



140

La Passoire

12 octobre 2021

Journal hebdomadaire du
Tutorat niçois

OCTOBRE ROSE



Tous les ans, au mois d'octobre, une énorme campagne de sensibilisation et de lutte contre le cancer du sein est organisée dans toute la France, et son emblème est un ruban rose. Ce dernier est né dans les années 90 aux Etats-Unis par la vice-présidente de la marque de cosmétique Estée Lauder. Le but de lancer cette lutte contre le cancer du sein est de donner de la visibilité à cette maladie encore taboue à cette époque. Les choses ont évolué et, aujourd'hui, cette campagne sert surtout à insister sur l'importance du dépistage précoce et de récolter des fonds pour lutter contre la maladie.

Durant ce mois d'octobre, l'équipe de la Passoire veut se rallier au mouvement, et dans les numéros de ce mois-ci, tu trouveras différents articles sur le thème du cancer du sein. Nous essaierons de parler des différents types de tumeurs, de l'aspect psychologique, de la reconstruction...

Dans cet article, je vais essayer de vous présenter la campagne dans son ensemble, ses actions...

L'un des objectifs principaux d'octobre rose est **l'information**. Étant le cancer féminin le plus répandu, le cancer du sein touche beaucoup de monde et il est capital que toutes les femmes en soient conscientes. Des opérations comme la marche des seins ou des spots publicitaires sont mis en place pour toucher la majorité. Des témoignages de femmes de tout âge avec des histoires très différentes inondent les réseaux sociaux et vous montrent la diversité des cancers, qu'on pense trop souvent et à tort n'être qu'une seule pathologie.

Bien qu'étant le cancer le plus meurtrier chez la femme, s'il est dépisté suffisamment tôt, à l'horizon 5 ans, il est guéri dans 9 cas sur 10. C'est pourquoi l'un des objectifs majeurs d'octobre rose est de faire comprendre aux femmes l'importance de l'auto-palpation, d'une visite annuelle chez un gynécologue et d'une mammographie régulière.

Cette année, octobre rose joue un rôle d'autant plus crucial que la pandémie a ralenti les dépistages. Beaucoup se sont éloignés des cabinets médicaux et de nombreuses personnes atteintes d'un cancer ont été diagnostiquées trop tard. En tant que futur professionnel de la santé, il est nécessaire de comprendre qu'une auscultation ou un examen d'imagerie médical fait à temps peut sauver la vie d'un patient.

L'association octobre Rose est, une année encore, la figure de proue du mouvement.

**CANCER DU SEIN EN
CHIFFRE**

1 femme sur 8 est touchée par le cancer du sein

58 000 nouveaux cas sont diagnostiqués par an

90% des cancers du sein détectés tôt sont guéris

Seules **42,8%** des femmes concernées se sont faites dépistées

50% des cancers du sein se manifestent entre 50 et 69 ans

10% chez les femmes de moins de 35 ans

Moins de 1 % de tous les cancers du sein affectent les hommes

Loria



Loria



Et salut à tous ! C'est Anis, votre tuteur de pharmacologie.

Aujourd'hui je vais vous présenter une matière à votre programme de PASS/LAS : la pharmacologie ! Vous avez déjà dû le voir, la pharmacologie c'est la science du médicament : elle va regrouper beaucoup de domaines, allant de la physiologie ou encore de la biologie moléculaire à la santé publique. C'est très vaste !

Cette discipline est très liée à la recherche, notamment la recherche de nouveaux médicaments (essais cliniques), mais aussi à leurs effets sur notre organisme (pharmacocinétique et pharmacodynamie), à la toxicologie de ceux-ci (pharmacotoxicologie), et leur surveillance avant et après leur commercialisation (pharmacologie sociale, pharmacovigilance et pharmaco épidémiologie)

En tant que futurs professionnels de santé, la pharmacologie a une place très importante dans vos études !

Anis aka ANiSM

Hello, moi c'est Anis ! Je m'occupe des cours sur la production du médicament, les structures de régulation, les aspects sociaux du médicament et la pharmacocinétique 2 !

Moi et la pharmacologie, c'est une histoire compliquée... à la base on ne s'aimait pas trop. Quand j'étais en P1, même si je trouvais la plupart des cours intéressants, d'autres m'ennuyaient beaucoup. De plus les QCM étaient assez durs, et ça me démotivait.

