

QUOTIDIEN ÉCHOS SANTÉ

L'information sanitaire à votre portée.

• N° 1211 du mercredi 30 juillet 2025

• Tél. : (+237) 694 81 99 37

• Directeur de publication : Joseph MBENG BOUM

Gestion administrative exemplaire

Le FRPS de l'Adamaoua renforce les capacités de son personnel

- ✂ Pour améliorer la qualité de ses communications et renforcer la rigueur administrative, le Fonds régional pour la promotion de la santé de l'Adamaoua a organisé une session de formation à Ngaoundéré.
- ✂ Deux jours durant, le personnel et les chefs de district ont été outillés sur la rédaction administrative, l'éthique professionnelle et la déontologie.
- ✂ Cette initiative, impulsée par l'administrateur du Fonds, Dr Miwaina, s'est déroulée les 28 et 29 juillet 2025. Page 5



30-31 juillet 2025 : Numéros utiles et pharmacies de garde de Douala et Yaoundé

« Le CIRCB s'est déjà positionné comme structure de recherche leader dans son domaine. »



**Pr Alexis NDJOLO,
Directeur Général du
Centre International de
Référence Chantal Biya**

Insecticides

Une solution toxique face au paludisme



Si ces produits semblent efficaces contre les moustiques, leur usage abusif et parfois inapproprié expose les utilisateurs à de graves risques sanitaires. Entre protection contre les piqûres et exposition aux toxines, un dangereux dilemme se dessine. Page 6



Retrouvez toute l'actu
d'Échos Santé sur **Y'elloKiosk**

ÉCHOS SANTÉ



ÉCHOS SANTÉ

The image shows the front page of the newspaper 'ÉCHOS SANTÉ'. The masthead is in large green letters. Below it, the subtitle 'Quotidien des communautés' is visible. The main headline reads 'Un choc de conscience contre les violences faites aux femmes !'. There is a photograph of a group of people, possibly at a protest or meeting. At the bottom, there are smaller headlines and images, including one about a 'Café dialogue de l'hôpital central' and another about 'Membres du comité de gestion de la santé de l'hôpital central'.

JOURNAL AFRICAIN ÉCHOS SANTÉ

Quotidien d'informations
sanitaires, environnementales et
de développement durable.

Email : journalechosante@yahoo.com

Tél. : (+237) 694 81 99 37

Siège social : Yaoundé-Cameroun
B.P. : 14 436 Yaoundé

Directeur Général

Directeur de publication

Joseph Mbeng Boum

Directeur des Affaires générales

Désiré Effala

(+237) 696 59 90 92

Directeur des Affaires financières

Félicité Matsinkou

Directeur Régionale Gabon

Saint-Clair Tepondjou

+241 077 55 44 98

Conseillers éditoriaux

Dr Rose Ngono Mballa

Pr Alexis Ndjolo

Pr Jacqueline Ze Minkande

Rédacteur en chef

Mireille Judicaël Siapje

(+237) 692 73 73 45

Rédacteurs en chef adjoints

Cathérine Aimé Biloa

Elvis Serge Nsaa

Chef d'édition/Mise en page

Arnauld T. Djiatsa

(+237) 699 02 12 48

Chargé de la distribution et vente

Moïse Arthur Minlend Sohna

Rédaction Centrale

Elvis Serge Nsaa, Rebara

Habra, Désiré Effala, Saint-Clair

Tepondjou, Lyse Davila Nguili,

Divine Kananyet, Charles Tsimi,

Moïse Sohna, Sharon Divine

Enjema, Adèle Bitga, Marcus

Dare, Felix Nyngaina

Desk Littoral

Ghislaine Deudjui

+237 670 77 22 57

Desk Est

Murielle Esson Ebangue

+237 694 36 51 78

Desk Sud

Ryflard Léonard Ebale

Desk Nord

Agnes Mobe

+237 691 41 64 40

Desk Extrême-Nord

Ferdinand Niabie

+237 659 48 00 50

Desk Adamaoua

Jean Besane Mangam

+237 674 11 60 94

Desk Nord-Ouest

Jenivarius Nde Wifah

+237 675 49 33 88

Desk Sud-Ouest

Sharon Divine Enjema

+237 672 7337 74

Desk Ouest

Adèle Bitga

+237 673 78 61 15

Desk France

Vicky Tetga

+33 766 15 02 40

Desk Belgique

Diane Clara Mbecheu

+237 697 93 91 55

Desk Togo

Emmanuel Atcha

+228 90 28 30 71

Desk RDC

Daco Tambikila

+243 813 527 041

Desk Côte d'Ivoire

Joël Dally

+225 07 67 80 71

Desk Rwanda

Jean d'Amour Ahishakiye

Richard Tchapda : le « Général » au service de la profession infirmière

Au cœur de l'hôpital central de Yaoundé, un nom résonne avec respect et affection parmi les professionnels de la santé : Richard Tchapda. Surnommé le « Général » par ses collègues, ce grand serviteur de la profession infirmière est bien plus qu'un surveillant général adjoint ; il est le protecteur dévoué des infirmiers et infirmières, un pilier indéfectible de leur épanouissement et du respect de leurs valeurs.

Richard Tchapda est de ceux qui incarnent l'engagement sans faille. Toujours « au four et au moulin », il œuvre inlassablement pour la bonne marche de la profession infirmière, veillant à ce que chaque aspect, de la formation à la pratique quotidienne, réponde aux plus hauts standards. Sa présence est rassurante, son action est concrète, et son influence est palpable sur le terrain.

Son rôle ne se limite pas à l'enceinte de l'hôpital. Au sein de l'Ordre des professions médico-sanitaires, Richard Tchapda est un gardien vigilant. Il y veille scrupuleusement au respect des lois qui encadrent la pratique infirmière, garantissant que la déontologie et l'éthique médicale soient non seulement comprises, mais aussi rigoureusement appliquées par tous. Pour lui, ces principes ne sont pas de simples lignes directrices, mais les fondations mêmes d'une profession au service de la vie.

Les collègues de Richard Tchapda ne tarissent pas d'éloges à son égard. Ils reconnaissent en lui un leader inspirant, un conseiller précieux et un défenseur ardent de leurs droits et de leur reconnaissance. Sa capacité à anticiper les défis, à résoudre les problèmes et à encourager l'excellence a forgé sa réputation de véritable « général », capable de guider ses troupes vers l'accomplissement.

Né à Bangou dans la région de l'Ouest, Richard TCHAPDA a gravi les échelons de l'éducation avec détermination. Après un baccalauréat scientifique (série D) obtenu en 1998, il s'oriente vers les métiers de la santé. Il décroche son diplôme d'État d'infirmier en 2005 à l'École d'infirmiers des techniciens médico-sanitaires et du génie sanitaire de Yaoundé. Sa soif de connaissance le pousse à poursuivre ses études à l'Université catholique d'Afrique centrale (UCAC), où il obtient une licence



professionnelle en Sciences infirmières en 2013, avant de se distinguer en 2015 comme major de sa promotion en Master en Sciences de la santé, option Sciences infirmières. Son mémoire de master, noté "très bien" (17,5/20), portait sur les déterminants de la satisfaction des proches aidants de personnes souffrant de maladies rénales chroniques. Richard TCHAPDA est actuellement docteur en sciences de l'éducation à l'université de Yaoundé I, signe de son engagement continu pour la recherche et la pédagogie.

Le parcours professionnel de Richard TCHAPDA est marqué par

une progression constante et une prise de responsabilités significatives. Il débute sa carrière en tant que consultant en IST/SIDA et formateur de pairs éducateurs pour le Care and Health Program (CHP) entre 2006 et 2007. Il exerce ensuite comme chef de bureau de santé à l'hôpital de district de Mbang (Est) et à Mokolo (Extrême-Nord).

Depuis 2015, l'essentiel de sa carrière s'est déroulé à l'hôpital central de Yaoundé (HCY), un établissement de référence. Il y a occupé des postes clés : superviseur général, major du service de réanimation, major du bloc des urgences

(depuis 2016), major du service des neurosciences, attaché de direction et chargé de la qualité des soins. Il était également, le point focal pour la prise en charge des patients de la COVID-19 en 2019. Ses compétences et son leadership l'ont mené aux fonctions de permanencier de la direction en 2020 et de surveillant général adjoint en 2021-2022.

Enseignant-chercheur, Richard TCHAPDA est également un auteur prolifique et un expert reconnu. Il est l'auteur de l'ouvrage "La pratique infirmière au Cameroun à l'épreuve des exigences de la qualité" (2022). Ses articles scientifiques, publiés dans des revues interdisciplinaires, abordent des sujets variés comme la qualité de vie des personnes amputées, l'évaluation pharmacotechnique de médicaments, ou les aspects épidémiologiques de la malnutrition aiguë sévère.

Son expertise s'étend à la qualité des soins et des services de santé, à la médecine d'urgence et de catastrophe, domaines dans lesquels il est un formateur certifié (Turquie 2021, 2022). Il a participé à de nombreux ateliers nationaux et internationaux, notamment sur la gestion des urgences, les soins palliatifs, la gestion des données de surveillance épidémiologique et l'introduction du management de qualité dans les programmes de formation. Richard Tchapda est une figure emblématique de la profession infirmière au Cameroun. Son dévouement, sa rigueur et son humanité font de lui un exemple pour les jeunes générations et une source de fierté pour tous ceux qui œuvrent pour la santé publique. Le « Général » continue sa mission, inlassablement, pour que la profession infirmière continue de rayonner et de servir avec honneur et intégrité.

