationale réservée aux professionnels participants
- Une coordination entre médecine de ville et urgences hospitalières

Structures disponibles sur le territoire :

Démarche d'accès :

APPEL AU 15 (SAS)

EVALUATION DE LA SITUATION

ORIENTATION SELON LA GRAVITÉ

✱ **SI URGENCE VITALE
→ SAMU**

✱ **SI SNP**



PASI des Cèdres (Echirolles) :

Situé au 48 avenue de Grugliasco
Horaires : 16h-minuit en semaine,
8h/12h-minuit le weekend
Géré par SOS Médecins



SOS Médecins :

Cabinet de garde ouvert 7j/7 de 8h à minuit
Rendez-vous possibles le jour même
Service complémentaire au médecin traitant



Maisons Médicales de Garde (MMG) :

- MMG de Vizille
- MMG de la Clinique Mutualiste
- MMG du CHU de Grenoble

URGENCE OU PAS ?

Testez vos connaissances sur les situations qui nécessitent réellement une visite aux urgences !

1 - Vous avez de la fièvre à 38,5° depuis 24h :

- A) Je me rends directement aux urgences
- B) J'appelle mon médecin traitant
- C) Je prends un médicament antipyrétique et surveille l'évolution

2 - Votre enfant s'est cogné la tête et présente des vomissements :

- A) Je lui donne un anti-vomitif et le couche
- B) Je me rends aux urgences
- C) J'attends que ça passe

3 - Vous ressentez une douleur dentaire intense :

- A) Direction les urgences hospitalières
- B) J'appelle mon dentiste habituel
- C) Je prends des antidouleurs en attendant lundi

4 - Vous avez des difficultés soudaines à parler et une faiblesse d'un côté du corps :

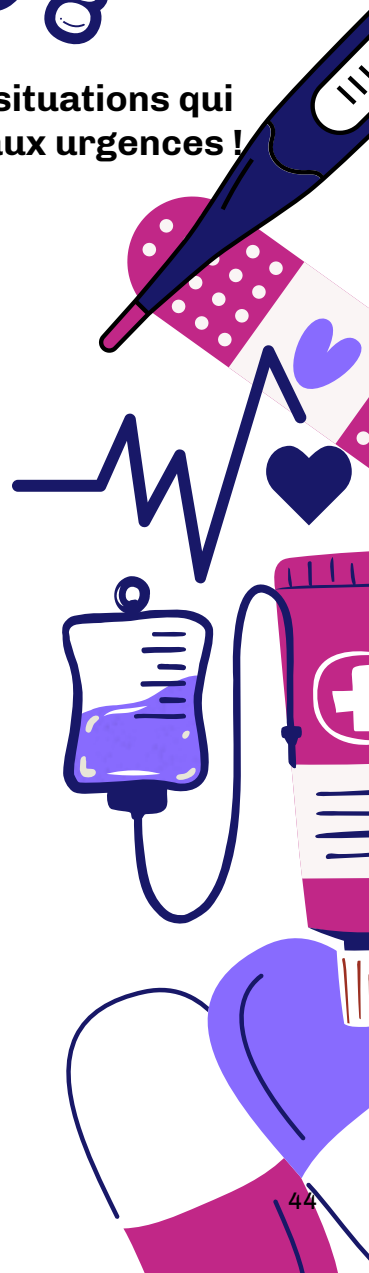
- A) Je me repose et attends que ça passe
- B) J'appelle mon médecin traitant
- C) J'appelle immédiatement le 15

5 - Une entorse à la cheville un samedi après-midi :

- A) Je me rends à la maison médicale de garde
- B) Direction les urgences
- C) J'applique de la glace et attends lundi

6 - Une coupure superficielle qui saigne :

- A) Je vais aux urgences
- B) Je désinfecte et pose un pansement
- C) J'appelle le 15



7 - Une douleur thoracique intense avec sueurs :

- A) Je prends un antidouleur
- B) J'appelle immédiatement le 15
- C) J'attends de voir si ça passe

8 - Une conjonctivite (oeil rouge et qui gratte):

- A) Je consulte mon pharmacien ou médecin traitant
- B) Je me rends aux urgences ophtalmologiques
- C) Je rince à l'eau et attends

9 - Une gastro-entérite avec diarrhées depuis 12h :

- A) Je me rends aux urgences
- B) Je m'hydrate et prends un anti-diarrhéique
- C) J'appelle le 15

10 - Une brûlure au 2ème degré sur la main :

- A) Je mets de la crème et un pansement
- B) Je consulte rapidement un médecin ou SOS médecin
- C) Je file aux urgences

Comptabilisez vos résultats

Comptez vos points selon ce barème :

- 1 point par bonne réponse
- 0 point par mauvaise réponse

			01
			6
			8
			7
			9
			5
			4
			3
			2
			1
c	B	A	Question

Vos résultats :

J'ai obtenu : __pts

8-10 points : 🏆 EXPERT EN GESTION DES URGENCES

Bravo ! Vous savez parfaitement distinguer les vraies urgences des situations qui peuvent être prises en charge par d'autres structures de soins. Vous contribuez à un meilleur fonctionnement du système de santé !

