

LE FOND DE L'HISTOIRE^{MD}

DÉCEMBRE 2019–JANVIER 2020



LA SANTÉ NUMÉRIQUE OFFRE BIEN PLUS QUE DES OUTILS INTÉRESSANTS

Page 2

NOUVEAUTÉS

Les superbactéries en hausse

Un nouveau guide pour mieux
comprendre l'assurance maladie privée

Page 14





LA SANTÉ NUMÉRIQUE OFFRE BIEN PLUS QUE DES OUTILS INTÉRESSANTS

Maintenant que 2019 est derrière nous, il est temps de revenir sur le passé et de réfléchir à l'avenir. Un passé qui s'étend sur 50 ans depuis la « naissance » de l'Internet¹. À cette époque, si quelqu'un nous avait dit que nous aurions des téléphones mobiles et que nous éprouverions une certaine angoisse de peur que la connexion Internet soit faible, nous penserions qu'il s'agit de science-fiction ou tout simplement d'un fantasme futuriste (comme « Téléportez-moi, Scotty » et *Les Jetson*. Trop jeunes pour vous en rappeler? Demandez à Google!). Et voilà que nous nous retrouvons dans un monde majoritairement numérique, où les technologies de la santé numériques ont de plus en plus leur place. Ce n'est ni de la fiction ni un fantasme, et encore moins une mode passagère; les avancées technologiques en soins de santé signifient que nous disposerons désormais d'outils géniaux qui apportent une réelle valeur ajoutée.

Les trucs sympas, c'est extra

Partout dans le monde, la santé numérique est extraordinaire (dans le sens de révolutionnaire, oui oui), mais le Canada tire de l'arrière (nous en parlerons plus en détail sous peu)². Cependant, selon les prédictions, le Canada devrait non seulement rattraper son retard, mais aussi grandement contribuer à l'innovation en matière de soins de santé dans l'avenir³. En résumé, la santé numérique renvoie à l'utilisation des technologies numériques en santé, comme ce qui suit :

- **Soins virtuels** : Utilisent la technologie de l'information et des communications (connue sous le nom de TIC, eh oui, une autre abréviation) comme les téléphones intelligents et les ordinateurs portables pour permettre des interactions virtuelles. Par exemple, la télémédecine a recours à la TIC afin que les fournisseurs de soins de santé puissent effectuer des consultations avec des patients ou d'autres fournisseurs à distance. De même, des sous-domaines comme la téléadaptation permettent d'offrir des services de réadaptation à distance. De nombreux secteurs des soins de santé virtuels et toutes sortes de conseillers en santé proposent des services professionnels en ligne (avec de vrais humains), au moyen d'avatars ou d'autres applications logicielles.
- **Santé des consommateurs** : Utilise la TIC pour aider les patients à accéder à des renseignements sur la santé et à éclairer leurs décisions. Par exemple, grâce à l'Internet et surtout à D^r Google, les patients ont accès à plus de renseignements que n'importe quelle génération dans toute l'histoire (et on ne parle pas de désinformation; hélas, c'est une tout autre histoire)⁴. Les renseignements sur la santé peuvent également être ciblés : rappels de rendez-vous ou de prise de médicaments et conseils pratiques sur la prévention et le changement de comportement.
- **Internet des objets (IdO)** : Renvoie aux dispositifs physiques – avec toutes les combinaisons possibles de logiciels, de capteurs, de transmetteurs et d'actionneurs (dispositifs servant à faire fonctionner l'appareil principal) – qui permettent l'échange de données en temps réel. On peut penser notamment à tout l'équipement médical mobile, au suivi de l'état de santé à distance et aux dispositifs portables et implantés.
- **Infonuagique** : Connue sous le nom de « nuage », il s'agit d'un ensemble partagé de ressources comme des réseaux, des serveurs, des espaces de stockage, des applis et des services permettant un large éventail d'innovations. Par exemple, la tenue de dossiers électronique fournit aux patients un accès confidentiel à leur dossier médical et permet aux fournisseurs de soins de santé de consulter l'ensemble des renseignements sur l'état de santé des patients. De plus, grâce aux ordonnances électroniques, les médecins peuvent rédiger des ordonnances et les envoyer en ligne directement à la pharmacie.



C'est génial, c'est certain. Mais maintenant, mettons à l'épreuve la valeur des technologies de la santé numériques.