Vous avez dû le remarquer, le programme est assez chargé et varié, donc dur de tout savoir sur le bout des doigts !

Mais c'est une matière incroyable, car on en apprend tellement ! On a une vision différente d'un produit « du quotidien » *entre guillemets*, c'est-à-dire le médicament.

Comprendre son histoire, comment on le recherche, toutes les étapes qu'il y a avant sa production, puis ses effets sur notre corps et sa régulation dans notre société etc..., c'est très loin d'être inutile ! (*En plus ça fait de la culture générale en + pour les soirées trivial poursuit 😊*)

Finalement, c'est qu'en fin de semestre, en voyant que j'avais une vue d'ensemble du programme de pharmacologie que j'ai adoré cette matière ! J'ai eu une super note à l'examen et j'ai choisi d'être tuteur de pharmacologie pour la faire aimer aux P1.

En effet, beaucoup dans ma promo détestaient la pharmaco alors qu'il n'y avait pas de quoi... Ainsi, mes co-tuteurs et moi-même voulons changer la vision que vous avez de la pharmacolove !

Pour finir, on vous souhaite beaucoup de courage, vous êtes les meilleurs !! Ne lâchez rien, bossez toutes les matières, aimez ce que vous faites, restez en forme et réussissez ! La pharmacologie est à votre disposition toute l'année, que ce soit sur le forum, le discord ou même pour des questions de méthodologie ou autre. <3

Romane alias romagnésium

Salut les copains, moi c'est Romane et je gère Histoire du médicament, Évaluation du médicament, Pharmacovigilance, Pharmaco-épidémiologie et Rapport Bénéfice/Risque... oui, j'aime vraiment ça 😊

Du coup je vais vous faire mon petit témoignage avec quelques conseils :

Sachez, pour commencer, que la sublime pharmaco et moi vivons une histoire passionnelle, d'amour et de haine. Je suis doublante, ce qui veut dire que j'étais en PACES.

J'ai eu **beaucoup de mal** avec la pharmaco en tant que primante parce que je n'avais pas de réelle méthode de travail, et je me voilais beaucoup la face. À l'époque, on avait 30 QCMs. Pour vous donner un ordre d'idée, je ne crois pas avoir souvent atteint 10/30.

Comme cette matière me détestait, j'ai décidé que moi non plus je ne l'aimais pas... J'ai passé quelques semaines à pleurer sur mon sort parce que je trouvais ça trop dur, pas assez rentable pour le travail que ça demandait.

Puis un jour, je me suis secouée. Je me suis dit que maintenant que j'avais doublé, j'avais pris ma claque. Mon ego était touché, j'allais défoncer ma bête noire ! J'allais apprendre à aimer ces cours pour mieux les retenir.

J'ai commencé chaque ronéo avec un état d'esprit de gagnante, je me suis tuée de QCMs. J'ai arrêté de me prendre la tête avec la moindre virgule, j'ai essayé de voir ce que le prof voulait nous transmettre. Je me suis acharnée des heures et des heures, et j'ai découvert une matière extrêmement intéressante, pleine de subtilités. Une matière essentielle à la compréhension de tout traitement, essentielle à la future vie de médecin que je visais.

Petit à petit, j'ai appris à aimer mes cours, à m'y intéresser vraiment. J'ai eu des victoires de plus en plus grandes. J'ai dépassé la moyenne, puis j'ai commencé à viser plus haut. J'ai vu mes notes remonter à chaque tutorat, à chaque DM. J'ai fini par majorer le DM classé fait par les profs. À la fin de mon année de doublante, j'ai perfect quasiment tous les sujets d'annales. Au concours, je peux vous dire que ça m'a fait décoller dans le classement. Et aujourd'hui, me voilà tutrice de pharmaco ! C'était mon premier choix, et je suis très contente de pouvoir partager tout ça avec vous. (D'ailleurs je suis la seule dont c'était le premier choix, grrr Anis, Louis traîtres) ...

Si mon travail a payé, je ne vois pas pourquoi le vôtre ne payerait pas.

