



par D^r Mikael COHEN
CHU de Nice

Tirer bénéfice de son smartphone pour mieux gérer sa maladie ?

Les smartphones sont de plus en plus répandus dans la population générale et donnent accès à des fonctionnalités de plus en plus complexes.

Dans cette vague, le domaine de la santé n'a pas fait exception et de nombreuses applications de santé ont vu le jour. Leur qualité reste aujourd'hui très inégale et l'utilisation de ces nouveaux outils devra être mieux encadrée dans le futur. Pour autant, certaines applications peuvent déjà apporter une aide dans la gestion de la maladie au quotidien.

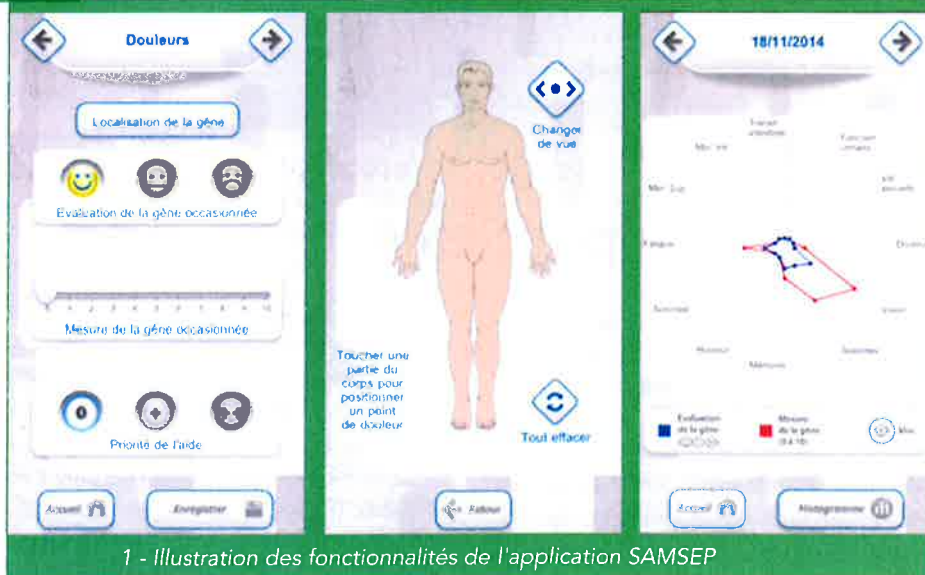


Les patients souhaitent-ils voir se développer la santé mobile ?

La réponse est oui si l'on se fie aux résultats d'un sondage mené par TNS Sofres et dont les résultats ont été publiés en 2013. Dans ce sondage, environ 500 patients atteints de maladies chroniques ont été interrogés sur le domaine des technologies de santé (internet, applications mobiles, etc...)

Les résultats montrent que plus d'un patient sur deux a déjà téléchargé au moins une application dédiée à la santé sur leur smartphone. Parmi les sondés qui déclaraient ne pas en avoir utilisée, 70 % déclarent ne pas en avoir trouvée.

Enfin, 53 % des patients souhaiteraient que leur médecin puisse les conseiller sur le choix d'applications mobiles utiles à la gestion de leur pathologie.



1 - Illustration des fonctionnalités de l'application SAMSEP

Applications mobiles dans la sclérose en plaques : dans quel but ?

Quelques applications sont déjà disponibles gratuitement, pour les principales plateformes de smartphones (Apple iOS et Google Android) dans le domaine de la sclérose en plaques.

Mieux suivre et gérer ses symptômes

Les symptômes de la sclérose en plaques sont extrêmement variés et fluctuants, ce qui peut compliquer le suivi par le neurologue au moment de la consultation.

Pour faciliter la prise en charge, l'application SAMSEP permet de suivre au jour le jour l'évolution des différents symptômes. Cette application, disponible gratuitement, a reçu un trophée de la santé mobile en 2014.

Chaque jour, l'utilisateur peut saisir l'intensité et le retentissement des principaux symptômes de la maladie (douleurs, spasticité, etc...) à la manière d'un « carnet de symptômes ». Les données peuvent être ensuite restituées au neurologue au moment de la consultation soit sous sa forme originale soit sous la forme d'un graphique.

Gérer plus facilement son traitement et ses rendez-vous médicaux

Des outils, tels que l'application SEP Agenda, permettent également de faciliter la gestion du traitement médicamenteux et des rendez-vous médicaux ou paramédicaux.

Cette application est également disponible gratuitement sur les deux principales plateformes (iOS et Android).

Après avoir installé l'application, l'utilisateur pourra paramétrer un certain nombre de détails relatifs au traitement de fond et aux traitements médicamenteux symptomatiques.

Pour chaque traitement, il sera possible de paramétrer le nombre de prises et la fréquence, mais aussi le nombre d'unités (comprimés, gélules, etc...) inclus dans une boîte.

De cette façon, une alarme sera envoyée pour rappeler les prises médicamenteuses, mais également pour alerter l'utilisateur lorsque la boîte sera bientôt vide et qu'un renouvellement d'ordonnance sera nécessaire.

La section dédiée aux rendez-vous est relativement classique. L'utilisateur peut saisir les dates des prochains rendez-vous chez les différents acteurs (neurologue, kinésithérapeute, etc...) ainsi que des notes de rappel (examens à faire et à apporter...). Là encore, une alarme de rappel pourra être envoyée si l'utilisateur le demande.

Ce n'est que le début ?

Les applications mobiles dans le domaine de la santé peuvent apporter des fonctionnalités intéressantes pour améliorer la prise en charge des patients. Cependant, nous présentons ici deux exemples intéressants et gratuits parmi plusieurs milliers d'applications « médicales » disponibles dans les magasins des différents fournisseurs. Une régulation sera donc nécessaire dans le futur pour harmoniser la qualité et le prix de ces outils.

Mais il est plus probable que la plus grande révolution vienne du domaine des objets connectés. Ces objets, dotés de capteurs, permettent d'effectuer automatiquement diverses mesures : fréquence cardiaque, distance et vitesse de marche, etc... Ces outils, initialement destinés au grand public dans le cadre des activités sportives de loisir, pourront également apporter des informations précieuses dans le cadre du suivi médical, si jamais ils sont utilisés à bon escient. Ici encore, parallèlement à une validation scientifique, un encadrement réglementaire constituera une étape indispensable pour garantir la confidentialité des données stockées.

3 - Exemples d'auto-mesures effectuées à l'aide d'une montre connectée. Dans le domaine médical, ces outils pourront potentiellement améliorer le suivi des performances de marche et favoriser l'auto-rééducation.



2 - Illustration des fonctionnalités de l'application SEP Agenda



Conclusions : les points clés

- L'arrivée des nouvelles technologies dans le domaine de la santé apportera dans les années à venir des outils permettant d'améliorer la gestion quotidienne des maladies chroniques par les patients.
- Des applications utiles au quotidien existent d'ores et déjà mais les solutions seront probablement de plus en plus nombreuses à l'avenir pour améliorer le suivi des symptômes, des traitements ou encore pour optimiser l'auto-rééducation et la prise en charge du handicap.
- Des études de validation scientifique ainsi qu'un encadrement réglementaire sont les deux pré-requis qui permettront de généraliser l'utilisation de ces technologies au quotidien dans des conditions optimales.