LA TCC EN LIGNE FAIT PARTIE DES SOINS VIRTUELS EN SANTÉ MENTALE

Tout un éventail de services de soutien en santé mentale est possible avec la technologie, notamment :

- **la thérapie en ligne** comme la TCC (thérapie cognitivo-comportementale) en ligne;
- **l'auto-assistance en ligne** comme les renseignements sur la sensibilisation et l'éducation;
- **l'aide en cas de crise** comme les services d'assistance téléphonique, le soutien par messagerie texte et le clavardage en ligne;
- **l'intervention médicale** comme la télémédecine par vidéoconférence, les recommandations cliniques et le suivi;
- **le soutien par les pairs** comme les applis de soutien, les médias sociaux, la messagerie instantanée et les jeux de simulation.

Rehausser la valeur des soins de santé

Pour citer notre propre tirade dans l'édition de juin 2017 du bulletin *Le fond de l'histoire*, nous avons abordé la question du manque de valeur dans les soins de santé : « La valeur n'est généralement pas au rendez-vous; qui pis est, nous ne nous attendons apparemment pas à en avoir pour notre argent, et nous l'exigeons encore moins ». Or, la technologie est en train de changer la donne; de plus en plus, nous voulons obtenir les mêmes avantages dans les soins de santé que la technologie a apportés dans les autres secteurs.

Comme le soulève la Faculté de médecine de Harvard, l'enthousiasme et l'investissement dans les technologies de la santé numériques sont en hausse. Parallèlement, l'adoption et la proposition de valeur de la technologie dans les soins de santé demeurent complexes et comportent plusieurs facettes. Quelles innovations permettront d'avoir des soins de qualité économiques et axés sur les patients? Comment différencier les technologies à valeur ajoutée réelle des simples engouements éphémères⁵? En effet, comment?

Voici ce que pense l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) de l'évaluation de la valeur : « Si l'on veut intégrer durablement les technologies numériques dans les systèmes de santé, il faut pouvoir prouver que, par rapport aux moyens habituels de prestation de services de santé, elles apportent des améliorations à long terme⁶ ». Au pays, la question pour les promoteurs de régime est la suivante : les technologies de la santé numériques sont-elles simplement le dernier truc en vogue, ou offrent-elles réellement une valeur ajoutée?

Au fait, qu'est-ce que la valeur? Selon nous, il est très important d'offrir une expérience améliorée aux membres du régime; sans cela, ils pourraient ne pas adopter les nouvelles technologies de la santé, et encore moins continuer à les utiliser. Par conséquent, la valeur englobe des avantages, comme l'amélioration de l'accès aux soins, les économies de temps et une plus grande commodité. Lorsqu'on parle d'offrir une valeur ajoutée, on renvoie à l'idée que chaque investissement dans les soins de santé – comme l'investissement dans une technologie de la santé numérique – devrait produire des résultats de grande qualité selon un excellent rapport qualité-coûts.

Améliorer l'expérience de l'utilisateur, ou du membre du régime...

Dans le cadre d'une étude d'Inforoute Santé du Canada, 76 % des Canadiens ont affirmé que la santé numérique pourrait rendre l'accès aux soins plus facile et plus pratique⁷. Et Inforoute estime que quelque 218 millions de kilomètres en déplacements auraient été évités en 2016 – voilà qui ajoute à la commodité, en plus de permettre d'épargner temps et argent⁸. Et c'est fascinant de savoir que, dans certains cas, l'innovation est souvent juste un petit changement qui semble évident, mais qui n'a jamais été mis en œuvre, bien qu'il crée des avantages concrets en termes d'amélioration de l'expérience. Par exemple :

- **Medimap** est une appli et un site Web gratuits qui permettent à l'utilisateur de connaître le temps d'attente dans chaque clinique sans rendez-vous à proximité (ou par recherche), ce qui facilite et accélère l'accès aux soins⁹.
- **PocketPills** est une pharmacie virtuelle qui permet aux utilisateurs de faire exécuter et de facilement renouveler leurs ordonnances en ligne, et de profiter de la livraison gratuite. De plus, les médicaments sont séparés par doses dans des emballages faciles à ouvrir¹⁰.

- **LiveWith Arthritis** est une appli qui vise à aider les patients à prendre leur arthrite en main grâce à l'autogestion améliorée, par le suivi, le contrôle et l'évaluation des traitements, des activités et de l'alimentation¹¹.