5-7 points : 🧑‍⚕️ BON SENS MÉDICAL

Vous avez de bonnes bases ! Quelques situations vous font encore douter, mais dans l'ensemble, vous gérez bien les situations médicales. N'oubliez pas que votre médecin traitant et les maisons médicales de garde sont vos premiers interlocuteurs pour les situations non urgentes.

0-4 points : 🚑 À REVOIR

Vous avez tendance à surévaluer l'urgence des situations. Rappelez-vous que les services d'urgences sont destinés aux cas graves et vitaux. Pour les autres situations, privilégiez votre médecin traitant, les maisons médicales de garde ou SOS médecins.

FOCUS AID



Comprendre l'affection de longue durée

Qu'est-ce qu'une ALD ?

Une Affection de Longue Durée (ALD) est une maladie qui nécessite un traitement prolongé et coûteux. Elle est reconnue par la sécurité sociale et permet une prise en charge à 100 % des soins liés à cette maladie.

Pourquoi une ALD ?

- **Prise en charge complète** : Les frais de santé liés à l'ALD sont remboursés à 100 %
- **Accès à des soins spécialisés** : Vous pouvez bénéficier de consultations et traitements adaptés
- **Simplification administrative** : Moins de démarches pour le remboursement des soins

Comment ça marche ?

1. Diagnostic médical

Votre médecin établit un diagnostic et peut proposer une demande d'ALD

2. Demande d'ALD

Une demande est faite à votre caisse d'assurance maladie pour obtenir la reconnaissance de l'ALD

3. Validation de l'ALD

Une fois validée, vous êtes informé et pouvez bénéficier d'une prise en charge à 100 % pour vos soins

Questions fréquemment posées

Quels types de maladies sont concernés ?

Les maladies chroniques comme le diabète, certains cancers, ou les maladies cardiaques.

Puis-je avoir plusieurs ALD ?

Oui, il est possible d'avoir plusieurs ALD reconnues.

Mes remboursements liés à l'ALD



**l'Assurance
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

TOUT SAVOIR SUR L'AFFECTION DE LONGUE DURÉE

A quoi sert la prise en charge en ALD ?

La reconnaissance en affection de longue durée (ALD) de votre maladie permet un remboursement à 100% (dans la limite du plafond de remboursement) de vos soins et traitements en lien avec votre maladie. Certains frais restent néanmoins à votre charge. Les soins qui ne sont pas liés à l'ALD sont remboursés normalement.

L'ALD est déterminée
pour une durée précise

Les prescriptions se font
sur une ordonnance spécifique

Remboursements liés à l'ALD

Les soins liés à l'ALD sont remboursés à 100% dans la limite du plafond de remboursement de l'Assurance Maladie



Consultations, examens et soins



Médicaments



Hospitalisation



Transports en commun, personnel ou médicalisés (*sous conditions)

Vous bénéficiez du tiers payant, vous n'avancez pas les frais des soins et traitements en rapport avec votre ALD.

Ce qui reste à votre charge

2€ de participation forfaitaire par consultation*

1€ par boîte de médicament*

et 4€ par transport médicalisé* (franchise)

20€ par jour d'hospitalisation (forfait hospitalier¹)**

Dépassements d'honoraires**

*Limite à 50€ par an et par franchise
**peuvent être pris en charge par votre complémentaire



VOS DROITS





COMPRENDRE SA COUVERTURE SANTÉ

Petit lexique pour s'y retrouver

Mutuelle ou complémentaire santé ?

→ C'est exactement la même chose !

Il s'agit d'un organisme qui rembourse vos frais de santé en complément de l'assurance maladie.

Elle peut-être :

- Obligatoire (via votre entreprise)
- Individuelle (souscrite par vous-même)
- Solidaire (CSS - sous conditions de ressources)

Prévoyance - A ne pas confondre !

→ Ce n'est pas une mutuelle.

C'est une assurance qui vous protège en cas de :

- Arrêt de travail (maintien de salaire)
- Invalidité (compensation financière)
- Décès (capital pour les proches)

Elle est souvent proposée comme mutuelle mais c'est un contrat distinct.



Comment ça marche concrètement ?

- 1 - Vous consultez un professionnel de santé
- 2- Vos soins sont d'abord pris en charge par la Sécurité Sociale (c'est le remboursement de base ou "part obligatoire")
- 3- Votre mutuelle intervient ensuite automatiquement (c'est le remboursement complémentaire)

Exemple détaillé d'une consultation chez un médecin généraliste :

- Prix de la consultation : 30€
- La sécurité sociale rembourse 70% de 30€ = 21€
- Votre mutuelle peut rembourser la différence
- Il reste 1€ à votre charge (participation forfaitaire obligatoire)

Dispositifs importants à connaître :

La Complémentaire Santé Solidaire (CSS) - L'ancienne CMU-C et ACS

Pour qui ? Les personnes aux revenus modestes

Avantages :

- Gratuite ou très peu chère (moins d'1€/jour)
- Pas d'avance de frais
- Pas de dépassements d'honoraires

Vous devez faire la demande auprès de la CPAM ou sur ameli.fr

Le 100% santé

Ce dispositif permet l'accès à des soins sans reste à charge.

