

M. S. T.

MEDECINS SANS TABOU



DECEMBRE 2018



QUOI DE NEUF DOCTEUR ?



Guide de survie
pendant les
revisions

&

Spoon theory
(pages 15 - 17)

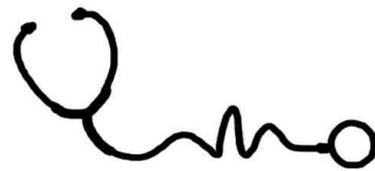


EN EXCLUSIVITE :



L'interview du Pere Noel
(pages 5 - 6)

UN MOIS, UNE
SPÉCIALITÉ :
MÉDECINE INTERNE À
HURIEZ (PAGE 10)



Coin lecture : Hippocrate aux Enfers,

Michel Cymes (page 14)

Recette de saison : Cake au fruit (page 20)





EDITO



Ho, Ho, Ho mais qui voilà ? Le **M.S.T. spécial Noël** bien sûr. De quoi vous donner un aperçu de cette magnifique fête que l'on va tous passer à réviser nos partiels. Bref ça craint... Mais malgré tout, on a quand même réussi à trouver du bon dans ce malheur. Et on a réussi à vous proposer un compte-rendu de Noël digne d'un externe en stage (*c'est peu dire*). Alors jetez-vous sur toutes ces informations pour pouvoir fièrement crâner lors défaites de familles (*t'as pigé la ref ?*).

Bisous sur votre croupion
Nicolas Fenez, rédacteur en chef.

Ps. Une envie, un avis, une critique ? <http://www.aceml.com/journal/boite-a-reves/>

REMERCIEMENTS

Un grand merci à Romain G., sans qui le journal aurait rapidement pris la porte. Tu es le meilleur pour nous sauver des situations catastrophiques, ne change jamais s'il te plaît.

Rédacteur en chef : Nicolas F.
Rédacteurs : Nicolas F. Louis G. Théo C. Salomé B. Agathe D. Clara D.
Dessinatrices : Lauralie R. Salomé B.
Mise en page : Clara D. Nicolas F.



SOMMAIRE

QUOI DE NEUF DOCTEUR ?.....	1
ÉDITO.....	2
DOSSIER DU MOIS : Les Origines de Noël.....	4
INTERVIEW DU MOIS.....	5
P.A.C.E.S : Page A Consulter En Souriant.....	8
TON FUCKING HOROSCOPE.....	9
UN MOIS, UNE SPÉCIALITÉ : Médecine Interne à Huriez.....	10
VIE D'UN ÉTUDIANT : Épisode 3.....	11
CHRONIQUE CULTURELLE.....	12
COIN LECTURE : Hippocrate aux enfers, de Michel Cymes (2015).....	14
GUIDE DE SURVIE PENDANT LES RÉVISIONS.....	15
SPOON THEORY.....	16
RÉPERTOIRE.....	17
RECETTE DE SAISON : Cake au fruit et chocolat chaud.....	19
BD'ETUDIANT.....	20
LA GOUTTE D'ENCRE.....	21



DOSSIER DU MOIS : LES ORIGINES DE NOËL



Comme la plupart de vos camarades (*sauf ceux qui ont des examens à la rentrée, RIP*), vous allez passer le 25 décembre bien au chaud, entourés de vos familles, déballant vos cadeaux entre deux tranches de foie gras. **Mais savez-vous d'où provient cette tradition ?**

Noël, c'est à la base une **fête romaine** célébrée dans la nuit du 24 au 24 décembre, ainsi que le 25. Cette fête s'appelait alors *Dies Natalis Solis Invicti*, c'est-à-dire **la grande fête du soleil invaincu**, et se déroulait le lendemain de la fin des Saturnales. Ensuite, la chrétienté s'en est emparée, et c'est devenu la commémoration de la **naissance de Jésus de Nazareth**. Imaginez un peu si le monde entier se réunissait chaque année pour célébrer votre anniversaire, bonjour l'angoisse...

C'est durant la période médiévale que Noël devient l'une des fêtes chrétiennes les plus importantes, et elle sera diffusée dans le monde entier par les différentes vagues de colonisation.



De nos jours, l'aspect religieux a plus ou moins été mis à l'écart. C'est un jour férié (*aka garde payée double*) où tout le monde se réunit en famille et s'éclate la panse à grands coups de toasts et de saumon fumé. C'est également l'occasion de faire un tour dans les fameux Marchés de Noël pour y déguster un délicieux vin chaud.

Mais parlons un peu du personnage phare de cette célébration : le **Père Noël**. Un vieil homme avec une longue barbe blanche, un traîneau volant tiré par des rennes, chargé d'apporter des cadeaux aux enfants du monde entier (mais attention, seulement à ceux qui ont été sages !).

Mais saviez-vous qu'à la base, ce fameux vieillard généreux était habillé en vert ? Selon la légende, c'est l'entreprise Coca-Cola qui a imposé la couleur rouge dans les années 1930. En effet, la marque souffrait d'une baisse des ventes durant la période hivernale. C'est à ce moment-là que l'entreprise a eu une idée marketing qui tient du génie : en 1931 apparaissent des publicités illustrant le Père Noël, habillé de rouge, s'accordant une pause durant sa livraison de jouets. Et quoi de mieux qu'un Coca-Cola pour se désaltérer ?

Depuis plus de 80 ans, l'icône de Coca-Cola nous accompagne pendant les fêtes.

Allez, santé !

Rédactrice : Clara D.



INTERVIEW DU MOIS



12H15, LAPONIE. J'arrive enfin à destination. Il fait nuit et le thermomètre indique -30°C, mais elle est là, dressée parmi les sapins. J'ai dû me battre avec des loups, demander mon chemin en finnois, nager dans un lac gelé, escalader un glacier nu... Bon ok j'exagère un peu mais j'y suis enfin, prêt à réaliser l'interview la plus exceptionnelle que n'ai jamais réalisée un journaliste. Assuré, je pousse la porte de la maison du père Noël.

Il est là, à m'attendre, souriant, une tasse chaude dans la main. Il me fait signe d'avancer. Sans plus attendre, je dégaine mon dictaphone et je commence l'interview.

(Journal) Bonjour monsieur Noël, c'est un honneur de vous rencontrer.

(Père Noël) Tout le plaisir est pour moi, j'avais hâte de rencontrer un homme connu comme toi... Tu t'appelles comment déjà ?

(J) Euh... Nicolas. Commençons l'interview si vous le voulez bien. Pourquoi avoir choisi le Pôle Nord ?