Qui plus est, les technologies ne sont pas nécessairement difficiles à comprendre; prenez par exemple les portails de patients. Selon Inforoute, ils permettent aux patients d'accéder plus facilement et rapidement aux renseignements sur leur santé en ligne. De plus, une étude de 2016 a démontré que 94 % des utilisateurs de portails appréciaient cette option¹². Il est clair que le recours à la technologie dans les soins de santé passe le test de la valeur ajoutée, ne serait-ce qu'en termes d'amélioration de l'expérience des utilisateurs. Mais qu'en est-il de l'amélioration des résultats sur la santé?

Valeur = Un excellent rapport coûts-résultats sur la santé

Depuis longtemps, les avancées technologiques servent de tremplin pour l'amélioration des résultats sur la santé, qui ont fait de véritables pas de géants, de la découverte de la pénicilline, de l'anesthésie et des vaccins jusqu'aux technologies comme l'IRM et les stimulateurs cardiaques. De même, selon Inforoute et l'OMS, les technologies de la santé numériques peuvent contribuer à améliorer les résultats sur la santé de nombreuses façons¹³.

- **Amélioration de la prise de décisions** : La simplicité et la rapidité d'accès aux renseignements sur le patient peuvent amener les fournisseurs de soins de santé à prendre des décisions de façon plus éclairée et en temps opportun. Et quand les patients sont mieux informés, ils se sentent responsabilisés et motivés à participer à la prise de décisions.
- **Amélioration de la relation entre le patient et le fournisseur de soins de santé** : Les nombreux moyens pour les patients de communiquer clairement avec leur médecin – comme les applis qui assurent le suivi de leurs symptômes ou de leurs comportements – peuvent faciliter les conversations et favoriser une approche collaborative des soins.
- **Réduction du stress et plus grande participation des patients** : L'accès direct aux renseignements sur la santé peut contribuer à faire participer et à responsabiliser les patients, qui vivent également moins de stress.
- **Soins plus individualisés** : Les technologies de la santé qui réduisent les tâches administratives et répétitives permettent aux fournisseurs de soins de santé de se concentrer pleinement sur leurs patients.
- **Promotion de la prévention** : L'autogestion – comme le suivi du rythme cardiaque et de la glycémie – peut stimuler la motivation des patients et les amener à prendre en charge leur santé, en mettant l'accent sur la prévention.

« 79 % des patients qui avaient eu une visite virtuelle disaient avoir reçu des soins de qualité équivalente à celle des soins donnés en personne. »

- **Amélioration de la santé** : Le fait d'aller au-delà des modèles de soins traditionnels en personne permet aux patients d'accéder immédiatement à des soins – au lieu d'être inscrits sur de longues listes d'attente –, en plus de les garder loin des salles d'urgence, puisqu'ils bénéficient d'autres options de soins plus appropriées.

Ces avantages jouent sans aucun doute un rôle dans l'amélioration des résultats sur la santé. Et en ce qui concerne la qualité des soins, même si Inforoute précise que les visites en personne sont essentielles dans certains cas, une étude a révélé que 79 % des patients qui avaient eu une visite virtuelle disaient avoir reçu des soins de qualité équivalente à celle des soins donnés en personne. De plus, 91 % d'entre eux ont déclaré que la visite virtuelle les avait aidés relativement à leur problème de santé¹⁴.

Pour ce qui est de la validation des résultats cliniques, les données probantes sont plus nombreuses dans certains domaines, comparativement à d'autres. Par exemple, des études portant sur l'autogestion du diabète au moyen d'applications mobiles ont donné des résultats prometteurs¹⁵. En outre, de nombreuses conclusions d'études révèlent que la TCC (thérapie cognitivo-comportementale) en ligne représente une solution efficace et rentable, ou un complément à la TCC en personne. Cependant, la TCC en ligne est utilisée depuis relativement peu de temps et donc, on la développe encore – et aussi, la qualité des recherches est parfois médiocre –, c'est pourquoi plus il y aura d'études dans l'avenir, mieux ce sera.