Il concerne 3 domaines :

- Dentaire (couronnes, bridges...)
- Optique (lunettes)
- Audiologie (appareils auditifs)

Les équipements sont de qualité et intégralement remboursés. Votre mutuelle doit obligatoirement le proposer.

La sécurité sociale : Un droit fondamental

L'assurance maladie (CPAM) constitue le pilier de notre système de santé français. Elle garantit à chaque assuré social un accès aux soins, selon le principe fondamental de solidarité nationale. Chaque citoyen dispose ainsi du droit d'être soigné, quels que soient ses revenus ou sa situation sociale.

Comprendre les secteurs médicaux

Pour bien comprendre vos droits, il est essentiel de connaître les différents secteurs d'exercice des médecins :

- **Secteur 1** : Ces médecins s'engagent à respecter strictement les tarifs conventionnés fixés par la sécurité sociale. Par exemple, une consultation chez un généraliste est fixée à 25€. Le patient est remboursé sur cette base, sans surprise financière.
- **Secteur 2** : Ces praticiens peuvent pratiquer des "dépassements d'honoraires". Cela signifie qu'ils peuvent facturer au-delà du tarif conventionné. Par exemple, une consultation peut atteindre 50€ ou plus, selon le praticien.
- **Secteur 3** (non conventionné) : Ces médecins fixent librement leurs honoraires, sans aucune limite. L'assurance maladie rembourse alors sur une base minimale, laissant une part importante à la charge du patient.



CPAM

L'OPTAM : Une solution pour maîtriser les coûts

L'Option Pratique Tarifaire Maîtrisée (OPTAM) est un dispositif créé pour encadrer les dépassements d'honoraires.

Les médecins de secteur 2 qui y adhèrent s'engagent à :

- Limiter leurs dépassements d'honoraires
- Réaliser une partie de leurs actes au tarif opposable (sans dépassement)
- Permettre un meilleur remboursement pour leurs patients

Le remboursement par la CPAM

La CPAM rembourse vos soins selon des règles précises :

- Pour les médecins de secteur 1 : remboursement de 70% du tarif conventionné
- Pour les médecins de secteur 2 avec OPTAM : même base de remboursement qu'en secteur 1
- Pour les médecins de secteur 2 sans OPTAM : remboursement moindre, avec un reste à charge plus important

Un nouveau service pour les Échirollois

Face à ces différents niveaux de remboursement et l'augmentation constante des coûts de santé, la ville d'Échirolles a mis en place une mutuelle communale pour :

- Compléter les remboursements de la CPAM
- Réduire le reste à charge des patients
- Garantir un meilleur accès aux soins, notamment chez les spécialistes
- Des tarifs négociés collectivement, débutant à 26,50€ par mois

Comment bénéficier du dispositif ?

Pour adhérer, il suffit de :

- 1- Justifier de sa résidence à Échirolles
- 2- Se rendre à l'agence Solimut locale ou contacter la mairie
- 3- Comparer les différentes formules proposées (de 26,50€ à 122,60€/mois)
- 4- Choisir la couverture la plus adaptée à ses besoins

CONTACTS



Urgence

Qui appeler ?



15 **Samu**

Urgence médicale



17 **Police secours**

Signaler une infraction



18 **Pompiers**

Situation de péril ou accident



114 **Urgence 114**

Accessible par Application, internet et SMS

► Pour les personnes sourdes, sourdaveugles, malentendantes et aphasiques.



196 et canal 16 **En mer**

Sauvetage en mer

► Depuis le littoral : appelez le 196 ou le 112.

► En mer : privilégiez le canal 16 de la radio VHF.



112 **Europe**

Urgence médicale - Infraction - Péril



NOUS CONTACTER



contact@cpts-drac-sud.fr



cpts-drac-sud.fr



38130 Echirolles

Nos partenaires



EHPAD L'ÂGE D'OR



INTER CPTS



DÉPISTAGE DES CANCERS
Centre de coordination
Auvergne-Rhône-Alpes



Nos partenaires et adhérents



MSP les Essarts



**MSP Monestier
de Clermont**



MSP Saint Martin d'Uriage



REMERCIEMENTS

Un grand merci au groupe **"Les citoyens en santé"** pour leur aide précieuse dans la création de ce livret. Leurs idées, conseils et retours ont été essentiels pour aboutir à un document utile et pratique. Leur implication a permis d'adapter ce livret aux besoins réels des habitants.



Liste des membres du groupe "Les citoyens en santé" :

BAÏTICHE Akila
THERMIDOR Léon
PERDIGON Patrick
ROUCHA Sagia
ARCENE Marie-Christine
CHAKRIT Gémina
BELHADJ-KHALIFA Monia
BOIS-GALLON Maud
HASSISSENE Dyna
MARQUEZ Jaokim