(PN) Question d'esthétisme mon gars ! Imagine moi aux Bahamas, je serais obligé de porter un maillot de bain et d'entretenir ce corps sauf que le sport c'est chiant. Alors qu'en Laponie ma petite bedaine et mon costume rouge font tout de suite plus mignon.

(J) D'ailleurs en parlant de bedaine, comment est-elle apparue ?

(PN) Il y a quelques centaines d'années, j'étais un magnifique jeune homme musclé. Mais voir tous ces gâteaux et ce vin chaud déposés par les enfants lors de mes tournées c'est trop attirant. J'ai résisté, je promets, mais je reste un homme, un homme immortel avec des pouvoirs magiques, mais un homme tout de même.

(J) Mais ce n'est pas dangereux de conduire un traîneau avec autant de vin dans le sang ?

(PN) T'insinues que je suis un dangereux alcoolique ? Moi, l'homme qui amène du bonheur aux petits enfants sages ? En plus tout le monde sait que le vin c'est pas de l'alcool.

(J) Combien avez-vous de rennes et comment s'appellent-ils ?

(PN) Alors j'en ai exactement... Euh, environ 4... je crois. Ils se nomment Tempête, Fury... Balthazar, Gaspard... Foudre ou Tonnerre peut être... Melchior aussi ou Jacques. J'en change trop souvent pour apprendre leurs noms.

(J) Sont-ils bien traités ?

(PN) Mais bien sûr que je m'en occupe bien, quoi que dise la SPA, hein ! Je suis un modèle de gentillesse et de sympathie, hein ! Et si tu croises Rémi Gaillard dis-lui que la prochaine fois qu'il traîne près de mon étable je lui envoie les elfes !

(J) Et sinon quel âge avez-vous ?

Ouh là, question indiscreète (rires). Je suis né dans les années 90.

(J) 1990 ?

(PN) Non, non, 1090. Pour la petite anecdote, c'est Michel Drucker qui m'a mis au monde.

(J) DONC MICHEL DRUCKER A PLUS DE 1000 ANS ?

(PN) Euh... Oubliez ce que je viens de dire, je vais avoir de gros problèmes s'il l'apprend.

(J) D'accord... Comment devient-on père Noël ?

(PN) On ne le devient pas, on choisit... euh, non c'est l'inverse... Ou pas, j'étais persuadé que ça ferait cool ce genre de phrase. Bref, on naît Père Noël avec tous les pouvoirs, la barbe et tout le reste. C'est comme ça, on l'explique pas.

(J) Vous aimez les films de Noël ?

(PN) Euh... Comment te dire gamin... Il paraît que c'est devenu quasiment une tradition dans votre pays mais la télé ne capte pas ici, j'ai jamais eu l'occasion d'en voir. Et puis je ne suis pas très au point sur les nouvelles technologies, j'ai du mal à m'y faire comme tous les vieux (rires).

(J) Donc, vous continuez à travailler avec des elfes ?

(PN) Ah non là c'est différent, on parle business. J'ai échangé les elfes pour des machines. Plus de production, moins de coûts. Je n'ai gardé que trois elfes, un pour entretenir les machines, un comme vigile et un pour surveiller les deux autres.

(J) Ça perd de son charme...

(PN) Que voulez-vous, c'est pas ma faute mais celle des humains. Vous n'avez qu'à arrêter de copuler comme des lapins.

(J) Et sinon vos relations avec Mère Noël ?

(PN) Mère Noël ? Connaît pas (*pleure*). Vous avez qu'à demander au Père Fouettard, il la connaît peut-être ce salopard qui respecte même pas ses amis.

(J) Quels sont vos rapports avec le Père Fouettard ?

(PN) Connard, putain, enculé, qu'il aille se faire mettre par un renne.

(J) Passons à quelque chose de plus réjouissant. Comment faites-vous pour livrer tous les cadeaux en une nuit ?

(PN) Alors déjà, je ne livre pas en une nuit mais en une seconde et comme je t'ai dit, je suis un homme avec des pouvoirs magiques.

(J) Une dernière question, quel est votre cocktail after-work préféré ?

(PN) Vodka pure, rien de mieux après le boulot. Ça vous rebooste et vous désinfecte. Je l'importe directement de Russie par traîneau. Et puis ça permet de faire passer le lait que m'offre certains enfants, ils devraient pourtant savoir que je préfère le vin chaud.

(J) Merci beaucoup pour l'interview monsieur Noël, j'espère que votre tournée se passera bien.

(PN) De rien, c'était très agréable, d'ailleurs si t'as le temps mec, on peut aller prendre un verre. Je me sens seul depuis que j'ai viré les elfes et...

(J) Euh, j'ai beaucoup de travail, le journal à imprimer, un championnat de foot à organiser, des crayons à tailler... Je dois vous laisser.