Dans l'ensemble, puisque les technologies de la santé numériques prennent de l'essor, on doit rattraper le retard dans la validation de leur efficacité. Toutefois, les technologies évoluent sans cesse; elles sont constamment mises à jour, c'est pourquoi la validation des résultats demeure un défi permanent. Comme le résume cette étude, il ne fait aucun doute que les technologies de l'information en santé transformeront au final la prestation des soins de santé, l'enseignement de l'autogestion et les interventions en matière de changement de comportement¹⁷. *Mais...*

Dans un même temps, des marques grand public font leur entrée dans le domaine de la santé numérique et misent gros sur les approches qui visent directement les consommateurs, et ce, *sans qu'elles aient de preuves concernant les effets et, le cas échéant, les effets à long terme* (pensez aux appareils de suivi de l'état de santé et du bien-être, et à la ludification axée sur la santé). Voilà qui mène à la multiplication des expériences bien pensées qui promettent d'améliorer la santé, mais qui offrent au final bien peu de résultats¹⁸. C'est le cas classique de l'acheteur averti; s'ils envisagent d'adopter une nouvelle technologie de la santé numérique, les promoteurs de régime se doivent de l'évaluer en ayant une vue d'ensemble des avantages qui composent l'équation de la valeur ajoutée : quel est son rapport coûts-avantages en ce qui concerne l'amélioration de l'accès aux soins, les économies de temps, la commodité, et l'amélioration des résultats sur la santé?

ET QU'EN EST-IL DES DONNÉES PROBANTES DE GSC?

En 2019, Green Shield Canada (GSC) a réalisé un sondage auprès de 1 000 membres du régime pour obtenir leur point de vue non pas seulement sur la santé et le bien-être, mais aussi en ce qui concerne la collecte de renseignements et la santé numérique.

Santé et bien-être :

- Les membres du régime veulent être en meilleure santé; plus de 50 % d'entre eux ont essayé d'améliorer leur alimentation, leur forme physique et leur poids.
- Tous les groupes d'âge sont préoccupés par le fait d'adopter une alimentation saine, et par la prise de poids qui vient avec l'âge.
- Le stress est la principale préoccupation chez les jeunes de 18 à 24 ans, alors que la prise en charge de problèmes de santé précis est de plus en plus préoccupante chez les personnes dans la trentaine et la quarantaine.
- Les tentatives pour apporter d'importants changements en matière de santé échouent souvent, et bien qu'il y ait 1,8 fois plus de chances d'essayer d'apporter un « gros » changement plutôt qu'un « petit », la majorité des répondants aspirent à apporter un changement « entre les deux », soit ni trop gros, ni trop petit.

La raison la plus courante de l'échec est la difficulté à adopter à long terme une nouvelle habitude saine.

En ce qui concerne la collecte de renseignements et la santé numérique :

- Les membres du régime se tournent le plus souvent vers leur médecin pour obtenir des renseignements sur la santé et considèrent les professionnels de la santé comme des sources d'information fiables.
- Même si Google se classe au deuxième rang des sources d'information sur la santé les plus consultées, les membres du régime ne font pas nécessairement confiance aux renseignements qu'ils y trouvent.
- L'alimentation saine et l'exercice sont les sujets d'intérêt les plus courants.
- Les femmes passent plus de temps à chercher des renseignements sur la santé que les hommes (sauf pour ce qui est de la couverture d'assurance et de la soumission).
- La localisation de professionnels de la santé est l'information la moins fréquemment recherchée.
- Seulement 31 % des répondants ont utilisé une appli sur la santé, les deux plus populaires étant *My Fitness Pal* pour l'exercice et l'alimentation, et *Headspace* pour la méditation.

Et puisqu'à ce temps-ci de l'année, les prédictions pour l'avenir sont chose courante, nous avons demandé à Michael Bradie, directeur de l'innovation stratégique, de nous dire ce qu'il pense de cette rétroaction des membres du régime et ce que nous devrions en faire.

« Pour ma part, les résultats n'ont rien d'exceptionnel, mais ils confirment certaines des convictions profondes concernant les gens et leur santé. Ils veulent aller mieux. Ils sont ouverts aux changements dans leur vie. Ils vivent dans un monde numérique et veulent que leurs soins de santé suivent la tendance. Le véritable défi, c'est de savoir quelle solution les amènera à agir. Il faut aussi les impliquer en fonction de leur horaire et de leurs objectifs, de manière vraiment personnalisée, mais tout en respectant leur vie privée. »

À plein régime droit devant... mais pas en ligne droite

Les prédictions comme « la santé numérique promet de révolutionner la façon dont les patients reçoivent les soins » sont fondées¹⁹. Une étude réalisée en 2019 par l'Association médicale canadienne a révélé que la majorité des Canadiens sont intéressés par les soins virtuels et croient qu'ils offrent une valeur ajoutée. Cependant, cet optimisme n'est pas sans soulever d'importantes préoccupations, comme la perte de contact humain en soins de santé (77 %), les risques pour la vie privée (75 %) et le risque d'ouvrir la voie aux soins de santé privés (71 %)²⁰.