Intéressez-vous à ce que vous apprenez, gardez à l'esprit ce pourquoi vous êtes là. Rappelez-vous vos objectifs, ayez conscience que la pharmaco est la base essentielle aux connaissances de tout professionnel de santé. Vous sauvez peut-être des vies grâce à ce que vous lisez aujourd'hui dans votre ronéo ou dans votre fiche. Apprenez à aimer ce que vous faites et faites-le avec rigueur, c'est le véritable secret pour réussir sa première année.

Intéressez-vous à la pharmaco, faites des QCMs, elle vous le rendra bien <3

Le pastafarisme ou la religion du « monstre spaghetti »

Les adeptes de cette religion rêvent de pouvoir porter une passoire sur la tête sur leur photo d'identité et vénèrent un monstre en spaghetti volant ! Oui dis comme ça tu penses de suite à des illuminés qui sont un peu trop fans des pâtes ! Mais en fait pas du tout ! Depuis plus de dix ans, les pastafariens manient l'ironie et l'absurde pour questionner les dogmes religieux et les croyances.

Son prophète est l'américain Bobby Henderson qui en 2005 crée ce mouvement en protestation à l'enseignement de la théorie créationniste à l'école, aux côtés de la théorie de l'évolution.

« C'est un miroir tendu aux religions. C'est une façon de les démystifier et d'en montrer les limites. L'absurde amène à se poser des questions et pousse à la réflexion. Mais ce n'est jamais agressif ou méchant ». Alors pastafariste ou non ? :)



Les chiffres record en santé

On a réussi à conserver des cellules immortelles in vitro 70 ans après la mort de leur propriétaire, et à les multiplier sans limites à des fins de recherches. Les cellules HeLa !

En 2016, les dépenses pour les transport de malades en PACA s'élèvent à 452 millions d'euros ! (Joli taxi) (source ARS PACA)

En Juin 2021, une sud-africaine a donné naissance à 10 enfants, sept garçons et trois filles ! Ils se portent bien.

Les médicaments coûtent cher on le sait tous. Mais le Glybera utilisé dans le déficit de LPL (j'espère que vous savez ce que c'est) est à un autre niveau, il coûte en effet prêt de 1,2 millions de dollars (faut pas en perdre une goutte).

Un homme a pris 7 fois la foudre (c'est un fait connu) ce qui fait si on calcule une chance sur

1 000 000 000 000 000 000 000 000 000 000 000 000 000 000 (10⁴²)

Hadrien

METHODOLOGIE

Comment aborder les annales ?

Nous voici début octobre, votre concours est dans deux mois, et je pense sincèrement que c'est le bon

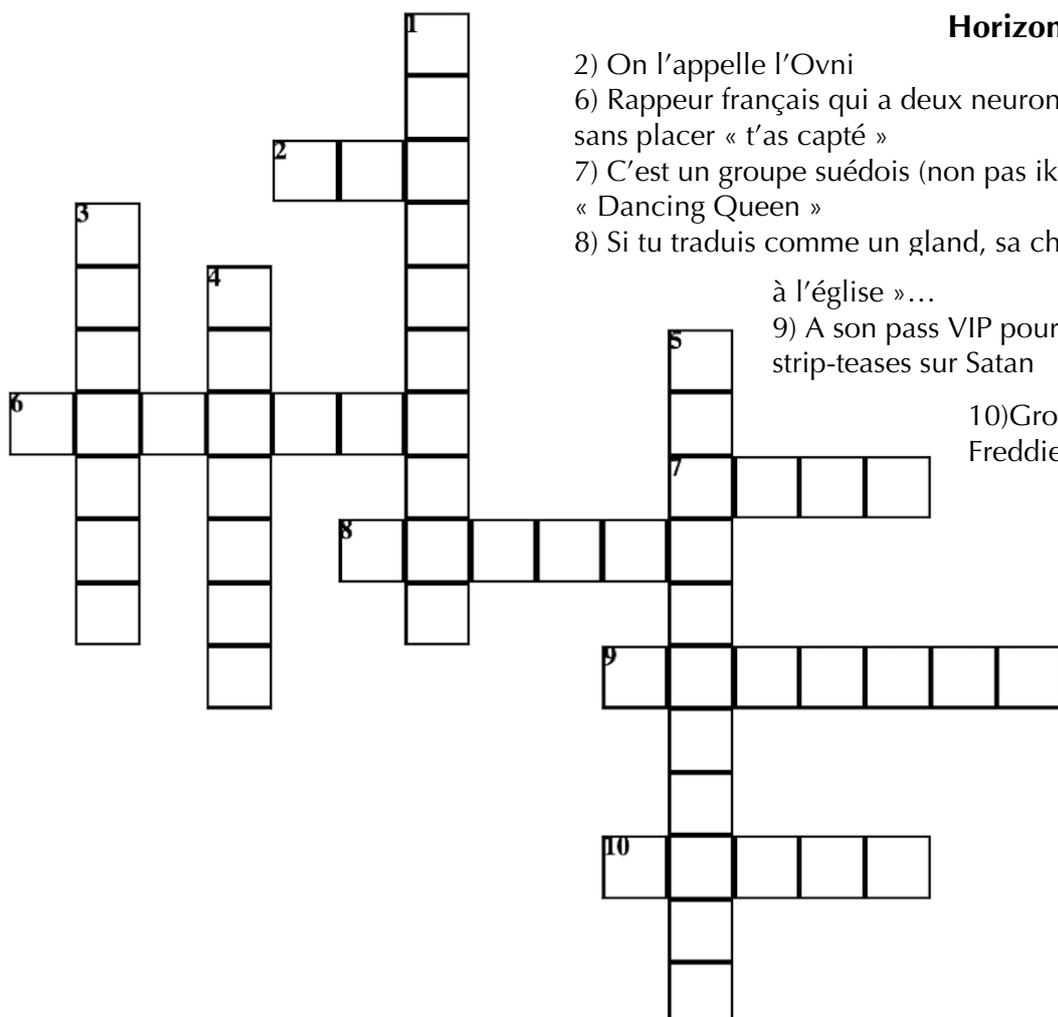
moment pour commencer les annales. Vous avez encore du temps devant vous, et vous entraîner sur des QCMs rédigés par les profs est la meilleure façon de progresser à ce stade du semestre. Je vous conseille de faire quelques questions d'annales avant de voir votre cours. Pour le moment,