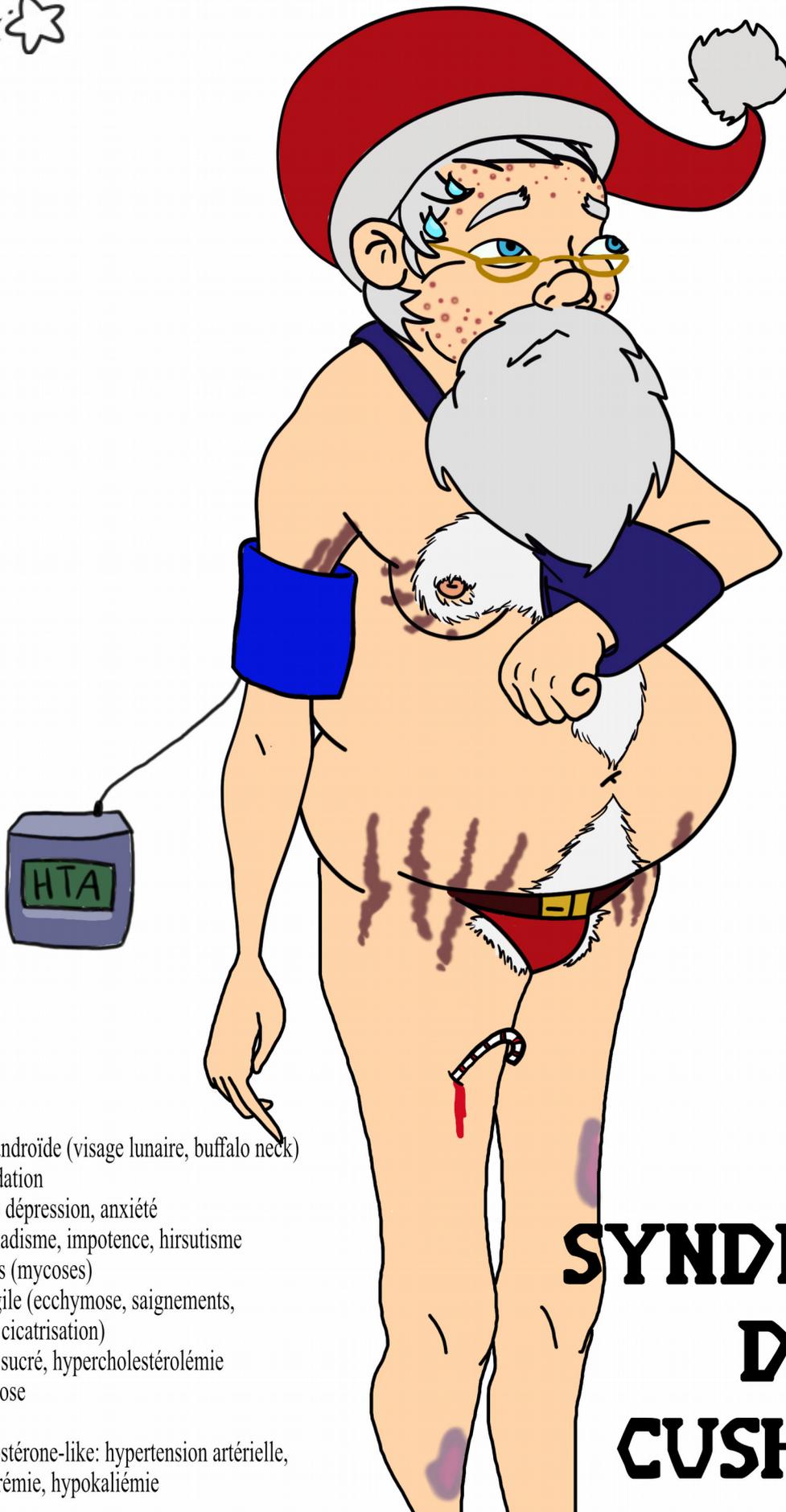
Ce n'était pas vraiment la Laponie mais un supermarché dans une zone industrielle. Ce n'était pas vraiment le Père Noël mais Didier, sans abri depuis 7 ans qui enchaîne les petits boulots et les galères.

N'OUBLIEZ PAS "WINTER IS COMING", CHAQUE DON PEUT CHANGER UNE VIE.

<https://www.facebook.com/liledesolidarite/>

Ps : ceci est une œuvre de fiction inspirée de faits beaucoup trop réels.

Rédacteur : Nicolas F.



Obésité androïde (visage lunaire, buffalo neck)
Hypersudation
Insomnie, dépression, anxiété
Hypogonadisme, impotence, hirsutisme
Infections (mycoses)
Peau fragile (ecchymose, saignements, retard de cicatrisation)
Diabète sucré, hypercholestérolémie
Ostéoporose

effet aldostérone-like: hypertension artérielle, hypernatrémie, hypokaliémie

SYNDROME DE CUSHING

P.A.C.E.S : Page A Consulter En Souriant

T'as une de ces gueules aujourd'hui ! T'as dormi récemment ? Ah ok, le concours approche c'est ça ? Allez arrête d'y penser 5 minutes et souffle un coup. Oui je sais que t'es en retard dans tous tes cours, c'est le cas de tout le monde. Et si Fernand prétend le contraire c'est uniquement pour te mettre la pression. Qu'est ce qui te fait peur alors? Les carrés? T'inquiètes pas pour ça ils seront encore plus stressés que toi, ils viendront pas t'emmerder. Oublie pas que la seule personne contre laquelle tu te battras... Ce sera toi même.

Alors oui effectivement le classement c'est bien beau, mais la seule chose qui t'intéresse au final c'est d'être dans ce foutu numerus. Alors oublie un peu les autres et concentre toi sur la manière de réussir au mieux les épreuves. Déjà mets toi en tête que l'important ce n'est pas de connaître son cours sur le bout des doigts, mais bien de savoir répondre aux QCM le jour J. La différence? Ce serait dommage que tu connaisses le corps humain comme ta poche mais que tu loupes des points à cause de pièges à la con dans les items. Comment s'y préparer? Annales annales et encore annales. Déjà pour repérer les QCM récurrents, puis pour s'habituer à la tournure des items. Mais ne prends pas ces annales pour une référence absolue non plus, certains cours ou profs ont changés au fil des années et la correction n'est jamais totalement exacte, garde l'esprit critique.



Donc tes missions maintenant c'est de bosser à fond tes annales, connaître au mieux tes cours (évidemment que tu n'auras pas le temps de les connaître autant que tu le voudrais, c'est le premier quad tout le monde est dans ton cas), et surtout d'être préparé physiquement et mentalement.

La préparation physique c'est déjà prévoir tout ce qu'il te faut pour passer tes épreuves sereinement. Soit plusieurs stylos noirs ou bleu (comme tu préfères on va pas te juger sur tes goûts) adaptés au remplissage de cases. Pour l'épreuve de SSH un bon stylo et de quoi effacer au cas où, même si c'est mieux de bien planifier son brouillon pour éviter de l'utiliser. Avec ça de quoi grignoter entre les épreuves, ton cerveau aura besoin de sucre! Et de quoi bien manger le midi, évite cependant de ramener un cassoulet, la digestion serait trop difficile.

Prévois aussi de quoi te couvrir, il fait froid dans les salles de Gayant. Ah oui et la règle pour l'UE3, ça sert toujours.

Mais la préparation physique c'est aussi la condition physique. L'enchaînement des épreuves est assez éprouvant, prévois toi de boooooonnes nuit de sommeil afin de rester concentré le jour J. La fatigue va à la fois te faire perdre du temps et des points, c'est à éviter absolument. Si le stress t'empêche de dormir tu peux retrouver de super conseils là dessus dans les numéros précédents. Tout ça fait partie de la préparation mentale aussi. Allez, bon courage, et n'oublie pas que juste après les épreuves il y a la post-partiels, et surtout Noël.



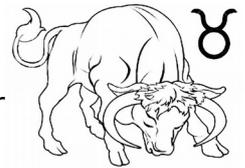
Rédacteur : Louis G.