Elvis Serge NSAA

Santé de la mère et de l'enfant

L'Afrique unie contre la mortalité maternelle et infantile

Cette initiative, portée par Annie Hortense Atchoumi, présidente de l'Association des sage-femmes et assimilés du Cameroun (ASFAC) et coordonnatrice de projet, transcende le simple cadre d'une plateforme numérique pour la formation et la recherche scientifique en santé maternelle et reproductive en Afrique. Elle incarne l'unité africaine et une volonté commune de parler d'une même voix face à ce défi majeur.

Elvis Serge NSAA

La situation est préoccupante. Les dernières données de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), datant d'avril 2025, révèlent un ralentissement inquiétant des progrès dans la réduction de la mortalité maternelle depuis 2016. « Près de 260 000 femmes ont perdu la vie en 2023 des suites de complications liées à la grossesse ou à l'accouchement à l'échelle mondiale, soit l'équivalent d'un décès toutes les deux minutes », alerte le rapport. Cette fragilité a été potentiellement exacerbée par la pandémie de COVID-19.

Au Cameroun, la réalité est tout aussi sombre. Les données du Système d'information sanitaire de district (DHIS2) de 2022 mettent en lumière les causes immédiates de ces décès dévastateurs. L'hémorragie (19,5 %) et les infections (19,4 %) sont les plus meurtrières dans les maternités camerounaises. « Près de 40 % des mères qui décèdent le font des suites de complications souvent évitables. » La dystocie (18,6 %), l'éclampsie (11,8 %) et les ruptures utérines (10,7 %) contribuent également lourdement. Ces pourcentages révèlent



Photo de famille des experts nationaux et internationaux lors de l'atelier de validation d'une plateforme numérique de renforcement de la formation continue et de la recherche scientifique en santé maternelle

des lacunes criantes en matière d'accès à des soins de qualité, de formation du personnel, d'équipement des structures et de sensibilisation communautaire. Chaque décès est trop souvent le résultat d'un retard de diagnostic, d'un manque de ressources ou d'une prise en charge inadaptée.

Face à cette urgence, l'initiative camerounaise prend tout son sens. La plateforme numérique, développée avec le soutien du ministère de la Santé publique et du partenaire technique et finan-

cier FERRING-SEVE-BIRTH, vise à combler ces lacunes.

Annie Hortense Atchoumi, présidente de l'Association des sage-femmes et assimilés du Cameroun (ASFAC), a insisté sur l'importance de cette union continentale. « Il est crucial que l'Afrique se réunisse pour parler d'une même voix afin de mettre fin à la mortalité maternelle sur notre continent. » Elle a souligné que cette plateforme sera un atout majeur pour les sage-femmes, "piliers des salles d'accouchement" leur offrant

un accès facilité à la formation continue et aux dernières avancées de la recherche.

Des représentants de huit pays africains : Burkina Faso, Burundi, Côte d'Ivoire, Ghana, Mali, Togo, Gabon et Cameroun, sont présents à cet atelier. Chacun a présenté la situation de la mortalité maternelle, de la santé reproductive, de la formation et de la recherche dans son pays, permettant un échange riche et des discussions constructives.

Wayim Kaze Ludivine Sandrine, une sage-femme présente à

l'atelier de validation, a exprimé son enthousiasme. « C'est un véritable privilège d'assister au lancement de cette plateforme. » Elle a affirmé son impact direct sur la profession. « En tant que sage-femme elle viendra nous aider dans notre objectif fondamental : la réduction du taux de mortalité maternelle. » Cette initiative favorisera également une collaboration renforcée avec d'autres spécialistes comme les pédiatres et les gynécologues. La sage-femme a conclu. « La création de cette plateforme sera la bienvenue, car elle donne accès, où que tu sois, à la formation continue et aux sujets qui te préoccupent ».

Cette plateforme numérique favorisera l'accès à des informations actualisées et à des pratiques basées sur des preuves, essentielles pour améliorer la qualité des soins et cibler précisément les causes de décès. L'aspect recherche scientifique facilitera également la collecte de données, l'analyse des tendances et l'identification des meilleures pratiques, permettant au Cameroun et, par extension, aux autres pays africains, de développer des stratégies adaptées et efficaces. C'est un pas de géant vers un avenir où chaque femme africaine aura la chance de donner la vie en toute sécurité.

Réactions

« La formation et le numérique pour vaincre la mortalité maternelle »

DOUSSA BASSIROU, coordonnateur académique des sages-femmes maïeuticiens du Burkina-Faso.

La mortalité maternelle reste un fléau inacceptable en Afrique, particulièrement au sud du Sahara, où les causes sont pourtant évitables. L'urgence est de converger les efforts pour atteindre les objectifs de 2030.

La plateforme numérique récemment lancée est un atout majeur. Comme le souligne la présidente Hortense, la formation et la compétence sont clés. Les sage-femmes, qui réalisent les trois quarts des accouchements, bénéficieront d'un renforcement de leurs capacités. Cet "embryon" prometteur aura un impact positif considérable sur la réduction de la mortalité maternelle, offrant un grand espoir pour le continent.



« Cette plateforme numérique est un atout crucial contre la mortalité maternelle et infantile en Afrique »

ESSIEN YABA, sage-femme de santé publique et experte en santé de la reproduction au Togo

Je suis au Cameroun en tant que sage-femme de santé publique et militante dévouée à l'amélioration de la santé des femmes, des enfants, des adolescents et des jeunes. En tant que sage-femme de santé publique, je suis très intéressée par cette nouvelle plateforme qui va permettre de renforcer la qualité de la formation pour nos consœurs dans nos pays africains. C'est une initiative que nous accueillons les bras grands ouverts et nous allons l'accompagner pour qu'elle puisse apporter de bons résultats. L'objectif est ambitieux : coter positivement la santé de nos populations, notamment en inversant la tendance des mortalités maternelles, néonatales et infantiles dans nos pays d'Afrique.

Propos recueillis par Elvis Serge NSAA



Gestion administrative exemplaire

Le FRPS de l'Adamaoua renforce les capacités de son personnel

Pour améliorer la qualité de ses communications et renforcer la rigueur administrative, le Fonds régional pour la promotion de la santé de l'Adamaoua a organisé une session de formation à Ngaoundéré.

Deux jours durant, le personnel et les chefs de district ont été outillés sur la rédaction administrative, l'éthique professionnelle et la déontologie.

Cette initiative, impulsée par l'administrateur du Fonds, Dr Miwaina, s'est déroulée les 28 et 29 juillet 2025.

Jean BESANE MANGAM

Le Fonds régional pour la promotion de la santé (FRPS) de l'Adamaoua vient d'organiser à Ngaoundéré une session de formation destinée à son personnel, incluant les chefs de districts de Ngaoundéré urbain, rural et Dang. Au cœur des travaux, la maîtrise de la rédaction administrative afin d'améliorer la qualité des communications et la gestion des documents au sein de cette structure clé dans l'approvisionnement en médicaments des hôpitaux publics de la région. Cette initiative s'inscrit dans la volonté du FRPS de renforcer les compétences de ses équipes et d'assurer une gestion modernisée et efficace, essentielle pour la bonne gouvernance sanitaire régionale. Pendant ces deux jours, les participants ont été formés aux techniques et bonnes pratiques de la rédaction des do-

cuments administratifs, l'éthique et déontologie professionnelles, des instruments indispensables pour fluidifier la circulation de l'information et optimiser le travail collaboratif entre les différents acteurs du système de santé.

Le Fonds régional, sous la direction depuis août 2024 du Dr Miwaina, expert en gestion pharmaceutique, s'est engagé dans un chantier de développement, notamment face aux défis liés à la disponibilité des médicaments et à la bonne gestion financière. Cette formation s'inscrit ainsi dans un effort plus large de professionnalisation et d'amélioration continue des services.

Par cette démarche, le FRPS de l'Adamaoua vise à renforcer l'efficacité de la chaîne d'approvisionnement pharmaceutique et, in fine, à améliorer l'accès et la qualité des soins pour la population. Cette formation marque une avancée significative dans l'amélioration des capacités



Fin de la formation du personnel du Fonds régional pour la promotion de la santé. Images prises le 29 juillet 2025 à Ngaoundéré. Crédit photo © Jean Besane Mangam/Échos Santé

administratives et organisationnelles des acteurs locaux de la santé.

La formation coordonnée par l'inspecteur général des services administratifs du ministère de la

santé, Boukar Kella avec la collaboration de Julien Mpah Wanga et Hemakoua Simon Pierre de cette inspection a été saluée par le gouverneur de l'Adamaoua, par ailleurs président de l'assem-

blée générale du fonds. Selon l'autorité administrative, la modernisation de la gestion passe également par une maîtrise de la rédaction administrative et l'éthique professionnelle.