L'OMS est en accord avec ces préoccupations : « La santé numérique n'est pas une solution miracle²¹ ». Elle ne devrait pas être perçue comme étant parfaitement adaptée pour tout le monde. « Elle est un complément précieux aux interactions en face-à-face, mais elle ne peut pas les remplacer complètement. Il est également important que les consultations soient assurées par des travailleurs de la santé qualifiés et que la confidentialité des renseignements relatifs aux patients soit garantie²². »

Parlant de préoccupations, on ne veut pas être alarmiste, *mais...* l'Association canadienne de la technologie de l'information émet cette mise en garde : le Canada a besoin d'urgence d'une approche stratégique pour accélérer et adopter les technologies émergentes de la santé numériques, sinon il continuera à prendre du retard sur les avancées des autres pays en matière d'innovation en santé numérique²³.

Ainsi donc, comment les technologies de la santé numériques seront-elles coordonnées entre le secteur public, le secteur privé et les gens? Qui paiera, et comment? Et qu'en est-il de l'accessibilité universelle et de la compatibilité? Et de la formation? Et de la confidentialité? Et de la responsabilité? Et... Et... Heureusement, toutes ces questions cafardeuses trouveront des réponses au fur et à mesure que la santé numérique deviendra la norme.

En un mot : révolutionnaire

Le *dictionnaire Larousse* définit le mot révolutionnaire ainsi : « Qui apporte de grands changements, est d'une grande nouveauté dans un domaine donné ». On dirait un pléonisme dans le domaine de la santé numérique. Mais seul le temps nous dira comment la technologie et la science continueront à s'unir; alors dans les années à venir, nous verrons comment évoluent la prestation de services et les modèles de paiement. Ce dont nous sommes certains, c'est que la santé numérique évolue rapidement, donc comme d'habitude, nous vous tiendrons informés dès que nous en saurons davantage. C'est en restant à l'affût des données probantes que nous pourrons effectuer des investissements judicieux en matière de santé numérique, des investissements qui créent de la valeur.

ADOPTER LA SANTÉ NUMÉRIQUE POUR UNE VALEUR AJOUTÉE

GSC continue d'intégrer les technologies de la santé numériques afin de permettre aux promoteurs de régime d'aider leurs membres à améliorer leur santé, et ce, facilement et efficacement. Voici un aperçu de certaines initiatives de 2019 :

- **BEACON** : Programme de thérapie numérique en santé mentale qui offre un accès illimité à un thérapeute agréé pour une période allant jusqu'à 12 semaines de TCC en ligne, ainsi qu'à des ressources virtuelles pendant un an.
- **Changerpourelavie** : Portail santé numérique qui donne un accès centralisé à des conseils personnalisés, à des outils faciles à utiliser et à des renseignements importants pour faire des choix de mode de vie sains.
- **Entraîneur numérique Ivan (projet pilote)** : Entraîneur numérique de mise en forme qui crée des programmes simples et personnalisés pour accroître le niveau d'activité physique de manière graduelle et durable.
- **Dot the Diabetes Carebot (projet pilote)** : Robot conversationnel qui aide à limiter les risques associés au prédiabète et à faciliter la prise en charge du diabète de type 2 grâce à un soutien quotidien en ligne, à des offres et à des recommandations de programmes de GSC, à des outils et à du contenu.
- **Maple** : Solution de télémédecine qui permet d'avoir accès à plus de 400 médecins autorisés à exercer au Canada et d'obtenir des soins 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, 365 jours par année, partout au pays.
- **Manage My Pain (projet pilote)** : Appli qui permet de mieux gérer la douleur chronique grâce à des fonctions comme le suivi de la douleur en seulement 30 secondes par jour, l'analyse de la douleur par des éléments visuels faciles à comprendre, et le partage de données sur la douleur avec des fournisseurs de soins de santé.
- **Entraîneur numérique Phzio (projet pilote)** : Services de téléadaptation – plus précisément, de la physiothérapie virtuelle – destinés aux membres du régime comme solution de rechange (ou complément) à la physiothérapie traditionnelle en personne.