TON FUCKING HOROSCOPE



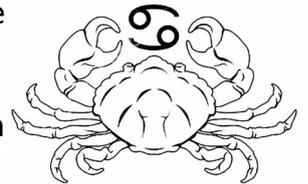
BÉLIER (du 21 mars au 19 avril) : un casque (c'est utile quand on lâche les freins)



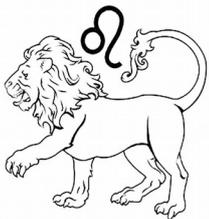
TAUREAU (du 20 avril au 20 mai) : quelque chose en cuir végan (supportez les bovins)



GÉMEAUX (du 21 mai au 20 juin) : un miroir de poche (pour se balader avec son jumeau)



CANCER (du 21 juin au 22 juillet) : un petit bijou en polonium



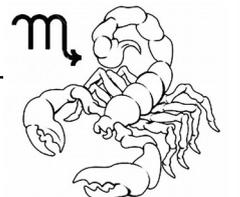
LION (du 23 juillet au 23 août) : une peluche Simba (la PACES ce n'est pas l'histoiiiiiiiiire de ta viiiiiiiiie)



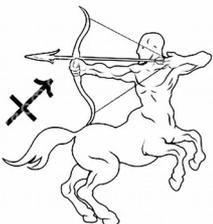
VIERGE (du 24 août au 22 septembre) : de l'huile d'olive (tu t'attendais vraiment à une vanne sur le sexe?)



BALANCE (du 23 septembre au 22 octobre) : un pèse-personne



SCORPION (du 23 octobre au 21 novembre) : leur meilleur album (STILL LOVING YOUUUUUUUUU)



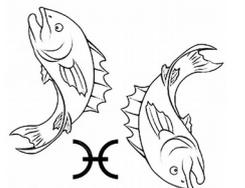
SAGITTAIRE (du 22 novembre au 21 décembre) : un arc, des flèches et un cheval (mettez vous au jeu de rôle taille réelle)



CAPRICORNE (du 22 décembre au 19 janvier) : un bouc (être imberbe n'est pas une fin en soi)



VERSEAU (du 20 janvier au 19 février) : une cruche (quitte à avoir un intellect limité, assumez-vous)



POISSONS (du 20 février au 20 mars) : une petite plante d'aquarium (la déco c'est aussi du self-care)

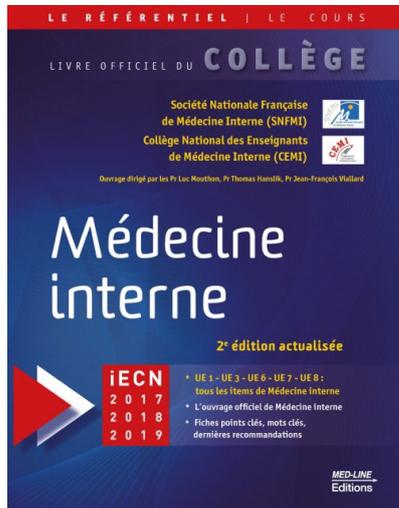
Rédacteurs : Salomé B., Clara D., Louis G.



UN MOIS, UNE SPECIALITE : MÉDECINE INTERNE À HURIEZ



Tout un mythe, parfois terrifiant : mais que font vraiment nos docteurs House ?



Le service est divisé en deux parties où se répartissent les internes et les externes. D'une part, un service d'hospitalisation conventionnelle, dans lequel on est amené à poser des diagnostics de maladies systémiques rares ou à stabiliser des patients connus en poussées (etc) ; comme son nom l'indique un service assez classique même si les cas ne le sont pas. Il y a quelques lits destinés à l'immunologie clinique (petite sœur de la médecine interne et de l'hématologie). De l'autre côté du couloir, l'HPDD (ou HCD, ou hôpital de jour) accueille pour la journée (ou un peu plus) des patients en suivi, en cure ou venant passer des examens au CHU en lien avec un diagnostic interniste possible.

La médecine interne est centrale dans la prise en soin de pathologies généralement systémiques. Ces spécialistes doivent donc interagir avec les spécialités d'organes et avoir une vision très globale de l'organisme. S'il y a des grands cadres nosologiques récurrent, la spécialité offre beaucoup de variété au quotidien ainsi qu'un certain suivi du patient (pathologies souvent chroniques). Si vous ne voulez pas vous enfermer dans un seul organe : c'est une option strictement hospitalière à envisager.

En temps qu'externe vous suivrez un interne dans la prise en soin de ses patients. Il vous donnera vos missions selon les besoins (examens cliniques, tests, ECG (oui bon vous êtes externes), gestes techniques ...). On peut aussi régulièrement accompagner des patients en examens (de tous types) et côtoyer ainsi d'autres services. En HPDD il y a aussi une partie de travail administratif au début de la journée pour préparer l'organisation du service. Les horaires varient selon le service et la journée (on sort souvent plus tôt en HPDD).

Non seulement ce stage permet de comprendre les items les plus obscures de la médecine interne, mais il permet de refaire un tour de toutes les physiologies et séméiologies.



Rédactrice : Salomé B.



VIE D'UN ETUDIANT :

EPISEODE 3



23 DECEMBRE 23H04. Le Bilan est sombre. La fameuse soirée du réveillon se tient demain soir avec toute la famille. De l'oncle aux orientations douteuses à la petite cousine qui l'évite, en passant par l'arrière tante par alliance ou je ne sais quelle formule pompeuse dont l'aigreur n'a d'égal que l'effondrement de la production d'élastine.

J'ai perdu à la courte paille contre la fratrie cette année encore et je suis chargé de produire un dessert. Ma mère m'a poliment fait comprendre que ma mousse au chocolat de l'année passée était hum comment a-t-elle dit déjà ? « À vomir son foie avec la bile ». Et elle a imposé au vainqueur/perdant de la courte paille, tout est question de référentiel, de faire une forêt noire. La seule que je connaissais lors de cette surprenante annonce c'était celle du seigneur des anneaux. Ça ne présageait déjà rien de bien.

24 DECEMBRE 5H45. Ayant flairé le traquenard j'ai élaboré une stratégie imparable. On ne la fait pas à Patrick. Après je ne m'appelle pas Patrick. Je me lève tôt, puis je me lance dans la conception et j'ai fini à midi. Imparable vous dis-je. Le réveil sonne. J'appuie sur « snooze ».

13H34. La recette d'une forêt noire comporte exactement 8 étapes dotées de noms tels que « faire blanchir des jaunes d'œufs ». Avant cela je ne connaissais que le blanchissement d'argent, ou d'anus à la rigueur.

13H48. Je fais le choix de remplacer le sucre par de la cassonade brune. Du glucose c'est du glucose.