Réactions

« L'organisation de cet atelier est en parfaite cohérence avec les dispositions du paragraphe 4, article 32 du décret n°94/199 du 7 octobre 1994, portant statut général de la fonction publique de l'État »

Dr. Miwaina, administrateur du Fonds régional pour la promotion de la santé de l'Adamaoua.

L'organisation de cet atelier s'inscrit dans une dynamique de professionnalisation et de responsabilisation accrue de nos équipes. Elle est en parfaite cohérence avec les dispositions du paragraphe 4, article 32 du décret n°94/199 du 7 octobre 1994, portant statut général de la fonction publique de l'État, lequel consacre le droit à la formation permanente du tout agent public. Cet atelier a porté donc sur des thématiques fondamentales pour toute administration moderne et performante, à savoir la rédaction administrative, l'éthique professionnelle, la déontologie dans le service public et le droit du travail. Il s'agit des piliers essentiels pour une gestion rigoureuse. Dans un contexte où l'État promet la rigueur, la redevabilité et la gouvernance vertueuses, ces notions dépassent le cadre purement théorique. A travers cet atelier, notre objectif est de doter le personnel du Fonds des outils nécessaires pour améliorer la qualité de ses écrits administratifs, adopter des comportements professionnels exemplaires et garantir une gestion éthique et responsable des missions qui nous sont confiées au service de la santé publique dans notre région.

Propos recueillis par Jean Besane Mangam



Insecticides

Une solution toxique face au paludisme

Si ces produits semblent efficaces contre les moustiques, leur usage abusif et parfois inapproprié expose les utilisateurs à de graves risques sanitaires. Entre protection contre les piqûres et exposition aux toxines, un dangereux dilemme se dessine.

Marcus DARE

Le recours massif des insecticides, dicté par la peur des piqûres des moustiques, masque une réalité préoccupante. Il s'agit des effets néfastes de ces produits chimiques sur la santé des populations. Le choix de l'insecticide varie grandement selon le niveau socio-économique. Les familles aisées privilégient généralement les insecticides en spray, à pulvérisation, jugés plus efficaces et plus pratiques. En revanche, les populations les plus démunies, notamment dans les zones rurales, optent massivement pour les insecticides bon marché. Cette appellation générique à la composition parfois inconnue, et dont l'efficacité est loin d'être garantie. Leur prix abordable en fait un choix incontournable pour beaucoup.

« J'utilise les insecticides à flamme depuis des années. C'est moins cher », confie Djibrilla, un habitant de la périphérie de la Garoua. Son témoignage est partagé par Hinoussa, pour qui l'habitude et le prix sont les principaux critères de choix. Cette préférence pour les insecticides à flamme n'est pas donc limitée aux zones rurales ; elle se retrouve également en ville, soulignant la précarité de nombreuses familles. En ville, les insecticides en spray sont également



très utilisés. André, habitant de Yelwa, explique qu'il pulvérise sa chambre deux heures avant de se coucher, une pratique courante, même si certains utilisent l'insecticide à quelques minutes seulement avant de s'installer dans la pièce. « Parfois, je l'oublie et je pulvérise même en étant déjà dans la chambre », avoue Idrissou, reflétant une utilisation parfois précipitée et dangereuse. Aminatou, une mère de famille, témoigne des effets secondaires de ces pratiques : « C'est étouffant, on tousse, on a souvent la grippe » Elle indique sa préoccupation devient grande quand les pluies arrivent, notamment cette saison.

L'utilisation des insecticides

fumigènes, qui dégagent de la fumée toute la nuit, pose également un problème de santé publique. « La fumée et l'odeur sont insupportables », déplore Oumaté, un étudiant. Nasser, qui souffre déjà de problèmes respiratoires, témoigne du calvaire que représente l'utilisation de ces produits : « C'est très dur pour moi. »

Une menace silencieuse pour la santé

Ces pratiques à risques ont des conséquences directes sur la santé. La fumée et les odeurs dégagées par ces insecticides sont extrêmement nocives. Elles provoquent des maladies respiratoires qui peuvent évoluer vers des complications sérieuses.

L'exposition prolongée à ces produits chimiques peut entraîner des irritations des voies respiratoires, des toux persistantes, des difficultés respiratoires, voire des affections plus graves à long terme. Les enfants, particulièrement vulnérables, sont les premières victimes de ces intoxications.

Les moustiquaires, une solution insuffisante

Les moustiquaires imprégnées, pourtant largement distribuées lors des campagnes de lutte contre le paludisme, ne constituent pas une solution suffisante. Dans de nombreux ménages, le nombre de moustiquaires est insuffisant, voire inexistant. Certaines familles témoignent

de difficultés d'accès régulier à ces dispositifs de protection, d'autres utilisent des moustiquaires vieilles, déchirées et ayant perdu leur efficacité. Dans certaines zones rurales, elles sont même détournées de leur usage initial, utilisées pour la pêche ou d'autres activités. Cette situation laisse les populations, notamment les enfants, exposées à la menace du paludisme.

Entre la peur du paludisme et les risques liés aux insecticides, le dilemme subsiste

Le dilemme est clair, face à la menace constante du paludisme, notamment chez les enfants, les populations recourent massivement aux insecticides, même si cela signifie compromettre leur santé. Cette situation souligne l'urgence d'une action globale et multiforme. Il faut renforcer la distribution des moustiquaires, garantir leur qualité et leur accessibilité, promouvoir des méthodes de lutte anti vectorielle plus sûres et moins nocives, et surtout, intensifier les campagnes de sensibilisation aux risques liés à l'usage excessif et inapproprié des insecticides. L'éducation de la population sur les alternatives plus saines, comme l'utilisation appropriée des moustiquaires, la gestion des eaux stagnantes, et l'hygiène domestique, est essentielle pour casser ce cycle dangereux et préserver la santé des populations.

Optez pour une gestion efficace de vos patients

Avec BooWem, suivre ses patients n'a jamais été aussi simple !

Suivez-nous



Contacts:

677 39 46 99

<https://boowem.net/>

Nsimyong 3, Yaoundé- Cameroun



La Couverture Santé Universelle au Centre en 2024

Progrès et Obstacles

Après l'amplification de la phase 1 de la Couverture Santé Universelle (CSU) dans la région du Centre, les acteurs du système sanitaire sont réunis à Mbal Mayo pour dresser le bilan de l'année 2024. Résultats encourageants, failles préoccupantes et espoirs pour l'avenir rythment les travaux de l'atelier régional d'évaluation, organisé par le GIP-Fonds Régional pour la Promotion de la Santé du Centre (FRPS).



Mireille SIAPJE

Une avancée palpable dans l'enrôlement des bénéficiaires

Le Dr Azoumbou Mefant Thérèse, Déléguée régionale de la santé publique pour le Centre, a présenté un état des lieux chiffré révélateur : « Depuis le lancement de la CSU, nous avons pré-enrôlé 464 400 personnes, soit 12% de la cible attendue, et enrôlé 370 122, soit 52%. » Parmi ces bénéficiaires, les enfants de 0 à 5 ans représentent 234 110 (47%) et les femmes enceintes, 53 802 (32%).

L'enrôlement est plus avancé pour certaines cibles prioritaires : les patients sous traitement anti-tuberculeux sont à 5 190, atteignant 98% de la cible, tandis que les patients vivant avec le VIH sont à 86 109 soit 74% de la cible attendue et ceux sous hémodialyse sont à 961000.

Des prestations de santé élargies et subventionnées

La CSU, instruite par le président de la République en 2017, ambitionne de lever les barrières financières à l'accès aux soins. En 2024, elle s'est traduite par un vaste panier de soins incluant : Consultations gratuites pour les enfants de 0 à 5 ans, prise en charge gratuite du paludisme

simple et grave, traitement gratuit du VIH et de la tuberculose, première consultation gratuite de la femme enceinte, hémodialyse plafonnée à 15 000 FCFA par an et le chèque santé (effectif dans 7 régions et en cours d'implémentation dans le Centre) : prise en charge de la grossesse à l'accouchement et de l'enfant jusqu'à 42 jours pour 6 000 FCFA seulement.

« Une femme paie 6 000 francs et est couverte pour l'ensemble de sa grossesse, les examens, l'accouchement, même par césarienne, et les soins de l'enfant », a insisté Dr Azoumbou.