Sources

¹ « Experts Optimistic About the Next 50 Years of Digital Life », Kathleen Stansberry, Janna Anderson, Lee Rainie, Pew Research Center, le 28 octobre 2019. Consulté en décembre 2019 : <https://www.pewresearch.org/internet/2019/10/28/experts-optimistic-about-the-next-50-years-of-digital-life/>.

^{2, 3, 23} « Accelerating the Adoption of Digital Health Technologies in Canada », Association canadienne de la technologie de l'information, novembre 2018. Consulté en décembre 2019 : <https://itac.ca/wp-content/uploads/2018/10/Whitepaper-2018.pdf>.

⁴ Accès Santé, site Web Inforoute Santé du Canada. Consulté en décembre 2019 : <https://www.infoway-inforoute.ca/fr/solutions/acces-sante>.

⁵ « Leading Digital Transformation in Health Care », site Web de la Faculté de médecine de Harvard. Consulté en décembre 2019 : https://exec-ed.hms.harvard.edu/leading-digital-transformation-health-care?gclid=EAAlQobChMIqMLi85bR5QIVjYCFCh0vTwSiEAAYASAAEgKVt_D_BwE.

^{6, 21, 22} « L'OMS publie les premières lignes directrices sur les interventions de santé numérique », Organisation mondiale de la Santé, le 17 avril 2019. Consulté en décembre 2019 : <https://www.who.int/fr/news-room/detail/17-04-2019-who-releases-first-guideline-on-digital-health-interventions>.

⁷ « 2019 Group Benefits Providers Report: How digital health is affecting the benefits industry », Alethea Spiridon, Benefits Canada, le 12 avril 2019.

<https://www.benefitscanada.com/news/2019-group-benefits-providers-report-how-digital-health-is-affecting-the-benefits-industry-128129>.

⁸ « Avantages de la santé numérique », site Web Inforoute Santé du Canada. Consulté en décembre 2019 : <https://www.infoway-inforoute.ca/fr/ce-que-nous-faisons/avantages-de-la-sante-numerique>.

⁹ Medimap <https://medimap.ca>.

¹⁰ PocketPills <https://www.pocketpills.com/>.

¹¹ LiveWith Arthritis <http://arthritis.etratmd.com/>.

¹² « myCARE – Évaluation des avantages et rapport final (disponible en anglais seulement) », Phyllis Bettello, Group Health Centre myCARE, le 30 mars 2016. Consulté en décembre 2019 : <https://www.infoway-inforoute.ca/fr/component/edocman/ressources/rapports/evaluation-des-avantages/3131-mycare-evaluation-des-avantages-et-rapport-final-disponible-en-anglais-seulement?Itemid=189>.

^{13, 14} « Mythes sur la santé numérique », site Web Inforoute Santé du Canada. Consulté en décembre 2019 : <https://www.infoway-inforoute.ca/fr/mythes> et « Systèmes de santé numériques : ce que vous devez savoir », site Web de l'Organisation mondiale de la Santé. Consulté en décembre 2019 : <http://www.euro.who.int/fr/health-topics/Health-systems/pages/news/news/2019/2/what-you-need-to-know-about-digital-health-systems>.

¹⁵ « Efficacy of Mobile Apps to Support the Care of Patients With Diabetes Mellitus: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials », Braulio Cezar et al., US National Library of Medicine, National Institutes of Health, mars 2017. Consulté en décembre 2019 : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5352856/> et « The Efficacy of Mobile Phone Apps for Lifestyle Modification in Diabetes: Systematic Review and Meta-Analysis », Xinghan Wu et al., JMIR mHealth and uHealth, juillet 2017. Consulté en décembre 2019 : <https://mhealth.jmir.org/search/searchResult?field%5B%5D=author&criteria%5B%5D=Xinghan+Wu> et « T2DM Self-Management via Smartphone Applications: A Systematic Review and Meta-Analysis », Mingxuan Cui et al., PLOS ONE, le 18 novembre 2016. Consulté en décembre 2019 : <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0166718>.

