

L'EXPERT Dr Mathieu COULANGE**Plongée: sport à risque ou médicament antiburn-out?**

Marseille, capitale mondiale de la plongée, est devenue un terrain de jeu extraordinaire pour tous les passionnés d'activités subaquatiques. Toutefois, cet environnement particulier provoque des contraintes physiologiques.

Comment réagit notre corps en plongée?

Dès l'immersion, la contention de l'eau sur les tissus entraîne une surcharge cardiaque par redistribution du sang vers le thorax. En l'absence d'effort intense ou de défaillance cardiaque, le cœur s'adapte en éliminant le surplus de liquide par l'intermédiaire des urines. Lors de la descente, l'augmentation de la pression provoque une diminution des volumes gazeux de toutes les cavités aériques du corps et inversement à la remontée. De simples manœuvres d'équilibration et le contrôle des vitesses de remontée limitent ces contraintes. L'augmentation de la pression ambiante entraîne également une dissolution des gaz dans les tissus. À la remontée, la chute de pression génère un relargage d'azote sous forme de microbulles. Le respect des paliers de décompression évite un afflux massif de bulles et prévient le risque d'accident de désaturation.

Quelles précautions faut-il prendre?

Afin d'éviter tout incident, il est essentiel de ne jamais plonger seul, d'adapter ses plongées à son état physique, de maîtriser son matériel, d'interrompre la plongée au moindre incident, de s'hydrater dès la sortie de l'eau, de limiter ses efforts et d'éviter une montée en altitude dans les heures qui suivent. La plongée en structure (club, école...) reste la meilleure des préventions tout comme la réalisation d'une visite médicale préalable effectuée par un praticien formé à la médecine de plongée.

Que faire en cas d'accident?

Malgré le respect des procédures, un accident peut survenir. Il est donc indispensable d'alerter sans délai le Centre régional opérationnel de surveillance et de sauvetage (Cross) par VHF canal 16 ou par téléphone au 196, pour tout signe qui apparaît dans les 24 heures qui suivent une plongée. De façon concomitante, l'accidenté doit être oxygéné et réhydraté, afin de garantir une guérison dans plus de 95 % des cas.

La plongée serait-elle bénéfique pour la santé?

Grâce à une grande étude pilotée par Frédéric Beneton, en collaboration avec l'Institut de recherche biomédicale des armées, l'UCA et l'INPP, nous sommes en train de démontrer l'impact positif de la plongée sur le stress perçu et le bien-être. Un bon moyen de tordre le coup à tous les détracteurs de cette activité passionnante.

Dr Mathieu Coulangue, Service de médecine hyperbare, subaquatique et maritime; Pôle réanimation urgences Samu hyperbarie hôpital Sainte-Marguerite de Marseille

**Cancers des enfants
la recherche avance**

Le CHU de Marseille intègre un programme de recherche

Financer la recherche sur les cancers pédiatriques sera l'un des objectifs en 2015-2016 de la Ligue contre le cancer. C'est ce que vient de révéler Pierre Garosi, président du comité des Bouches-du-Rhône. "Le cancer est devenu presque banal car, hélas, on a tous été touché par la maladie d'un proche. Mais quand il vise un enfant, c'est insoutenable." Cette déclaration va certainement reconforter les associations de parents qui ont souvent dénoncé la faiblesse des moyens consentis par les laboratoires pharmaceutiques pour lutter contre les cancers pédiatriques.

Pour le Pr Gérard Michel, chef du service pédiatrie et hématologie pédiatrique au CHU Timone-Enfants, c'est une excellente nouvelle car "dire que le cancer de l'enfant est rare, est faux. Le cancer de l'enfant n'est pas un petit problème. Un enfant sur 400 développera une maladie maligne au cours des 18 premières années de sa vie".

Marseille, centre d'essais

Sur les 2 000 nouveaux cas comptabilisés chaque année en France, 150 sont accueillis dans son service, qui traite tous les enfants de la région atteints par cette maladie. "On ne retrouve pas les mêmes cancers que chez l'adulte, reconnaît-il. Chez l'enfant, la moitié concerne des hémopathies malignes (leucémies) suivies par les tumeurs cérébrales. On ne peut pas adapter les mêmes traitements qu'aux adultes, d'où la nécessité d'une recherche particulière. Ce qui est fait à Marseille, car le CHU vient d'être labellisé par l'INCa (Insti-



2 000 enfants sont diagnostiqués et sortiront guéris mais conservent...

tut national du cancer) "centre d'essais cliniques de phase précoce en cancérologie", qu'on appelle CLIP2. Il est l'un des six centres français proposant à la fois un centre adulte et un centre pédiatrique. Cela étant, il faut souligner les progrès déjà réalisés au niveau des greffes et de la transfusion." Et de se montrer rassurant: "Aujourd'hui, trois enfants sur quatre s'en sortent".

Le Pr Michel ne mettra pas tous les œufs dans le panier de la recherche thérapeutique. Il souhaite aussi poursuivre son programme de recherche clinique autour du cancer de l'enfant: "Un jeune adulte sur 500 sera un rescapé de la maladie. La vie de ce jeune enfant

HÔPITAL NORD DE MARSEILLE**L'onco-cardiologie, nouvelle**

C'est une structure unique qui a ouvert ses portes en janvier dernier à l'hôpital Nord de Marseille. Le Centre hospitalo-universitaire méditerranéen d'onco-cardiologie est le premier du genre en France. Il s'adresse aux nombreux patients, traités pour un cancer, qui souffrent de maladies cardio-vasculaires secondaires ou associées aux traitements.

son de l'absence de... dans ce domaine, d'... suffisante entre or... gues et d'un manqua... turées. C'est à ces ca... centre veut répon... d'équipe incluant u... l'onco-cardiologie, c...

"Le défi est de ré...

CONFÉRENCE**Patients: quelle prise en charge?**

"La recherche sur le cancer: du laboratoire à la prise en charge" est le thème qu'a choisi l'association Seintinelles pour sa conférence grand public, qui aura lieu le 25 juin à l'Institut Paoli-Calmettes.

→ Conférence de 18 h 45 à 21 h à l'Institut de lutte contre le cancer Paoli-Calmettes à Marseille. Programme complet et inscription gratuite mais obligatoire sur www.seintinelles.com