Le rôle clé du Fonds Régional : tiers payant et vérificateur

Le Dr Lucien Mama, Administrateur du Fonds Régional pour la Promotion de la Santé du Centre a précisé : « Le Fonds agit comme tiers payant. Nous recevons les financements de l'État et remboursons les prestations des formations sanitaires après vérification minutieuse via la plateforme OpenIMIS. En 2024, nous avons payé environ 95% des prestations validées. »

Il a salué l'intensification de la communication, qui a permis une meilleure compréhension de la CSU au sein des communautés : spots radio, affiches, dépliants, réunions de sensibilisation ont été largement utilisés. Il a éga-

lement souligné l'implication croissante des collectivités territoriales : « Nous avons formé maires et conseillers régionaux, responsables des comités de gestion hospitalière, pour une appropriation plus efficace. »

Des exemples locaux d'adhésion et de résultats

À l'échelle des formations sanitaires, les résultats sont également encourageants. Le Dr Paul Eloudou directeur de l'hôpital de district d'Efoulane, indique : « Nous avons enregistré plus de 6 500 enfants de moins de 5 ans, 3 400 personnes vivant avec le VIH, et plus de 300 cas de tuberculose. Ces patients bénéficient de soins gratuits. »

Il concède toutefois que « certains patients n'ont pas encore compris que la CSU ne couvre pas tous les soins, ce qui génère parfois des attentes irréalistes, comme dans le cas des cancers. »

La voix de la communauté : plaidoyers et dénonciations

Isidore Ekobo, président du Comité de santé du District de Djongolo, représentant la communauté, a dénoncé les cas de surfacturation et d'abus : « Des accouchements par voie basse ont été facturés jusqu'à 50 000 FCFA, alors que le chèque santé plafonne à 6 000 FCFA. »

Il a souligné les difficultés de surveillance dans certaines formations sanitaires : « Beaucoup n'appliquent pas les gratuités, ou refusent d'enregistrer les patients, empêchant ainsi les remboursements. »

Il appelle à plus de moyens pour les régulateurs, des contrôles stricts, et à des sanctions exemplaires : « Il faut frapper fort contre les prestataires véreux. La CSU est un bien public. »

Le message des autorités administratives

Simplice Hervé Kengne, Inspecteur Général des Services Régionaux du centre, représentant, Paul Naseri Bea gouverneur de la région du Centre, par ailleurs président de l'assemblée générale du FRPSC, a encouragé tous les acteurs à s'approprier les recommandations qui découleront de cet atelier : « Que chaque participant retourne dans son unité avec un plan d'action clair pour que la CSU devienne une réalité dans chaque commune, dans chaque district. »

Perspectives et défis

Parmi les innovations de 2024, on retient les formations des formateurs dans tous les niveaux du système sanitaire : hôpitaux de district, CMA, CSI, et agents de santé communautaire.

Les défis restent cependant importants : faible taux d'enrôlement des femmes enceintes,

enclavement de certaines zones, sous-effectif du personnel de santé, réticence de certaines communautés, prolifération de structures de santé clandestines. Dérives dans certaines formations sanitaires. Prolifération des médicaments de la rue, selon Isidore Ekobo : « On ne peut garantir des soins de qualité si les traitements sont inefficaces ou contrefaits. » Manque de sanctions claires : les prestataires véreux restent parfois impunis, faute de plaintes ou par peur de représailles des plaignants.

Le plaidoyer général porte sur l'adhésion des populations et la pérennité du financement : « Nous devons continuer à renforcer la sensibilisation, à équiper les formations sanitaires et à veiller à la transparence dans l'utilisation des fonds », conclut le Dr Lucien Mama, Administrateur du Fonds.

L'année 2024 marque une étape décisive dans l'implémentation de la CSU dans la région du Centre. Les indicateurs d'enrôlement et de remboursement progressent, des populations bénéficient des soins subventionnés, et des relais communautaires s'impliquent davantage. Toutefois, pour que cette ambition présidentielle devienne un droit effectif pour tous, la mobilisation collective, la bonne gouvernance et la rigueur restent de mise.

**LISEZ ET FAITES LIRE LE QUOTIDIEN ECHOS SANTÉ,
LA RÉFÉRENCE EN MATIÈRE D'INFORMATIONS SANITAIRES
SITE WEB : WWW.ECHOSANTE.INFO**

« Le CIRCB s'est déjà positionné comme structure de recherche leader dans son domaine. »

Pr Alexis NDJOLO, Directeur Général du Centre International de Référence Chantal Biya pour la recherche sur la prévention et la prise en charge du VIH/SIDA (CIRCB)

Professeur Alexis NDJOLO, le CIRCB a été désigné par l'OMS comme laboratoire national de référence pour le test génotypique de résistance du VIH pour 2025, le plaçant parmi les 13 laboratoires de ce type dans la Région africaine. Pourriez-vous nous expliquer en quoi cette reconnaissance est une avancée majeure pour le Cameroun et pour la lutte contre le VIH/SIDA en Afrique centrale ?

La désignation du CIRCB comme laboratoire de référence OMS (Organisation Mondiale de la Santé) pour les tests de résistance du VIH aux traitements antirétroviraux s'est faite en considération des performances et de la qualité des services rendus par nos laboratoires. L'OMS a évalué et apprécié positivement la qualité de nos équipements de laboratoire qui permettent la réalisation des tests génotypiques de résistance du VIH. Le niveau d'expertise de nos personnels scientifiques a également fait l'objet d'une évaluation, ainsi que la fiabilité et la sincérité de nos données produites. Par ailleurs, la contribution scientifique du CIRCB dans la maîtrise et la prise en charge des résistances du VIH dans notre milieu a été prise en compte. Peu de laboratoires sont capables de réunir une telle expertise, surtout dans notre contexte africain. Vous l'avez d'ailleurs rappelé, seuls 13 laboratoires en Afrique, dont le CIRCB, ont reçu à ce jour la reconnaissance de l'OMS pour leur capacité technique à gérer les phénomènes de résistances au VIH. Cette désignation place le CIRCB au niveau des meilleurs laboratoires pouvant accompagner les services de santé et leurs acteurs dans une prise en charge optimale des PVVIH. Il s'agit donc d'une véritable avancée pour le Cameroun et pour les pays amis que nous appuyons.

En effet, avec cette désignation du CIRCB comme laboratoire de référence, nos pays peuvent désormais compter sur ces examens d'orientation thérapeutique très importants et devant être réalisés pour tout patient avant la mise sous traitement ARV. Le CIRCB avait, en son temps en juillet 2016, réduit le cout unitaire desdits examens de 100 000 FCFA à 10 000 FCFA, dans le but de les rendre accessibles au plus grand nombre.

Le Dr Meg Doherty de



L'OMS a souligné que cette certification fait suite à la démonstration de votre compétence en matière de génotypage des gènes de la protéase, de la transcriptase inverse et de l'intégrale du VIH. Quelles sont les capacités techniques spécifiques du CIRCB qui ont permis cette désignation, et comment cette expertise unique en Afrique centrale va-t-elle concrètement bénéficier les pays voisins et influencer les stratégies régionales de lutte contre le VIH/SIDA ?

En nous notifiant le 8 juillet dernier la désignation du CIRCB comme laboratoire national de référence OMS pour le suivi des résistances du VIH, le Dr Meg Doherty, Directeur du Département « Global HIV, Hépatites et STIs Programmes » dans cet organisme des Nations Unies, a en effet clairement expliqué les motivations qui ont sous-tendu ce choix. Au plan technique, la décision de l'OMS reposait sur plusieurs critères : l'existence d'équipements de génotypages fonctionnels, l'expertise avérée des personnels de laboratoire dans la réalisation des examens visés, la pratique des POS (Procédures opérationnelles standard) et un accompagnement administratif et financier dans la gestion des laboratoires. Nous avons réalisé, à l'aide des kits ThermoFischer, des tests génotypiques de résistance pour la protéase, la transcriptase inverse et les gènes d'intégrase, à partir du plasma. Au plan stratégique, les

plateformes du CIRCB offrent depuis quelques années un service unique dans la prise en charge du VIH, que ce soit pour les patients camerounais ou même pour ceux des pays voisins qui nous sollicitent. Nous organisons par ailleurs, ici même au CIRCB, des ateliers internationaux de remise à niveau des personnels de santé, comme celui du 22 juillet dernier qui a réuni une cinquantaine de participants venus de toutes les dix régions du pays. Les missions d'appui et d'enseignements sur les résistances sont régulièrement effectuées vers les autres pays africains dans le cadre de la coopération Sud-Sud.

Ce sont là des actions concrètes et visibles que porte le CIRCB. Ces actions visent naturellement à améliorer la lutte contre le VIH dans notre pays et à l'international. Il s'agit d'atteindre les objectifs des trois 95 fixés par l'ONUSIDA à l'horizon 2030 à savoir : 95% des patients séropositifs au VIH sont diagnostiqués ; 95% des patients ainsi diagnostiqués sont mis sous traitement et 95% des patients traités ont une charge virale indétectable. C'est avec cette stratégie que nous partageons avec les pays voisins que le CIRCB compte mener une lutte efficace contre la pandémie du VIH.

Le Dr Joseph Fokam a décrit cette désignation comme une « étape scientifique majeure vers l'élimination du VIH ». Comment cette capacité de surveillance et de détection de la résistance aux médicaments antirétroviraux va-t-elle

directement impacter l'amélioration des résultats de traitement pour les patients camerounais et orienter les futures recherches menées par le CIRCB ?

Pour le CIRCB et pour tout son personnel scientifique d'ailleurs, cette désignation est une reconnaissance et une invitation à plus d'efforts pour le soutien et la prise en charge personnalisée des PVVIH. Notre position acquise aujourd'hui permettra sans aucun doute d'améliorer la prise en charge des patients. C'est en cela que cette désignation par l'OMS constitue une étape décisive vers l'élimination du VIH. Cette position n'est malheureusement pas définitive. Le CIRCB sera régulièrement évalué dans ses performances et pour la qualité de ses résultats. De notre capacité à surveiller l'apparition des résistances aux ARV dépendra une prise en charge améliorée des patients et en conséquence leur survie.