¹⁶ « Assessing the impact of online therapy as digital health tools proliferate », Moira Potter, Benefits Canada, le 13 septembre 2017. Consulté en décembre 2019 : <https://www.benefitscanada.com/benefits/health-wellness/assessing-the-impact-of-online-therapy-as-digital-health-tools-proliferate-103625> et « Mental health apps plentiful, but few provide clinical research », Laura Lovett, Mobile Health News, le 25 mars 2019. Consulté en décembre 2019 : <https://www.mobihealthnews.com/content/mental-health-apps-plentiful-few-provide-clinical-research> et « Guided Internet-based vs. face-to-face cognitive behavior therapy for psychiatric and somatic disorders: a systematic review and meta-analysis », Gerhard Andersson et al., US National Library of Medicine, National Institutes of Health, le 1^{er} octobre 2014. Consulté en décembre 2019 : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4219070/> et « Plan sponsors should tread carefully when mulling mental-health apps », Alethea Spiridon, Benefits Canada, le 18 octobre 2019. Consulté en décembre 2019 : <https://www.benefitscanada.com/news/plan-sponsors-should-tread-carefully-when-considering-mental-health-apps-137141>.

^{17, 18} « Using Digital Health Technology to Prevent and Treat Diabetes », Neal Kaufman and Irina Khurana, US National Library of Medicine, National Institutes of Health, février 2016. Consulté en décembre 2019 : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4761854/>.

¹⁹ « Digital health promises to revolutionize the way patients receive care », Brittany DeAngelis, UCalgary News, le 25 septembre 2019. Consulté en décembre 2019 : <https://www.ucalgary.ca/news/digital-health-promises-revolutionize-way-patients-receive-care>.

²⁰ « L'avenir de la connectivité dans les soins de santé : Rapport sur le point de vue de la population canadienne au sujet du système de santé », Association médicale canadienne, août 2019. Consulté en décembre 2019 : <https://www.cma.ca/sites/default/files/pdf/Media-Releases/Lavenir-de-la-connectivite-dans-les-soins-de-sante-f.pdf>.



NOUVEAUTÉS

Les superbactéries en hausse

Une étude met en garde contre l'abus et l'utilisation non nécessaire des antibiotiques

Une étude récente réalisée par London Drugs, une chaîne de pharmacies établie depuis longtemps dans tout l'ouest du Canada, soulève des faits préoccupants concernant l'abus et l'utilisation non nécessaire des antibiotiques. En effet, ces comportements contribuent à la prolifération des bactéries résistantes aux médicaments – connues sous le nom de superbactéries – qui rendent les infections plus difficiles et même, dans certains cas, impossibles à traiter. L'étude avance une mise en garde : dans l'avenir, les antibiotiques pourraient ne plus être efficaces; c'est pourquoi la population canadienne doit impérativement contribuer à prévenir la hausse des infections résistantes grâce à une utilisation appropriée et prudente des antibiotiques.

L'étude effectuée auprès de 2 492 adultes canadiens a été réalisée en ligne du 22 au 28 août 2019. Elle révèle que la plupart des Canadiens (90 %) sont conscients que l'abus et l'utilisation non nécessaire des antibiotiques contribuent directement à la prolifération des bactéries résistantes. Cependant, l'utilisation inappropriée est fréquente (spécialement chez les personnes de 18 à 34 ans), comme l'indiquent ces résultats :

- 21 % ont arrêté de prendre leurs antibiotiques lorsque les symptômes ont disparu et n'ont pas terminé leur prescription.

- 15 % ont utilisé des restants d'antibiotiques.
- 10 % ont utilisé les antibiotiques d'autres personnes ou se sont procuré des antibiotiques sans ordonnance ailleurs qu'à la pharmacie.

L'étude soulève également quelques idées fausses qui pourraient contribuer à l'abus d'antibiotiques. Les participants ont affirmé ne pas être au courant que les antibiotiques sont :

- non nécessaires pour certaines infections bactériennes courantes : 31 %
- inefficaces contre le virus de la grippe : 24 %
- inefficaces contre le rhume : 18 %
- non universels, et que différents antibiotiques sont prescrits pour différentes infections ou maladies : 11 %
- Pour en savoir plus, rendez-vous à https://www.londondrugs.com/on/demandware.static/-/Library-Sites-LondonDrugs-content-Library/default/dwcfbd66c4/pdf/news/2019-11-08_Antibiotics_LD_Press_Release_National_Final.pdf