14H37. Je mélange dans une jatte les œufs et la cassonade, sans pourtant savoir ce qu'est une jatte.

15H09. N'ayant pas de cerises, je fais le choix de les remplacer par des abricots secs. Un fruit c'est un fruit.

15H23. Je fais le choix de remplacer le Kirsch par du Rhum. De l'alcool c'est de l'alcool.

15H34. Je fais le choix de remplacer les 25 cl d'eau par du Rhum. Un liquide c'est un liquide.

16H00. J'incorpore la génoise sans savoir ce qu'est une génoise. Puis je laisse reposer ce magma 3h.

18H03. Devant l'aspect presque vivant de la mixture je fais le choix de réaliser une mousse au chocolat. Je doute effectivement qu'une forêt noire réussie ait des spasmes ou ne se déplace jusque dans le bac à fromages.

18H34. N'ayant pas assez de substance pour réaliser une mousse au chocolat pour 40 convives, je fais le choix de mixer ma forêt noire et de l'incorporer à la mousse pour ajouter de la matière. Je goutte. Je fais le choix de vider le reste de ma bouteille de rhum pour masquer le goût.

22H54. Note : Je viens peut-être d'élaborer le premier test déterminant la résistance gastro-intestinal d'un être humain en fonction du caractère prolifique et précoce de ses excrétiens.



Rédacteur : Théo C.



CHRONIQUE CULTURELLE

« ERRANT SUR LE NET »



Il y a exactement 97 heures, j'étais tranquillement assis dans un sofa moelleux, vous savez ce genre de fauteuil qui met plusieurs heures à se défaire de la forme de vos fesses quand vous vous asseyez dedans. Je regardais pour la énième fois la Revanche des Siths.

C'est amusant parce qu'à chaque fois qu'Obi Wan sectionne 75% des membres d'Anakin on a toujours ce frisson d'attente durant lequel on espère que le padawan se repentisse alors même que l'on connaît parfaitement la suite : « Je te hiiiiis ! ».

Et puis on ne comprend pas pourquoi Obi Wan ne l'achève pas, on a envie de lui crier « mais achève le, seuls les morts ne se relèvent pas. ». Puis on voit le fameux Anakin devenir la machine vivante qu'est Dark Vador (Darth Vader pour les puristes).

J'ai lu dans un article qu'une grande part des émotions ressenties dans un film sont directement dues à la musique. On appelle cela l'effet Koulechov.

Etrangement, c'est à ce moment là que je me suis rendu compte que j'avais oublié de faire les courses de Noël. Jeune de mon temps, sans préavis, je me rue sur mon ordinateur et j'ouvre mon moteur de recherche préféré.

Sur la page d'accueil, un petit encart me propose de découvrir une anecdote sur Noël. D'habitude je ne clique jamais sur ce genre de chose, ça fait partie des choses que l'on regarde sans vraiment les voir. C'est intégré dans ce brouillard d'informations que notre cerveau a appris à occulter et qui finalement nous prive d'une partie des sensations offertes par ce monde.

Le lien m'envoie vers un petit site qui ne paye pas vraiment de mine. J'apprends que les Italiens ne reçoivent généralement pas leurs cadeaux à Noël mais dans la nuit du 5 au 6 janvier, pour l'Epiphanie. Ce n'est, chez eux, pas le père Noël rouge coca qui compte le plus pour les enfants, mais Befana, une sorcière sympathique. Et ce n'est pas oxymorique. C'est à cette créature que revient la lourde tâche de choisir si un enfant a été sage et s'il mérite des friandises ou des cadeaux.

Si tel n'est pas le cas, le bambino recevra un morceau de charbon. En Italie on encourage donc les fans de barbecue à être des enfoirés.

C'est drôle parce que ça montre que dans toutes les cultures occidentales on éduque les enfants avec ce système de récompense châtiment que l'on utilise aussi sur les souris des essais contrôlés randomisés, à ceci près que l'on ne tase qu'assez rarement ses gosses.

Après cet intermède culturel, je me rends sur Amazon. C'est l'un des sites qui permet de vendre/acheter le plus de produits au monde et pourtant il ne produit rien. C'est juste un petit algorithme posé, OKLM, bras croisés une tisane et une pipe à la main, au dessus de tout ce qui existe déjà, qui met en relation les gens en réduisant les intermédiaires. Et juste avec ce petit programme, quelques entrepôts stratégiques on s'érige en modèle économique.

Pareillement, AirBnb est l'entreprise qui loge le plus de monde au monde sans pour autant posséder un seul logement et Uber permet à des millions de personnes de se déplacer sans posséder aucun véhicule. L'avenir appartient à ceux qui se lèvent tôt ou à ceux qui analysent les données.

N'ayant aucune idée de cadeau, je choisis de faire défiler les suggestions affichées automatiquement sur la page d'accueil. Je tombe sur un sabre laser en plastique qui conviendrait parfaitement à mon neveu. Je l'ajoute au panier et on me propose d'y ajouter un gantelet reproduisant fidèlement le bras robotique d'Anakin Skywalker.

Je me demande si ce n'est que de la science-fiction, il me semble déjà avoir entendu parler de telles prothèses. J'écris « prothèse bionique » dans l'onglet de recherche. J'ouvre une page m'expliquant que l'on raccorde actuellement les prothèses neuroélectriques, les plus performantes des prothèses actuelles, sur les fibres musculaires du grand pectoral.

Une puce intègre les influx électriques et peut reproduire jusqu'à une vingtaine de mouvements différents, d'intensités différentes.

On me suggère un article dans lequel j'apprends que l'on est capable de redonner la vue à des personnes aveugles. 7 Américains ont déjà bénéficié de prothèses oculaires qui peuvent permettre de recouvrir la vue. Alors évidemment, il ne s'agit pas d'une vue parfaite, mais ils sont capables de discerner les contours, les formes et, à l'extrême, de relire.

Larry Hester a ainsi pu revoir sa femme après 30 ans de black out, s'improvisant juge d'une émission de relooking extrême, mais en un peu plus long. On lui souhaite d'avoir mis au moins 4/10 à sa dulcinée malgré son erreur d'appréciation morphologique lors du choix de ses escarpins classiques indémodables must have dans la garde robe ma chérie fashion faux pas.

Ici ce sont des exemples d'outils qui permettent de suppléer une défaillance organique, comme la perte d'un membre ou d'un organe des sens. Mais une prothèse mécanique n'est pas limitée par une taille maximale de fibre musculaire ou un nombre maximal de ponts actine-myosine. Avec une telle technologie, on peut aisément outrepasser les limites imposées par l'enveloppe charnelle.