La lettre de l'OMS mentionne que la désignation dépendra de « performances satisfaisantes continues ». Quels sont les mécanismes mis en place par le CIRCB pour assurer la pérennité de cette certification, maintenir l'excellence technique et relever les défis potentiels à venir, qu'ils soient financiers, matériels ou humains ?

Nous serons effectivement réévalués tous les ans ou tous les deux ans sur la qualité de nos services et de nos performances. Cette désignation de l'OMS n'est donc pas définitivement acquise. Elle doit se mériter au quotidien en faisant l'effort de s'arrimer aux évolutions scientifiques. Nous devons ainsi actionner sur plusieurs leviers : la formation continue des personnels, la mise en place d'un dispositif infrastructurel amélioré, ainsi qu'un cadre du travail agréable pour tous, sans oublier d'adopter en permanence de bonnes pratiques de laboratoire. Nous avons à ce jour, vous vous en doutez bien, anticipé sur la plupart de ces exigences. Nous avons ainsi signé des conventions de collaboration avec des Institutions et avec diverses Universités du Nord, notamment en Italie pour des stages et la formation des personnels. Nous avons aménagé dans nos locaux un espace technique dédié uni-

quement aux travaux portant sur les résistances du VIH. Nos équipements techniques bénéficient de contrats de maintenance et d'une globale assurance pour couvrir les éventuels dommages. Nous avons mis en place une plateforme d'échanges scientifiques sur les résistances du VIH appelée « Viroforum ». Cette plateforme, utilisée par les experts nationaux et internationaux, est coordonnée par le CIRCB. Elle réunit chaque mois les acteurs de santé travaillant sur le VIH, avec pour objectif d'améliorer significativement la prise en charge des PVVIH.

En tant que Directeur Général, quelle est votre vision à long terme pour le CIRCB suite à cette désignation ? Comment entendez-vous consolider le rôle de leader du Centre dans la région et au-delà, notamment en contribuant à l'élaboration des directives de l'OMS et en favorisant le partage d'expériences sur des plateformes comme le VIROFORUM AFRICA ?

Le CIRCB s'est déjà positionné comme structure de recherche leader dans son domaine. Ce leadership national et international doit s'exercer pleinement à travers le développement des programmes de surveillance génomique des résistances dans notre sous-région et à travers la formation de nos personnels de santé. Le « Viroforum » que vous citez constitue à notre sens un exemple de collaboration internationale réussi entre le CIRCB et les autres acteurs de santé. Le CIRCB doit anticiper par ailleurs sur les mécanismes de riposte en cas de survenue de nouvelles pandémies dans notre environnement. Son implication pour le diagnostic et le suivi biologique des cas de COVID-19 dans notre pays a été saluée par tous, notamment par l'OMS. Dans le cadre du projet dénommé « Expandia » qu'il a porté depuis 2022, le CIRCB s'est fortement préparé pour se mettre à la tête d'un grand réseau des laboratoires chargés du diagnostic et du suivi biologique des viroses et de certaines pathologies émergentes. Son intérêt vers les autres pathologies chroniques telles que les cancers, au moment où la pandémie du VIH est progressivement maîtrisée, est légitime et doit constituer un nouvel axe de recherche pour le CIRCB.

Interview menée par Mireille Siapje

Suivi sanitaire du porc au Cameroun

Une nécessité pour la sécurité alimentaire

Au Cameroun, le secteur porcin joue un rôle important dans l'économie, avec une production estimée à 48 560 tonnes de viande de porc. Le marché du porc est évalué à 231 milliards de FCFA en 2024, avec une projection de croissance annuelle de 9 %. Toutefois, les questions liées aux mesures sanitaires prises avant la consommation de cette viande restent préoccupantes.

Junior NTEPPE KASSI

Le porc est l'une des viandes les plus consommées au Cameroun. On retrouve cette viande dans tous les marchés du pays, au grand bonheur des consommateurs. Toutefois, la principale question qui demeure est la problématique autour du suivi sanitaire de cet animal mis en vente dès sa naissance jusqu'à sa commercialisation.

Dans ce sens, le Dr Lafortune Ngo Pem, cadre à la Direction des Services vétérinaires du Cameroun, déclare : « Pour un bon suivi médical du porc, la période de lactation se fait généralement de 0 à 2 mois après la naissance. Ainsi, il subit des injections de fer à trois jours, sept jours et 21 jours, question de prévenir l'anémie. Une surveillance minutieuse de son poids et de sa tétée est assurée par le vétérinaire. Son sevrage intervient généralement vers le deuxième mois. Il subit un déparasitage interne et externe permanent. Puis, il est vacciné contre le rouget. Sa croissance hebdomadaire doit être surveillée. Le tout accompagné d'un contrôle mensuel du vétérinaire qui assure la vaccination de rappel ».

A la question de savoir : comment le porc est malade, le Dr Lafortune Ngo Pem répond : « les signes de maladie se manifestent par la perte d'appétit, l'isolement, la respiration rapide, la toux, la diarrhée, les vomissements, la boiterie ou encore la fièvre ». Pour y remédier, elle propose : d'isoler immédiatement l'animal, désinfecter l'environnement, veiller à ce qu'un vétérinaire fasse le diagnostic et prescrive un traitement immédiatement et surtout de ne pas abattre le porc pour la consommation ».

La croissance, une



L'élevage du porc est de plus en plus répandu au Cameroun.



Dr Lafortune Ngo Pem, vétérinaire.

phase primordiale dans l'élevage du porc

Pour une bonne croissance, le porc a besoin d'une bonne alimentation. « Chez le porcelet,

il s'alimente généralement au maternel + pré-starter riche en protéines. Durant la phase post-sevrage, il doit lui être donné des aliments concentrés contenant



entre 18 et 20 % de protéines, des vitamines et des minéraux. Pendant sa phase d'engraissement qui se situe généralement lorsqu'il a 3 à 6 mois, il doit consommer 14 à 16 % de protéines ainsi que des fibres digestibles et surtout beaucoup d'eau propre. Il faut éviter de lui donner les déchets fermentés ou mal stockés », précise Dr Lafortune Ngo Mpm.

Parlant des maladies les plus fréquemment rencontrées chez les cochons, on peut citer : La peste porcine africaine qui entraîne une mort rapide si l'animal n'est pas vite mis sous traitement ; Il y a également le Rouget du porc particulièrement au Cameroun. Son vaccin permet de mettre une emphase sur l'hygiène et la désinfection ; il y existe également la Brucellose, leptospiros. Une fois dépisté, il faut éviter tout contact du rongeur avec les eaux stagnantes.

La conservation du porc demeure une préoccupation. Durant les périodes festives, les porcs sont abattus en masse. Mais, la question de la conservation demeure. A ce niveau, le Dr Lafortune Ngo Pem recommande : « l'abattage dans des conditions

hygiéniques, refroidir immédiatement à 4 °C., Conserver la viande au réfrigérateur pendant maximum 4 jours ou congélation à -18 °C, faire des paquets sous vide pour une meilleure durée et surtout, ne jamais laisser la viande à une température ambiante.

S'adressant aux personnes qui aimeraient se lancer dans l'élevage porcin, la vétérinaire conseille : « de démarrer petit avec des animaux sains bénéficiant d'un certificat vétérinaire. Amener des bâtiments bien ventilés, secs et propres ; respecter le plan de vaccination et de déparasitage établi avec le vétérinaire ; Donner un repas équilibré et une eau propre à l'animal ; s'équiper de protections (gants, bottes, lavage des mains) ; Limiter les visiteurs et éviter les mélanges d'animaux non connus. Enfin suivre une formation si possible avant de se lancer ».

En rappel, au Cameroun, les régions du Nord et de l'Ouest sont des bassins de production important, avec des porcs acheminés vers Yaoundé et Douala, notamment pour la consommation locale.

Retrouvez toute l'actu
d'Échos Santé sur **Y'elloKiosk**

ÉCHOS SANTÉ



**LISEZ ET FAITES LIRE LE QUOTIDIEN ECHOS SANTÉ,
LA RÉFÉRENCE EN MATIÈRE D'INFORMATIONS SANITAIRES
SITE WEB : WWW.ECHOSANTE.INFO**

Manguier

Un arbre sacré pour la pharmacie naturelle

Le manguier, omniprésent dans la végétation camerounaise, n'est pas seulement un arbre fruitier offrant une ombre rafraîchissante et des fruits savoureux. Il représente un véritable trésor de la pharmacopée traditionnelle, dont les feuilles, l'écorce, les racines et même les fruits possèdent des propriétés thérapeutiques.

