



Prendre » soin de sa santé à la retraite

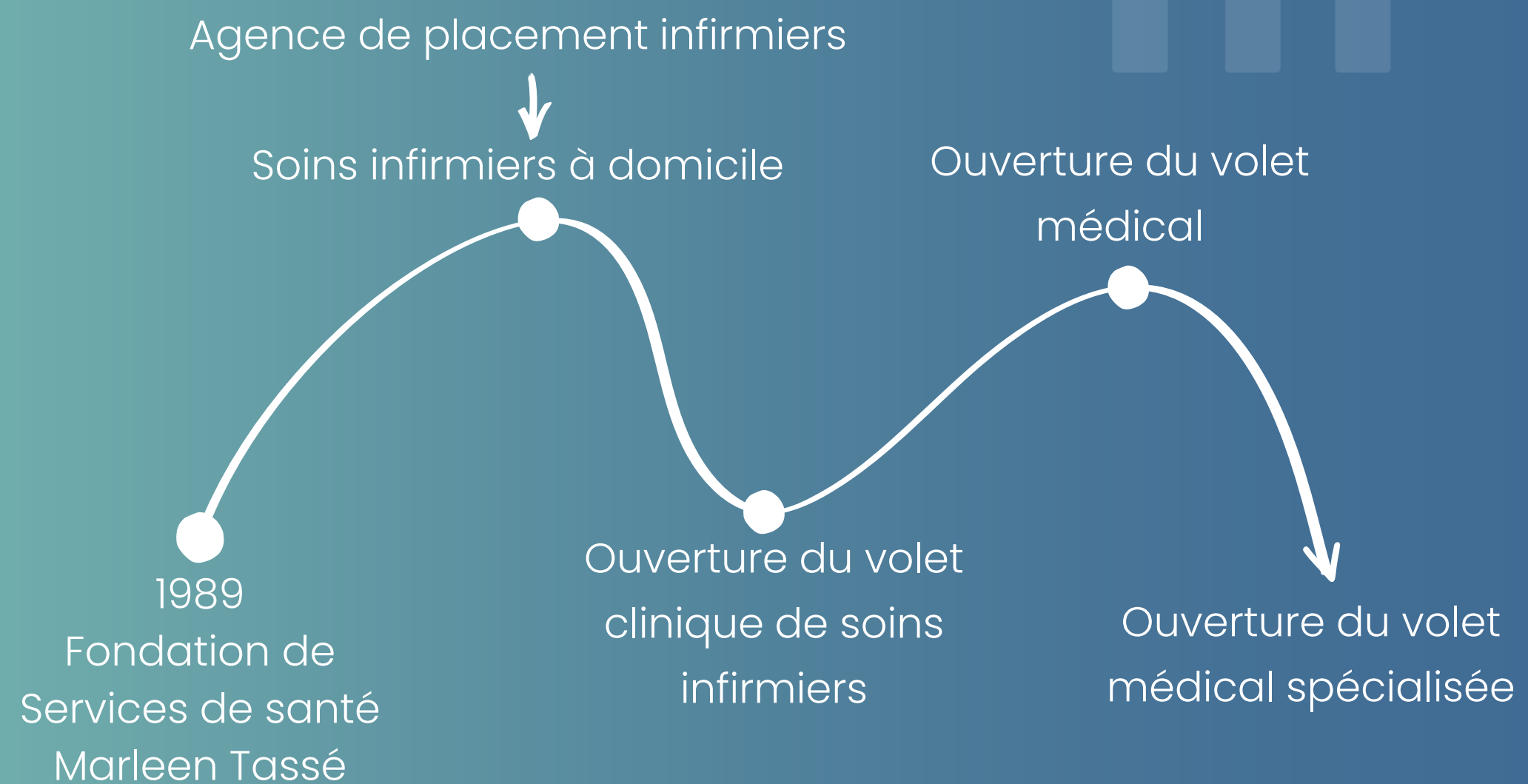
SANTÉ VOYAGE – DERMATOLOGIE – PRÉVENTION