C'est l'objet d'un groupe de pensée, les transhumanistes, qui prône l'augmentation de l'être humain par la technologie, quelle que soit cette technologie : génétique, médicamenteuse ou mécanique. Pourquoi conserver son bras d'humain faiblard si on peut s'affubler d'un bras mécanique permettant d'alterner entre force démesurée et délicatesse sans précédent ? Pourquoi conserver son œil d'être humain si l'on peut se doter d'un œil permettant de zoomer, de voir les infra-rouges et les brutaux afflux de sang ?

A l'extrême ça donnerait un truc comme Grievous. Grievous est à l'origine un général Kaleesh en guerre contre les Huks, après le krash de son vaisseau, il est réparé et son corps est transposé dans une enveloppe robotique ce qui fait de lui un androïde à moitié organique. Le maniement du sabre laser lui est enseigné par le Comte Dooku.

Il posséderait des puces dans l'encéphale en vue d'améliorer ses réflexes. Son enveloppe robotique, mécanique, lui permet d'acquérir des aptitudes qu'il n'aurait jamais pu obtenir s'il était demeuré un être organique. C'est finalement ce que peut devenir un être augmenté poussé à l'extrême.

Et c'est pour ça qu'il tousse. Fumer tue.

Et si l'on en croit ce qu'ils en disent, ça risque d'arriver dans deux ou trois décennies. Ça sent la résurgence du conflit sans âge entre égalitarisme extrême et eugénisme mal venu. Avec une foulditude de questions éthiques dont la réponse dépend du courant de pensée du philosophe qui y répond. Qui pourra bénéficier de tous ces ajouts ? Vaut-il mieux refuser l'évolution pour promouvoir une égalité parfaite ? Le communisme a donné naissance à une nation entière de personnes égales car toutes pauvres. Ou accepter ces changements au risque de donner naissance à une élite inarrêtable dont le seul critère de sélection serait la capacité à payer ?

On réaboutit à un remake 39-45. Mêmes idées, moyens différents. Le monde fait des cycles. On s'unit Mondialisation. On se rejette Nationalisme. On s'unit Europe. On se rejette Brexit. On s'unit Empire Romain. On se rejette fragmentation.



Je ferme quelques onglets. J'ajoute le bras d'Anakin à mon panier.

Sources :

Star wars l'univers étendu, voyages.ideoz, laprothesebionique.org, qu'est ce que le transhumanisme, sciences et avenir, star wars episode III : La revanche des Siths, Yannick Roudaut le monde de demain, Jean Paul Delevoye conférence

Rédacteur : Théo C.

COIN LECTURE



« ALLO HIPPOCRATE ? ICI SATAN »



Hippocrate aux enfers, de Michel Cymes (2015)

« Je m'abstiendrai de tout mal et de toute injustice ».

Tels sont les nobles mots devant être prononcés par tout médecin avant d'exercer, apparemment oubliés par certains de nos confrères lors de la deuxième guerre mondiale. Et c'est ce dont tient à nous faire part Michel Cymes dans son livre : comment des médecins, dont la vocation est de soigner, peuvent-ils en arriver à de telles exactions ?

Michel Cymes retrace le parcours de plusieurs médecins nazis qui avaient tous un début de parcours pour la plupart brillant, mais qui, attirés par la gloire, le désir de reconnaissance ou encore la volonté d'assouvir leurs ambitions ou tout simplement le sadisme se sont livrés à des expériences pour « faire avancer la science ». Avec un raisonnement effrayamment scientifique et rigoureux, ceux-ci disaient vouloir répondre aux problématiques liées à la guerre comme par exemple l'absence d'antibiotiques pour soigner les soldats au front ou encore comment répandre les infections efficacement ou bien découvrir en combien de temps la mort engloutit la vie.

La loi interdisait les expériences sur les animaux alors sur qui (ou plutôt sur « quoi ») les réaliser ? Sur les prisonniers des camps de concentration ... Considérés comme des « sous-humains », ils sont mis à disposition par le Reich, et les expériences subies leur permettaient de se racheter vis-à-vis de la société tout en sauvant les soldats dans le contexte de guerre, mais aussi les vies de ceux considérés comme plus humains qu'eux...

Tout comme bon nombre de scientifiques nazis, ils ont également exercé leurs compétences dans d'autres domaines à visée toute autre que médicale : collections de crânes, fabrication de lampes de bureau, la NASA (coucou l'argent...) ...

Ce livre est ainsi une réflexion sur l'Humanité : qui peut juger qu'une vie a moins de valeur qu'une autre ? Comment peut-on tuer en masse des milliers de personnes pour servir une idéologie ? Qu'est-ce qui fait de nous des Humains ? Et comment le rester ? Et on peut tout particulièrement apprécier la volonté de Michel Cymes de percer les secrets bien gardés de restes de détenus cachés ... dans une faculté de médecine !

Un témoignage poignant qui nous rappelle que nous sommes là avant tout pour soigner des êtres humains en tant qu'êtres humains nous-mêmes.

Rédactrice : Lauralie R.





GUIDE DE SURVIE :

COMMENT PROFITER DE SES VACANCES MÊME S'IL Y A DES EXAMENS À LA RENTRÉE ?



Le sapin, les guirlandes, la neige, les téléfilms de Noël... On peut rapidement oublier que derrière ces vacances en apparence idylliques se cache le spectre terrifiant des examens. Alors pour vous et en exclusivité, Tata Clara vous a concocté une petite liste de conseils à appliquer durant cette période difficile à bien des égards (adieu petit foie, adieu petit estomac, adieu motivation) :

- **ÉTABLISSEZ UN PLANNING** : pas la peine de vous surcharger de travail tous les jours, répartissez vos révisions sur toute la période des vacances (souvenez-vous, la qualité prévaut sur la quantité !)
- **ON ÉVITE DE GLANDER PENDANT 10 JOURS PUIS DE RÉVISER 17H/J LA VEILLE DE L'EXAMEN PARCE QU'ON CULPABILISE** : oui je suis aussi passée par là, non ce n'est pas une bonne idée, point final.
- **PRENEZ VOTRE JOURNÉE DE NOËL**, et même le lendemain si vous voulez : le monde ne va pas s'arrêter de tourner parce que vous passez un peu de temps avec vos proches. Alors rangez vos ronéos et vos collègues, je ne veux pas en voir un seul traîner le jour du réveillon ! Profitez de vos proches, ça vous fera du bien et vous serez d'attaque le lendemain.
- **ESSAYEZ DE METTRE UN PEU LE NEZ DEHORS** : c'est une période fantastique avec beaucoup d'activités possibles ! Patin à glace, cuisine, shopping (*n'abusez pas non plus, je n'y suis pour rien si on vous paye à coups de lance-pierre*), marchés de Noël, etc. Pas d'excuses !