Marcus DARE

Au-delà de ses vertus physiques, le manguier revêt une dimension spirituelle forte, incarnant protection et purification. Du Nord au Sud, de l'Est à l'Ouest, le manguier s'est imposé comme un élément incontournable du paysage camerounais. Sa présence, aussi familière qu'indiscutable, reflète son importance dans la vie quotidienne des populations. Mais derrière son apparence et ses fruits juteux se cache une richesse thérapeutique insoupçonnée, exploitée depuis des siècles par les tradipraticiens et les naturopathes. Chaque partie de l'arbre, du fruit à la racine, semble receler un potentiel curatif, utilisé seul ou en combinaison avec d'autres plantes médicinales. Les feuilles de manguier, en particulier, occupent une place de choix dans la pharmacopée traditionnelle. Riches en composés bioactifs, elles sont utilisées pour traiter un large éventail d'affections. Parmi les propriétés les plus reconnues, on retrouve leur action hypoglycémiante, c'est-à-dire leur capacité à réguler le taux de sucre dans le sang. De nombreuses études scientifiques ont confirmé cette vertu, faisant des feuilles de manguier un allié

précieux dans la prise en charge du diabète. La préparation peut prendre plusieurs formes : décoction, infusion ou macération. La posologie et la méthode d'administration varient selon les tradipraticiens et les spécificités de chaque cas. Au-delà du diabète, les feuilles de manguier sont également employées pour traiter d'autres affections. Elles sont réputées pour leur action diurétique, et favorisent l'élimination des toxines et le nettoyage des reins. De plus, leurs propriétés anti-inflammatoires et antibactériennes en font un remède efficace contre diverses infections, notamment les infections urinaires et les troubles digestifs. L'action des feuilles de manguier sur le poids corporel est également un sujet d'étude et d'observation répandue, bien que les mécanismes précis ne soient pas encore entièrement élucidés. Les fruits eux-mêmes, les mangues, sont une source abondante de vitamines et de minéraux essentiels à la santé. Riches en vitamine C, vitamine A, potassium, et fibres, elles contribuent au renforcement du système immunitaire, à la protection contre les radicaux libres, et à une bonne digestion. Leur consommation régulière est donc vivement recommandée pour maintenir une bonne santé. Le manguier ne se limite pas



à ses vertus médicinales physiques. Dans de nombreuses cultures camerounaises, il revêt une signification spirituelle profonde. L'arbre est souvent consi-

déré comme sacré, capable de protéger les maisons et les individus contre les influences négatives, les mauvais sorts, et les maladies spirituelles. Les feuilles

et l'écorce sont utilisées dans des rituels de purification et de protection, pour éloigner le mauvais œil et purifier les lieux de vie.

Réactions

« Le manguier a plusieurs vertus. Les vertus spirituelles et les vertus de santé physique. »

Ngalieu Frédéric, Naturopathe

Le manguier a plusieurs vertus. Les vertus spirituelles et les vertus de santé physique. Déjà, pour parler des vertus de maladie physique, on peut faire allusion au diabétique. La feuille de manguier aide à diminuer le taux de sucre et de glycémie dans le sang. Donc déjà, ça peut aider pour les diabétiques. Certaines personnes utilisent aussi la feuille de manguier pour perdre du poids. On fait des potions des feuilles de manguier, on boit peut-être deux tasses à trois tasses par jour. Ça fait beaucoup pisser, ça peut aussi aider à perdre du poids. Ça aide pour le rein et aussi pour les diabétiques. Concernant l'écorce du manguier, on peut aussi l'utiliser pour le diabète et même les infections. On utilise aussi l'écorce pour les problèmes dentaires, comme les caries dentaires. On utilise

l'écorce du manguier pour traiter les dents, pour les problèmes de caries dentaires. Dans certains traitements aussi, j'ajoute l'écorce du manguier pour le traitement de l'hépatite. J'ajoute aussi l'écorce du manguier pour les infections. Comme on parle de l'hépatite, c'est aussi une forme d'infection virale. Les racines aussi. Bien sûr, je ne conseille pas d'enlever trop les racines des manguiers. Si on peut déjà utiliser l'écorce et le feu pour traiter, pourquoi enlever encore les racines? Les racines, dans certains traitements, sont aussi très efficaces. Mais si déjà les feuilles et l'écorce peuvent jouer le même rôle, on ne doit pas trop parler des racines. Puisqu'on ne doit pas encourager la population à enlever les racines des manguiers pour faire n'importe quoi.



Les vertus spirituelles de la racine du manguier, on l'utilise aussi pour protéger la maison en association avec d'autres produits. En dehors de ça, il y a le gui, la plante parasite qui grandit

sur le manguier. Les feuilles de manguier aident aussi sur le plan spirituel, on peut se laver avec. Ça crée aussi la chance, l'attrance. Le manguier a les vertus spirituelles. Il ne s'agit pas de mysticisme, les incantations. Il y'a les gens qui ont des mauvais rêves. C'est là où les plantes médicinales peuvent nous accompagner. C'est là où on parle des plantes avec des vertus spirituelles. Les fruits du manguier, généralement, sont riches en vitamine C. On utilise aussi les noyaux du manguier pour faire une forme de beurre. Le manguier peut aussi être utilisé pour les problèmes de la peau. On peut aussi le consommer pour soigner certaines maladies. Mais on l'utilise plus pour fabriquer des produits cosmétiques.

Voici les vertus médicinales de la plante Emilia coccinea couramment appelé « Herbe de Lapin »

Hon Dr Temfack Vopé Ronyl

Emilia coccinea appartient à la famille des Asteraceae à la sous famille des Asteroideae et au genre Emilia qui comprend environ 100 espèces originaires de l'Ancien Monde. Emilia coccinea est originaire d'Afrique, l'espèce est largement cultivée comme plante ornementale dans les régions tropicales, subtropicales et tempérées.

En Tanzanie, les feuilles vertes broyées sont utilisées pour soigner les blessures, les plaies et la sinusite. Des feuilles séchées en poudre sont également appliquées sur les plaies. Les racines ou les feuilles sont bouillies et la décoction est utilisée pour traiter la syphilis.

Cette plante peut être utilisée en légume dont les feuilles sont généralement consommées hachées, crues ou cuites avec des légumes secs comme les pois et haricots.

Le jus de feuilles frais est antimicrobien, antioxydant et anti-inflammatoire. Il peut être utilisé pour traiter toutes sortes de troubles de la peau tels que l'abcès du sein, les ulcères, les affections lépreuses, la gale, les poux et la teigne.

On peut récupérer le jus de la plante écrasée afin de soigner les inflammations oculaires : il suffit de verser la préparation sur une compresse froide et de l'appliquer localement. Il est possible de faire une infusion des feuilles d'Emilia coccinea avec des feuilles d'Ipomoea eriocarpa R.Br et de l'utiliser comme collyre.

Les feuilles permettent aussi de traiter la filariose et la jaunisse, de plus broyer celles qui sont vertes permet de soigner les blessures, plaies et la sinusite. On peut également faire de la poudre avec des feuilles séchées pour l'appliquer sur les plaies.

Bonne réflexion



Optez pour une gestion efficace de vos patients

Avec BooWem, suivre ses patients n'a jamais été aussi simple !

Suivez-nous



Contacts :

677 39 46 99

<https://boowem.net/>

Nsimeyong 3, Yaoundé- Cameroun



Retrouvez toute l'actu
d' Échos Santé sur **Y'elloKiosk**

ÉCHOS SANTÉ



Yoga et Sport de Haut Niveau

La Recette de la performance ultime

Selon une étude publiée dans The International Journal of Yoga, 94% des sportifs interrogés ont constaté une amélioration de leur performance après avoir intégré le yoga à leur routine d'entraînement. Parmi eux, 76% ont cité une meilleure capacité de concentration et de maintien de la focalisation sous pression comme un avantage significatif du yoga.

Junior NTEPPE KASSI

L'importance de la pratique du yoga chez les sportifs de haut niveau est de plus en plus reconnue. Le yoga s'est également imposé comme un outil efficace pour améliorer la flexibilité et la force musculaire. Les statistiques montrent que les athlètes qui pratiquent régulièrement le yoga ont une amplitude de mouvement plus importante et une force musculaire accrue. Par exemple, une étude a révélé que les postures de yoga comme le « Chien tête en bas » et le « Guerrier » ciblent des groupes musculaires essentiels pour de nombreux sports, améliorant ainsi la mobilité fonctionnelle des athlètes. En ce qui concerne la préparation mentale, le yoga a des effets bénéfiques scientifiquement

prouvés. Une recherche a démontré que la pratique régulière du yoga réduit significativement les niveaux d'anxiété et améliore la capacité à gérer le stress. En effet, 85% des athlètes qui ont intégré le yoga à leur routine affirment que cela les aide à mieux gérer la pression liée aux compétitions de haut niveau. De plus, les statistiques révèlent que le yoga peut avoir un impact positif sur la performance sportive. Une étude menée sur des coureurs de longue distance a montré que ceux qui pratiquaient le yoga avaient une fréquence cardiaque au repos plus basse et une meilleure efficacité respiratoire, ce qui se traduisait par une augmentation de leur endurance. En moyenne, les sportifs pratiquant le yoga ont constaté une amélioration de 12% de leur performance globale. Enfin, le yoga est de plus en plus populaire auprès des sportifs de tous niveaux, y compris les pro-



fessionnels. Selon un sondage récent, 65% des athlètes de haut niveau interrogés incluent le yoga dans leur programme d'entraînement, et ce chiffre est en

constante augmentation. En clair, la pratique du yoga chez les sportifs de haut niveau est nécessaire. Elle permet non seulement de prévenir les blessures

et d'améliorer la flexibilité, mais aussi de renforcer la préparation mentale et d'optimiser les performances sportives.