Françoise Houle
Infirmière et copropriétaire
Clinique médicale SSMT



L'histoire De La Clinique





Notre Arrivée

Expérience aux urgences
Arrivée comme gestionnaire
Achat de la clinique en 2023

Les problèmes observés à l'urgence

- ☐ Manque de personnel
- ☐ Professionnels épuisés
- ☐ Salle d'urgence pleine
- ☐ Temps d'attente interminable
- ☐ Patients non urgents mais sans ressources
- ☐ Patients qui auraient du consulter avant
- ☐ Retard dans la gestion des cas urgents



Mission de SSMT

Améliorer l'accès aux soins
de santé en Outaouais



Notre équipe

14 professionnels engagés

- Dermatologue
- IPS
- Infirmières
- Infirmières auxiliaires
- Assistant médical
- Administration



Nos services

- Médecine familiale
- Dermatologie
- Santé voyage
- Vaccination
- Prélèvements
- Soins infirmiers
- Soins à domicile



Voyager à la retraite

- 1 Croisières
- 2 Tout inclus
- 3 Voyages de découverte
- 3 Voyages entre amis ou en couple
- 4 Voyages de groupe



Jamais bien loin des toilettes...

La diarrhée du voyageur,
c'est très fréquent





C'est quoi une consultation voyage?

- Par des professionnels
- Personnalisé (santé & destination)
- Axé sur la prévention

Comment se déroule une consultation voyage?

Analyse :

- Destination
- Type et durée du voyage
- Historique de santé personne

Puis recommandations :

- Vaccins
- Médicaments
- Conseils



Vaccins importants pour les retraités

En plus de la protection voyage, certains vaccins devraient être à jour :

- Grippe
- COVID
- Pneumonie
- Zona





Quand consulter avant un départ

Idéalement :
6 à 8 semaines avant le départ

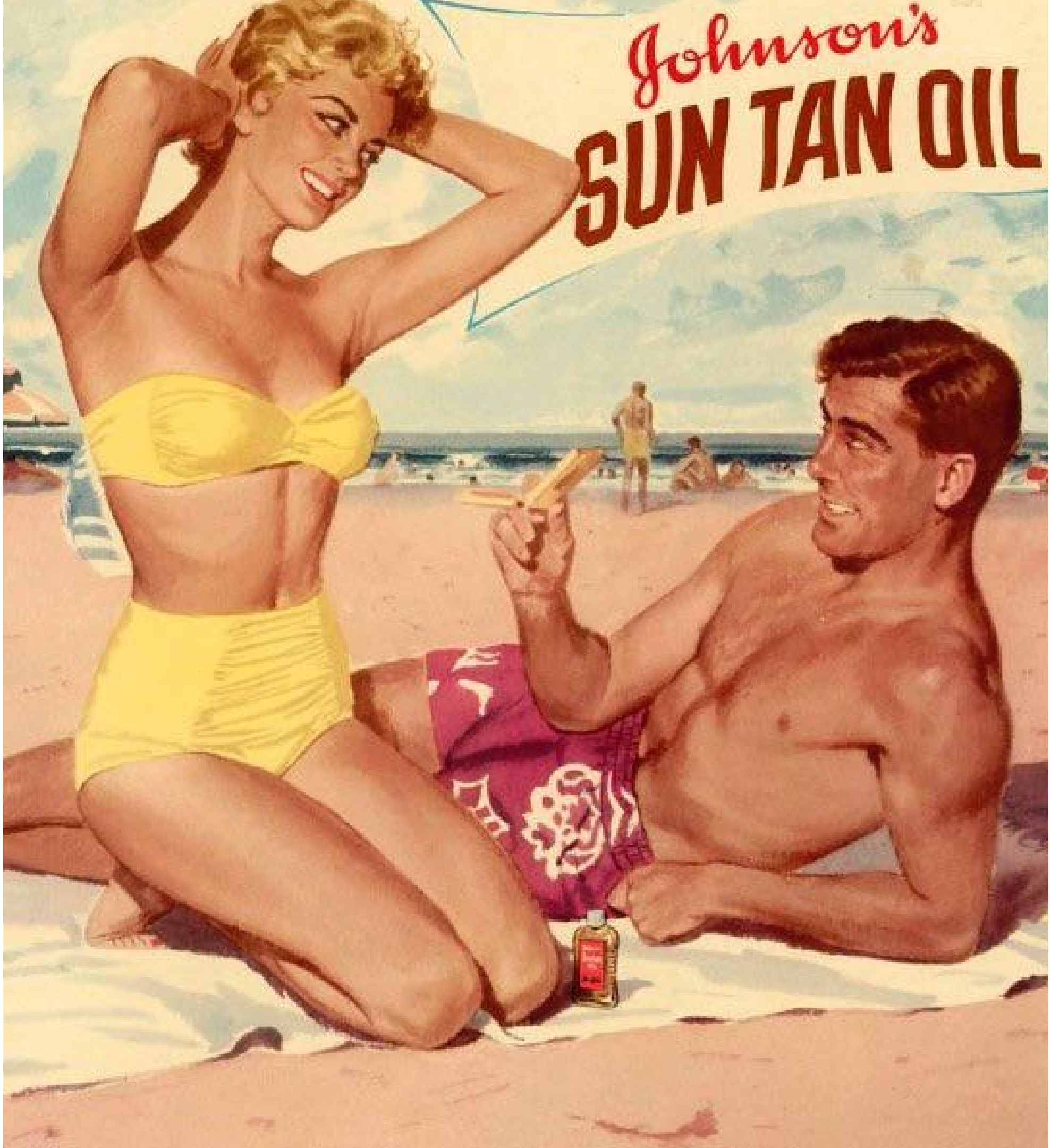
Voyage veut aussi souvent dire... soleil