- **NE PAS TOMBER MALADE** : non seulement ça pourrirai vos vacances, mais en plus ça nuirai à votre productivité ! Alors je ne veux pas voir un seul petit carabin sans son écharpe et son bonnet. Le SHA et les tisanes sont vos amis.

- **ÉTABLISSEZ UN NO MAN'S LAND** : autant je suis pour les fêtes de fin d'année, autant il ne faut pas oublier que vous avez du travail (*eh, vous avez signé pour en chier non ?*). Si votre famille est un peu (trop) enthousiaste à l'idée de fêter Noël, dites leur franchement que vous avez besoin d'espace pour pouvoir réviser sereinement. Faites de votre chambre un bunker imperméable aux distractions.

- **ON LÈVE LE PIED SUR LA RACLETTE** : il faut manger pour vivre, je suis bien d'accord. Cependant, n'oubliez pas que les repas trop lourds vous donneront envie de faire la sieste devant la télé.

- **PROFITEZ** : je sais bien que les examens sont importants, mais souffler un peu l'est tout autant. Et vous n'allez pas brusquement faire un arrêt cardiaque si vous prenez le temps de jouer avec votre petit-cousin ou de discuter avec votre tante un peu fêlée.

L'esprit des Fêtes, c'est aussi d'être reconnaissant envers vos proches. Alors témoignez-leur votre gratitude, profitez de leur présence, faites le plein de bienveillance et de bonheur pour toute l'année.

Attention tout de même, allez-y mollo sur le champagne et le foie gras parce qu'une occlusion intestinale le jour de Noël c'est moche, vraiment.

Rédactrice : Clara D.



SPOON THEORY :

OU COMMENT ÉVITER LES MINI BURN-OUT QUOTIDIENS



Qu'est ce que c'est encore ce délire de cuillères ?

Il s'agit d'une métaphore, l'idée est la suivante : chacun dispose chaque jour d'une quantité assez fixée d'énergie à dépenser au fil de la journée. L'unité de mesure de l'outil que je vous présente est la cuillère. Une personne aura en moyenne 15 à 20 cuillères par jour à dépenser selon ses besoins et ses envies. Chaque action aura un coût : s'habiller, aller à la fac-au boulot, préparer un repas, ... et une fois les réserves épuisées il est évident que toute action deviendra beaucoup plus difficile. De plus, certaines circonstances peuvent diminuer votre réserve de départ : un rhume ? une gueule de bois ? vous perdez des cuillères.

A quoi ça sert ? Ça permet de se rendre compte de tout ce que l'on demande à notre corps et à notre esprit d'accomplir tous les jours, et à faire preuve d'un peu plus d'indulgence avec soit même. Au fil du temps et avec l'habitude ça permet de s'organiser pour ne pas dépasser ses limites et finir tous les jours en dette : si vous avez quelque chose de fatiguant à faire aujourd'hui à tous prix peut-être que vous pouvez remettre une autre action consommatrice de cuillère à un autre jour. Il s'agit d'un système d'épargne.

Comme toujours avec le self-care cela permet de visualiser ce qui nous affecte tous les jours, prendre conscience et ensuite agir selon ses besoins personnels.

SPOON THEORY : UN EXEMPLE

A adapter selon ses difficultés, ses préférences...



Sortir du lit



Préparer un repas



Faire des courses



S'habiller



Prendre une douche



Etudier



Prendre ses médicaments



Jouer à un jeu vidéo/ lire un livre



Faire du ménage

POUR VOUS GUIDER ET POUR COMMENCER CE SYSTÈME JE VOUS PROPOSE UN PETIT MENU DES COÛT MOYENS DE CERTAINES ACTIONS, MAIS LIBRE À VOUS.

Rédactrice : Salomé B.



Rédactrice : Salomé B.

**R
E
P
E
R
T
O
I
R
E**

CPAA : CENTRE PSYCHIATRIQUE D'ACCUEIL ET D'ADMISSION

- A 5 minutes du métro Porte de Valenciennes
- [Lien Google Maps](#)
- Consultations avec ou sans RdV
- Unité d'hospitalisation en urgence (pour les habitants de Lille et son agglomération) (NB: de 21h à 7h l'entrée se fait aux urgences de Saint Vincent)
- 03 59 35 28 61 / 03 59 35 28 69 disponibilité 24h/24 7j/7
- Prise en charge gratuite (carte vitale)

SERVICE DES URGENCES DE L'HOPITAL VICTOR PROVO (ROUBAIX)



- Arrêt de Tram "Hôpital Victor Provo"
- [Lien Google Maps](#)
- 03 20 99 30 68 / 03 20 99 31 31

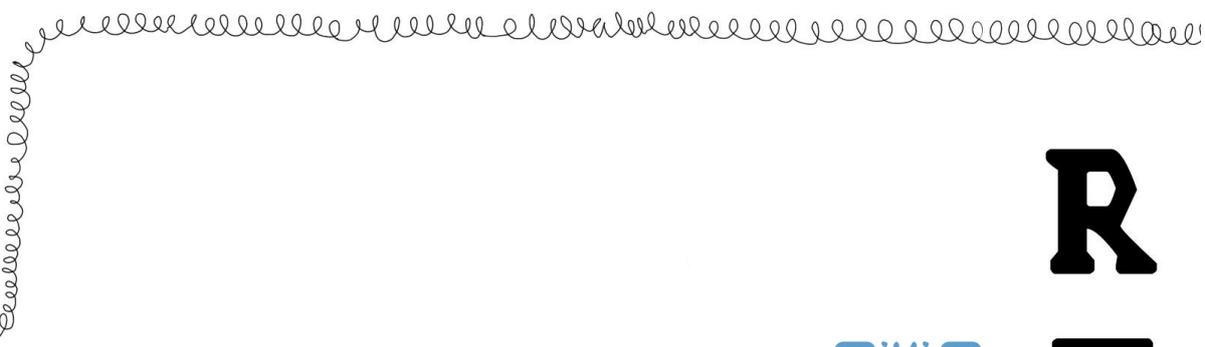
CAC : CENTRE D'ACCUEIL ET DE CRISE



- Hôpital Fontan, CHRU de Lille
- [Lien Google Maps](#)
- 03 20 44 44 60
- Consultations avec ou sans RdV
- Unité d'hospitalisation en urgence (NB: après 18h, passer par les urgences de Salengro)