Méditation

Les bienfaits pour la santé des Sportifs de Haut Niveau

Des études ont montré que la pratique régulière de la méditation peut diminuer les niveaux de cortisol, l'hormone du stress, améliorant ainsi la capacité de l'athlète à gérer les situations stressantes.

Junior NTEPPE KASSI

La pression liée aux compétitions, aux attentes des entraîneurs, des supporters et de la presse peut engendrer un niveau élevé de stress et d'anxiété chez les sportifs. La méditation aide donc à réduire ces tensions en favorisant la relaxation et la tranquillité mentale. Ainsi, au moment d'aborder les grands rendez-vous sportifs, les athlètes et leurs encadreurs se retirent dans des zones isolées afin de mieux se concentrer. « Avant chaque match, nous nous retrouvons pour la grande veillée d'avant match. L'idée pour nous est de mettre les joueurs en condition dans un cadre commun où ils pourront méditer et se concentrer sur la préparation du match loin des bruits », explique Yves Clément Arroga, entraîneur de la Panthère Sportive du Ndé. La capacité à se concentrer est essentielle pour les sportifs de haut niveau. La méditation, en particulier et les techniques de pleine conscience aide à développer une meilleure capacité de concentration et de focalisation. En apprenant à observer leurs pensées et à revenir à l'instant présent, les athlètes peuvent améliorer leur performance en évitant les distractions et en restant plus centrés sur leurs objectifs. « La méditation m'aide



La méditation est un élément déterminant pour la performance.

à rester concentré pendant les matchs, même quand la foule est bruyante. Je suis capable de bloquer les distractions et de me focaliser sur chaque coup », argumente Augustin Ntomba, joueur de tennis Camerounais. La gestion des émotions est cruciale pour maintenir un état mental optimal. La méditation permet aux athlètes de développer une meilleure conscience émotionnelle, leur permettant de reconnaître et de réguler leurs émotions de manière plus efficace. Cela peut être particulièrement utile lors des moments clés

des compétitions, où la capacité à rester calme et confiant peut faire la différence. « La méditation m'a aidé à gérer mes émotions pendant les compétitions. Je suis plus calme et je prends des décisions plus réfléchies », déclarait Serena Williams, joueuse de tennis américaine sur une chaîne de télévision. Un sommeil de qualité est essentiel pour la récupération et la performance sportive. La méditation peut améliorer la qualité du sommeil en réduisant l'insomnie et en favorisant un sommeil plus profond et réparateur. Un sommeil de meilleure qualité contri-

bue à la réduction de la fatigue et à une meilleure préparation physique pour les entraînements et les compétitions. « Depuis que je pratique la méditation, je dors mieux et me réveille plus frais. Cela a un impact direct sur ma performance », Usain Bolt, athlète olympique. La confiance en soi est un élément clé de la performance sportive. En favorisant une meilleure estime de soi et en réduisant les pensées négatives, la méditation peut aider les athlètes à développer une plus grande confiance en leurs capacités. La récupération physique et mentale est essen-

tielle pour maintenir une performance optimale. La méditation peut contribuer à une meilleure récupération en réduisant l'inflammation, en améliorant la circulation sanguine et en favorisant la relaxation musculaire. Cela peut réduire le temps de récupération après les entraînements intensifs et les compétitions. La résilience, ou capacité à rebondir après un échec ou une blessure, est une compétence cruciale pour les sportifs de haut niveau. La méditation aide à développer une meilleure résilience en renforçant la capacité à faire face aux défis et aux revers avec une attitude positive et déterminée. En intégrant la méditation dans leur routine quotidienne, les sportifs peuvent non seulement améliorer leur performance mais aussi améliorer leur bien-être. Ce qui est essentiel pour une carrière sportive durable et réussie. La méditation est une pratique accessible et polyvalente qui peut être adaptée aux besoins spécifiques de chaque athlète. Que ce soit à travers des séances guidées, des applications mobiles ou des ateliers de groupe, les sportifs de haut niveau ont de nombreuses options pour intégrer la méditation dans leur routine et en tirer pleinement profit de plus confiance.

Agenda des rendez-vous scientifiques

Date et lieu : Du 30 juillet au 2 août 2025, l'hôtel La Falaise de Bonanjo à Douala

11^e Congrès de la Société Africaine de Pneumologie de Langue Française (SAPLF) couplé au 5^e Congrès de la Société Camerounaise de Pneumologie (SCP).

Ce rendez-vous médical rassemblera des pneumologues, chercheurs, professionnels de santé et partenaires venus d'Afrique et d'ailleurs, autour des grands enjeux actuels de la pneumologie.

Les principaux thèmes du congrès sont :

1. Le syndrome d'apnées du sommeil
2. L'oncologie thoracique

Les sous-thèmes incluent :

1. la tuberculose pharmaco-résistante,
2. l'asthme,
3. les infections respiratoires basses.

Date et lieu : du 9 au 11 septembre 2025 - Cotonou - Bénin

2^e Congrès de la Société Africaine de Santé Publique (SASP) au Palais des congrès de Cotonou, Boulevard de la Marina

Thème principal

Santé publique : Science au service du développement durable en Afrique

Les objectifs du congrès :

1. Communiquer autour de la vision africaine de la santé publique pour répondre aux besoins du continent en général et ceux du Bénin en particulier
2. Favoriser le partage des connaissances à travers la diffusion des résultats des travaux de recherche
3. Renforcer les compétences à travers la diffusion des actualités dans le domaine, notamment les dernières innovations technologiques et méthodologiques
4. Faciliter la création et le renforcement des réseaux intersectoriels des profes-

sionnels de la santé publique

5. Contribuer au renforcement du réseau académique africain dans le domaine de la santé publique

Date et lieu : du 5 au 9 octobre 2025 - Le Cap - Afrique du Sud

25^{ème} Congrès mondial de gynécologie et d'obstétrique de la FIGO

La Fédération Internationale de Gynécologie et d'Obstétrique (FIGO) a le plaisir d'annoncer que le XXVe Congrès Mondial de Gynécologie et d'Obstétrique de la FIGO se tiendra du 5 au 9 octobre 2025 au Cap, en Afrique du Sud, en collaboration avec la Société Sud-Africaine des Obstétriciens et Gynécologues (SASOG).

Programme :

Outre le programme scientifique de premier plan, la FIGO Cape Town 2025 proposera une série d'ateliers pré-congrès et un programme social passionnant comprenant un dîner de gala spécial.

Bon à savoir :

Le programme scientifique de cinq jours de la conférence FIGO Cape Town 2025 est le fruit d'une collaboration entre la FIGO et ses partenaires, les organisations apparentées, les sociétés membres et la Fédération africaine d'obstétrique et de gynécologie (AFOG), la fédération régionale alliée de la FIGO pour l'Afrique et la région de la Méditerranée orientale.

Date et lieu : du 2 au 5 novembre 2025 - Hammamet - Tunisie

15^{ème} Conférence internationale de l'AORTIC sur le cancer en Afrique

Du 2 au 5 novembre 2025 - Hammamet - Tunisie

La 15^{ème} Conférence internationale de l'AORTIC sur le cancer en Afrique se tiendra du 2 au 5 novembre 2025 à Hammamet, en Tunisie, et aura pour thème : Faire progresser les soins contre le cancer en Afrique : l'équité grâce à l'autonomisation de la re-

cherche et de l'éducation Exploiter les partenariats africains pour améliorer la qualité des soins contre le cancer et les résultats pour les patients.

AORTIC 2025 est devenue la plateforme continentale qui rassemble les spécialistes multidisciplinaires de la communauté mondiale du cancer afin de réduire l'impact du cancer en Afrique. La conférence proposera des présentations de recherche de pointe, des ateliers interactifs et des sessions éducatives, visant à compléter les compétences du personnel spécialisé en cancérologie en Afrique.

Date et Lieu : du 15 au 18 décembre 2025 à Yaoundé

"Journées Internationales de Limnologie en Afrique"

L'université de Yaoundé 1 en partenariat avec l'université de Rennes, le CNRS, l'IRD et l'Association Française de Limnologie prévoient l'organisation du premier congrès internationale francophone sur les milieux aquatiques en Afrique. Ces "Journées Internationales de Limnologie en Afrique" seront organisées à Yaoundé en décembre 2025 avec pour ambition d'avoir des scientifiques venant de différents pays africains et européens. Ces journées scientifiques pluridisciplinaires aborderont les enjeux autour des milieux aquatiques continentaux en Afrique autour de 5 thématiques principales :

- Changement climatique, eau et biodiversité : vers des outils adaptés à l'Afrique sub-saharienne
- Gestion des ressources hydriques face aux défis climatiques et régionaux en Afrique : solutions innovantes pour un développement durable
- Qualité de l'eau, bioindication et conservation de la biodiversité
- Aquaculture
- Risques environnementaux, sanitaires et économiques, le concept One Health en Afrique