Un rapport met en garde contre la surutilisation des antibiotiques

Un nouveau rapport révèle qu'il serait fort possible, dans un avenir rapproché, que les antibiotiques ne fonctionnent plus contre les infections courantes si la population canadienne ne met pas la pédale douce sur leur utilisation. En réponse à une demande de l'Agence de la santé publique du Canada, un groupe d'experts du Conseil des académies canadiennes a rédigé un rapport intitulé *Quand les antibiotiques échouent*. Selon ses estimations, 26 % des infections bactériennes au Canada sont déjà résistantes aux médicaments de première intention prescrits pour les traiter. Le groupe d'experts a émis une mise en garde : Il est fort possible que le taux de résistance grimpe à 40 % d'ici 2050, ce qui causerait 13 700 décès chaque année, comparativement à 5 400 décès en 2018. Les infections qui causent la pneumonie, les maladies gastro-intestinales, les infections urinaires et la gonorrhée deviennent déjà de plus en plus difficiles à traiter à mesure que les médicaments perdent de leur efficacité.

Selon le groupe d'experts, si la résistance continue d'être en hausse dans l'avenir, nous risquons d'avoir à faire face à des maladies plus longues et plus graves, ainsi qu'à des traitements plus coûteux et à un risque de décès accru. De plus, les interventions de routine – comme la dialyse rénale, la chimiothérapie, la transplantation d'organes, la chirurgie de remplacement de la hanche et la césarienne – qui reposent sur l'administration d'antibiotiques pour la prévention des infections deviendraient trop risquées pour être offertes.

Ce problème dure depuis des dizaines d'années, selon le groupe d'experts, qui exhorte la population canadienne à reconnaître que la résistance médicamenteuse extrême n'est plus dans 50, 80 ou 100 ans. L'Organisation mondiale de la Santé considère désormais les bactéries résistantes aux médicaments comme l'une des dix principales menaces à la santé dans le monde.

Pour en savoir plus et pour télécharger le rapport, rendez-vous à <https://rapports-cac.ca/reports/les-incidences-socioeconomiques-potentielles-de-la-resistance-aux-antimicrobiens-au-canada/>

Un nouveau guide pour mieux comprendre l'assurance maladie privée

Un nouveau guide intitulé *Comprendre l'assurance maladie complémentaire à l'intention des fournisseurs de soins de santé* vise à aider les fournisseurs de soins de santé à mieux comprendre comment fonctionne l'assurance maladie privée afin qu'ils puissent à leur tour aider les patients à mieux comprendre en quoi consistent leurs régimes.

Ce guide, créé par l'Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes (ACCAP) en collaboration avec l'Extended Healthcare Professions Coalition (EHPC), décrit les différents types de régimes de garanties de soins de santé offerts par les employeurs, et explique comment ils fonctionnent. Les termes et concepts de l'assurance maladie y sont également expliqués.

Idéalement, avec ce genre de renseignements, les fournisseurs de soins de santé seront en mesure d'aider leurs patients à mieux comprendre leurs régimes et à les utiliser plus facilement. Ils pourront par exemple aider les patients à savoir quels services sont couverts par leurs régimes, quels sont les montants de la couverture et quelles parties sont admissibles. Le guide sera mis à jour au besoin. L'ACCAP et l'EHPC prévoient créer d'autres outils concernant les questions d'assurance à l'intention des fournisseurs de soins de santé.

Pour en savoir plus et pour télécharger le guide, rendez-vous à [https://www.clhia.ca/web/CLHIA_LP4W_LND_Webstation.nsf/resources/Consumer+Brochures/\\$file/SUPPLEMENTARY+HEALTH+INSURANCE+EXPLAINED_FR.pdf](https://www.clhia.ca/web/CLHIA_LP4W_LND_Webstation.nsf/resources/Consumer+Brochures/$file/SUPPLEMENTARY+HEALTH+INSURANCE+EXPLAINED_FR.pdf)

Gagnant du tirage d'un fitbit

Toutes nos félicitations à **W. SAINT, KITCHENER (ONTARIO)**, gagnant de notre tirage mensuel d'un Fitbit. Dans le cadre de ce concours, le nom d'un membre sera tiré au sort parmi les membres du régime qui se sont inscrits aux Services en ligne des membres du régime.

Windsor 1.800.265.5615

London 1.800.265.4429

Toronto 1.800.268.6613

Calgary 1.888.962.8533

Vancouver 1.800.665.1494

Montréal 1.855.789.9214

Atlantique 1.844.666.0667

Service à la clientèle 1.888.711.1119



greenshield.ca