commencez par les sujets de 2014-2015 et gardez-vous les sujets plus récents pour plus tard, quand vous connaîtrez mieux vos cours. Les annales vont permettre d'aborder différemment vos cours et de cibler vos révisions. Si vous avez des questions, demandez à vos tuteurs ou à l'équipe de le Passoire.

Bon courage

Loria

JeuX version Blind- test



Horizontal

- 2) On l'appelle l'Ovni
 6) Rappeur français qui a deux neurones, sait pas aligner deux phrases sans placer « t'as capté »
 7) C'est un groupe suédois (non pas ikea), aller petite aide, a chanté « Dancing Queen »
 8) Si tu traduis comme un gland, sa chanson peut donner « Prends moi à l'église »...

9) A son pass VIP pour l'enfer, lâche ses meilleurs strip-teases sur Satan

10) Groupe mythique... Si je te dis Freddie Mercury

Vertical

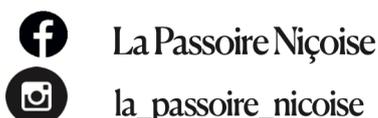
- 1) Tu cries quand t'entends ses chansons (oui oui), aller si je te dis Titanic ...
 3) Même si ton mec te trompe avec tu ne peux pas lui en vouloir, a chanté « Halo »
 4) Here comes the sun
 5) Si tu prononces son nom à la française, ça fait « pute », pauvre Charlie...

Du rapide et du bon : le plaisir coupable de Philippe Etchebest by Clémence !

Oyé jeune P1 en manque de distraction, j'ai ce qu'il te faut pour te reconforter à l'approche de l'hiver !!

Ingrédients	Préparation (5/10mins max)	Le visuel
- Spaghetti cuisson rapide (pas cher et délicieux !)	1. Faire bouillir ses pâtes	
- Oeufs (entre 1 et 3 !)	2. Profiter de la cuisson des pâtes pour chauffer vos oeufs aux plats (astuce : si ça colle = mettre de l'huile)	
- Fromage râpé (à en pleuvoir ++)	3. Verser vos pâtes dans votre assiette, mettre la dose de fromage sur les pâtes puis rajouter les oeufs aux plats sur le dessus !	
	4. Déguster !	

Retrouve-nous sur les réseaux :



Tu peux aussi lire le journal sur le forum :
<https://www.carabinsniçois.fr/phpbb/viewtopic.php?f=781&t=56337>