Pharmacies de garde Yaoundé

Semaine du : DU LUNDI 28/07/25 AU DIMANCHE 03/08/2025

Garde du : Mercredi 30/07/25 AU Jeudi 31/07/2025

| PHARMACIE | LOCALISATION | TÉLÉPHONES |
|--------------------|--|--------------|
| Mfoundi, Du | Carrefour Elig Essono | 699 19 12 18 |
| Elobi | Mokolo Elobi | 222 20 41 37 |
| Montesquieu | Collège Montesquieu - Mvog Ada | 650 83 75 32 |
| Colombe, La | Texaco Omnisport | 699 10 43 73 |
| Lycée Bilingue, Du | Carrefour Hôtel Du Plateau | 222 22 98 37 |
| Olezoa | Mobil Olezoa | 222 23 93 37 |
| Cypres, Du | 1er Carrefour Nkolbisson | 242 06 47 59 |
| 7 Collines | Immeuble Feuguif - Mini Ferme | 222 22 65 71 |
| Biyem-Assi, De | Face Niki | 222 31 71 93 |
| Nsimeyong | Chapelle Nsimeyong | 694 01 12 46 |
| Emana, D' | À Côté Du Supermarché Noblesse - Emana | 222 21 42 94 |
| Manguiers, Des | Rue Des Manguiers | 242 06 04 09 |
| Perseverance, La | Awae Escalier | 243 84 41 35 |
| Mindili | Carrefour De L'amitié - Ekoumdoum | 655 77 32 70 |
| Maturité | Neptune - Odza | 655 44 91 38 |



Pharmacies de garde Douala

Semaine du : DU LUNDI 28/07/2025 AU VENDREDI 01/08/2025

Garde du : Mercredi 30/07/25 AU Jeudi 31/07/2025

| PHARMACIE | LOCALISATION | TÉLÉPHONES |
|-------------------|------------------------------|--------------|
| JOUVENCE | Rue King Akwa | 233 42 47 79 |
| MONDIAL | Lewatt Hôtel | 233 40 24 92 |
| BOURSE | Grand Moulin Deido | 233 06 00 48 |
| ESPOIR | Rue Monkam Bar | 233 42 79 82 |
| RUE KOLOKO | Rue Koloko CIMED | 674 44 77 15 |
| LA COTE | Essao Bali | 233 42 64 57 |
| RAIL | Marché Nkololoun | 233 14 03 25 |
| STE MARIE | Axe Lourd DLA-YDE | 672 93 37 92 |
| BLESSING PHARMACY | Station Blesing Stade | 656 67 71 41 |
| GENIE | Marché Madagascar | 233 42 64 57 |
| LA VITA | Nyala Entrée École | 242 82 34 18 |
| SAINTE AGNES | Carrefour Cité des Palmiers | 656 36 11 01 |
| CARREFOUR Z | Carrefour Zacheman Ndogbong | 242 82 34 18 |
| LA PATIENCE | Carrefour SNEC Makepe | 233 47 26 84 |
| VERTUS | Carrefour IPPB Bonamoussadi | 233 47 80 18 |
| CONCORDE | Santa Barbara Carref Pt Terr | 652 07 08 38 |
| INTERNATIONALE | Carrefour PK14 | 243 81 18 18 |

Numéros Utiles



Useful Numbers

NUMÉROS D'URGENCE AU CAMEROUN

| | |
|--|--------------------|
| Sapeurs-pompiers | 118 |
| Police | 117 |
| Gendarmerie | 120 |
| Numéro vert /MINSANTE/ Urgences sanitaires | 1510 |
| SAMU | 119 |
| Hôpital Central de Yaoundé | +237 2 22 22 43 25 |
| Hôpital Général de Douala | +237 3 43 46 76 11 |
| Centre Hospitalier et Universitaire de Yaoundé | +237 2 22 22 23 60 |
| Hôpital District de Yaoundé | +237 3 43 46 76 11 |

PROTECTION CIVILE

| | |
|---|--------------|
| Direction de la Protection Civile | 222 21 46 06 |
| Sous-Direction de la Coordination et des Interventions (SDCI) | 222 21 46 07 |
| Cellule d'Étude et de la Prévention (CEP) | 222 21 46 05 |
| Permanence | 677 96 82 10 |

RESEAU NATIONAL DE VEILLE ÉPIDÉMIOLOGIQUE

Centre de Réception des Échantillons(CRE)

| | |
|-------------|--------------|
| CRE Yaoundé | 698 00 94 26 |
| CRE Garoua | 698 00 93 81 |

Centre Pasteur du Cameroun (CPC)

| | |
|------------------------|--------------|
| Labo POLIO (Yaoundé) | 698 00 93 56 |
| Labo Rougeole | 698 00 93 54 |
| Fièvre Jaune (Yaoundé) | 698 00 93 54 |
| CPC Garoua | 698 00 78 82 |

Direction de la Lutte Contre La Maladie (DLCM)

| | |
|---------------------------------|--------------|
| DLM | 698 00 94 25 |
| Chef de Service d'Épidémiologie | 698 00 94 16 |
| Chef de Bureau Surveillant EPI | 698 00 94 17 |
| Gestionnaire de données | 698 00 93 69 |

Programme Élargi de Vaccination(PEV)

| | |
|------------------------------|--------------|
| Secrétaire Permanent GTC-PEV | 698 20 30 19 |
| Chef Unité de Surveillance | 698 00 94 09 |

Laboratoire de Santé Hygiène Mobile (LSHM) Yaoundé - Major labo
Centre Mère et Enfant (CME) Yaoundé - Gestionnaire de Données

ÉCHOS SANTÉ

info@echosante.info
Tél: (+237) 694819937/ 672500093

Virus mpox

Un premier décès recensé au Ghana

Les autorités de santé ont confirmé dimanche dernier un premier décès lié au mpox dans ce pays d'Afrique de l'Ouest, qui connaît une forte recrudescence du nombre de nouvelles infections.

Charone DONGMO/LE FIGARO

En tout, 23 nouveaux cas de mpox ont été confirmés durant la semaine écoulée, amenant le total de nouvelles infections à 257 depuis que le virus a été détecté au Ghana en juin 2022. Il s'agit de la plus forte augmentation sur une semaine. Le ministre ghanéen de la santé, Kwabena Mintah Akandoh, a assuré que la situation était sous contrôle ; c'est du moins ce qu'a annoncé l'Agence Française de Presse. « La clef pour limiter l'épidémie est une détection précoce et une attitude responsable » a-t-il ajouté. Pour lutter efficacement contre l'épidémie et limiter sa transmission, le département chargé de la santé publique au Ghana se prépare à recevoir des vaccins



Un premier décès lié au mpox recensé au Ghana

de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) cette semaine. Franklyn Asiedu-Bekoe, res-

ponsable dudit département a déclaré auprès de l'Agence Française de Presse (AFP) : « Nos

populations à risque ont déjà été identifiées et nous sommes prêts à lancer les vaccinations dès que

les doses seront arrivées ».

Le chef de l'Organisation mondiale de la santé, Tedros Adhanom Ghebreyesus avait indiqué un total de plus de 37 000 cas de mpox confirmés depuis le début de 2024, par 25 pays, dont 125 décès.

Le mpox, causé par un virus de la même famille que celui de la variole, se manifeste principalement par une forte fièvre et l'apparition de lésions cutanées, dites vésicules. Rappelons que la République démocratique du Congo, l'épicentre de la maladie où avait été identifié pour la toute première fois l'épidémie de mpox en 1970 rassemble à elle seule 60% des cas confirmés et 40% des décès, suivie par l'Ouganda, le Burundi et la Sierra Leone, qui connaît une augmentation du nombre des cas depuis le début de cette année.

L'Afrique et le Moyen-Orient

Deux continents en proies à la famine

L'insécurité alimentaire est un phénomène qui prolifère de plus en plus dans ces zones, surtout dans un contexte où les conflits, la guerre commerciale mais aussi le climat ambiant ne laisse pas les populations indifférentes.

Charone DONGMO/Euroneus

Un rapport publié par plusieurs agences des Nations Unies alerte sur l'aggravation considérable de la malnutrition en Afrique et au Moyen-Orient, où près de 350 millions de personnes souffrent de la faim.

Le rapport Sofi sur l'état de la sécurité alimentaire et de la nutrition dans le monde indique que la flambée des prix mondiaux y est pour beaucoup dans l'insécurité alimentaire qui sévit en Afrique, en Asie et au Moyen-Orient. Il explique que les guerres commerciales, les conflits, ainsi que le dérèglement climatique sont les principaux facteurs à l'origine de l'inflation alimentaire à l'échelle mondiale.



L'Afrique et le Moyen-Orient en proies à la famine

Alvaro Lario, président du Fonds international de développement

agricole (FIDA) explique : « La situation est tout de même assez

alarmante, surtout en Afrique et au Moyen-Orient. Je dirais que

ce sont les deux régions où les chiffres continuent d'augmenter ». Le rapport soulève plus haut, explique que la proportion de la population souffrant de la faim en Afrique dépassait les 20% en 2024, touchant ainsi 307 millions de personnes. En Asie occidentale, on estime que 12,7% de la population, soit plus de 39 millions de personnes, souffraient de la faim l'année passée.

Ainsi, l'existence économique et la durabilité des petits agriculteurs sont essentielles à l'approvisionnement alimentaire et à la sécurité alimentaire dans les pays en développement. Les investissements à long terme dans l'agriculture et les petits agriculteurs des pays en développement sont nécessaires pour lutter contre la faim.



Retrouvez toute l'actu
d'Échos Santé sur **Y'elloKiosk**

ÉCHOS SANTÉ