Les voyages sont souvent synonymes de :

- Soleil
- Exposition accrue
- Coups de soleil

La prévention et le dépistage des cancers de la peau sont importants.





Sans parler de notre historique de bronzage...

- Huile pour bébé
- Écran réflecteur en aluminium

À l'époque, on ne savait pas ce qu'on sait aujourd'hui.



Risque accumulé

Le soleil agit pendant des décennies.

Les cancers de la peau
apparaissent souvent :

- 30 ans plus tard
- 40 ans plus tard
- 50 ans plus tard

Zones les plus à risque :

- Nez
- Oreilles
- Poitrine
- Épaules



Le cancer le plus fréquent au Canada

Le cancer de la peau est le cancer le plus fréquent au Canada.

Plus de 80 000 nouveaux cas chaque année

La majorité se traite généralement très bien.



Dre Julie Lacroix

Dermatologue

Spécialiste en dépistage et en traitement des
cancers de la peau

Problèmes fréquents en dermatologie

- Lésions suspectes
- Inquiétudes concernant un grain de beauté
- Infections
- Kératoses
- Eczéma
- Psoriasis
- Cancers de la peau



La prévention

- Appliquer de l'écran solaire
- Éviter le soleil le plus fort de la journée (11 h à 15 h)
- Faire un auto-examen de la peau



La prévention

- Appliquer de l'écran solaire
- Éviter le soleil le plus fort de la journée (11 h à 15 h)
- Faire un auto-examen de la peau



La prévention

- Appliquer de l'écran solaire
- Éviter le soleil le plus fort de la journée (11 h à 15 h)
- Faire un auto-examen de la peau

Parfois, c'est plus simple de consulter.





Consulter en dermatologie

Dans le système public, les délais
varient entre 1 an et quelques années

Ce qui influence les délais :
La priorité indiquée sur la référence médicale



Consulter en dermatologie chez SSMT

Nous faisons :

- Examen complet
- Biopsies immédiatement
- Traitements
- Prescription
- Suivi annuel

Délai d'attente moyen : environ 3 semaines



Avantage ANRF

10 % de rabais sur :

- Les frais de consultation
- Les examens diagnostiques
- Les soins infirmiers

A close-up photograph of a person's back with a hand holding a magnifying glass over a small, dark mole. The image is partially obscured by a blue diagonal overlay on the right side.

Rabais de 10% sur les consultations

- Dermatologie
- Médecine familiale
- Bilan annuel
- Consultation médicale
- Rendez-vous de suivi
- Consultation d'urgence
- Soins infirmiers
- Consultation voyage
- Consultation infirmière (streptocoque, zona, soins des pieds, etc.)
- Et plus encore

Rabais de 10%

Examens diagnostiques et soins infirmiers

- Prise de sang et prélèvements
- Électrocardiogramme (ECG)
- Moniteur de pression à domicile (MAPA)
- Lavage d'oreille



Comment bénéficier de l'offre

Présenter la **carte ANRF** au moment du rendez-vous





Période de questions

Merci