BAREME : BUREAU D'ACCOMPAGNEMENT A LA REUSSITE DES ETUDIANTS EN MEDECINE

- <http://medecine.univ-lille2.fr/bareme/>



CMP : CENTRES MEDICO-PSYCHOLOGIQUES



- Selon votre secteur
- <http://www.epsm-al.fr/recherche-soins> , permet de trouver le CMP dont on dépend selon lieu de vie
- RdV avec infirmier / psychiatre / psychologue / psychomotricien... permet d'organiser un suivi psychologique sur un moyen/long terme (VS services d'urgence)
- Prise en charge gratuite (carte vitale)

BAPU : BUREAU D'AIDE PSYCHOLOGIQUE UNIVERSITAIRE



- 03 20 54 85 26 (<https://bapulille.com/>)
- Métro Lille République
- [Lien Google Maps](#)
- RDV en premier avec assistant sociale, infirmier ou secrétaire pour entretien d'accueil, puis psychologue/ psychiatre , permet d'organiser un suivi psychologique sur un moyen/long/terme (VS services d'urgence)
- Prise en charge gratuite (carte vitale)

SIUMPPS : CENTRE DE SANTE DES ETUDIANTS

- 03 20 90 74 05
- Métro Porte de Douai / Pôle Formation de la Faculté de Médecine
- Consultations de Médecine Générale, Assistant Sociale, Infirmier, Psychologues, Gynécologues
- Prise en charge gratuite (carte vitale)

MAISON DE LA MEDIATION

- maison-mediation@univ-lille.fr
- En liaison avec une cellule de veille sur le harcèlement sexuel, sur le harcèlement moral ainsi qu'un médiateur pour les problèmes de racisme, d'antisémitisme et de discrimination. contact-harcelement-moral@univ-lille.fr ou contact-harcelement-sexuel@univ-lille.fr ou amadou.bal@univ-lille.fr (médiateur)

RECETTE DE SAISON :

CAKE AU FRUIT ET CHOCOLAT CHAUD

Ce mois-ci, il fait froid, les examens approchent et il fait jour 4 minutes par jours (surtout quand on est enfermé en cours ou à l'hôpital), alors je vous propose une petite recette bien sympathique pour égayer tout ça. Ma petite note personnelle, cuisinez sur des BO de films de votre enfance à la lumière de guirlandes de Noël : la dépression saisonnière n'aura qu'à bien se tenir !

Encore une fois, mes recettes sont faites pour être adaptées aux goûts et possibilités de tous, il y a donc une base :

- 125g de beurre
- 125g de sucre semoule
- Une pincée de sel
- 3 œufs
- 250g de farine à mélanger avec un sachet de levure chimique



1. Préchauffez le four à 120°.
2. Faire fondre le beurre (au micro-onde par intervalles de 30s sans le faire brûler), Y ajouter le sucre et le sel. Battre ensemble jusqu'à obtenir un mélange bien homogène et crémeux. Ajouter les œufs entiers un par un en mélangeant entre chaque. Ajouter enfin la farine déjà mélangée à la levure (ça évite les petites poches de levure chimique amère dans l'appareil à cake). Bien travailler le tout.
→ Voilà : vous avez fait un cake ! Bravo ! maintenant regardons ce que l'on peut mettre dedans ?
3. Personnellement j'adore assaisonner avec des épices et ce sont régulièrement les mêmes : Cannelle Gingembre Muscade Clous de girofle. Elles vont tellement bien ensemble qu'on les vend sous le nom « 4 épices » ce qui permet de n'acheter qu'un seul petit pot.
4. Ensuite on peut ajouter des raisins secs que l'on réhydrate soit dans du rhum tiède soit dans du thé cette étape peut prendre un petit moment donc n'hésitez pas à donner le bain aux raisins avant de commencer le reste. Un autre fruit pas très cher qui se marie très bien à un cake est l'ananas (frais ou en boîte). Coupez-le en petits morceaux et faites-le revenir dans une poêle avec un peu de sucre pour le caraméliser un peu (n'hésitez pas à utiliser le sirop de la boîte et à le faire réduire ainsi).



5. Ajoutez le tout à votre appareil à gâteau en évitant de trop le liquéfier avec du sirop/caramel/rhum, gardez les jus de préparation pour un glaçage ultérieur.
6. Enfournez votre gâteau dans un plat beurré et laissez-le cuire une 40aine de minutes. Vous saurez qu'il est cuit si une lame de couteau ressort propre lorsque vous poignardez votre cake. Si vous avez l'impression que le dessus brunit trop et risque de brûler recouvrez le d'une feuille de papier aluminium.
7. Une fois sorti, refroidit et démoulé, vous pouvez si vous le souhaitez mélanger les liquides mentionnés plus haut avec du sucre glace et étaler ceci sur le dessus du gâteau !

Bon appétit !

Rédactrice : Salomé B.


BD'étudiant




L.R.



La Goutte d'Encre



• Retour sur le projet Togo 2018 •

Par Chloé, Mathilde, Mickael, Benoit et Juliette



En association avec « *Un vent d'Espoir* », l'équipe a participé à la construction d'une **case de santé** dans le canton de **Kovié Djemekey**, au sud du Togo. La case de santé comprend actuellement une salle de consultation générale, une salle d'accouchement avec 2 boxs, une salle de suite de couches, 2 douches et 2 toilettes. Un **système de récupération d'eau** de pluie a également été mis en place.



La construction de la case de santé s'est achevée avant leur arrivée. Lors de leurs 5 semaines sur place, l'équipe s'est occupée des finitions en **collaboration avec des étudiants en médecine** de Lomé : peintures, installation du mobilier et du matériel médical, ménage, jardinage... Ils ont également eu l'occasion de **visiter un centre médico social pour personnes atteintes du VIH**.

Soirée togolaise au Queen Victoria 16 octobre 2018

Pour l'occasion, chaque membre de l'équipe a mis la tenue traditionnelle du Togo : le **pagne** fait sur mesure et sur place !

Au programme de cette soirée : présentation du projet en **vidéo** pour nous faire découvrir leurs actions et dégustations de **spécialités togolaises** autour d'un verre. *Domage pour vous si vous avez loupé la mangue aux éclats de noix de coco : une tuerie !!*

Retrouvez leur vidéo rétrospective sur leur page Facebook :
Projet Togo 2018 – La Goutte d'Eau

