



édito

SERIONS-NOUS DONC SI RICHES ???...

Au cours des mois d'été, nous avons appris, non sans surprise, que les Mutuelles avaient des " bas de laine " si importants que l'on envisageait d'aller y puiser pour combler le gouffre sans fond du déficit de la Sécurité Sociale.

Les propos de Madame le Ministre nous ont choqués et blessés. D'après le projet de loi, la ponction représentera, pour notre Mutuelle, un versement annuel de plus d'un million d'euros, soit 20 euros de cotisation supplémentaire par adhérent.

Nous sommes contraints (légalement) d'avoir des réserves de plus en plus importantes (et bien au-delà de nos nécessités) pour être " reconnus " comme Mutuelle et l'on viendrait y puiser au motif que nous serions en train de nous enrichir !

Les mutualistes que nous sommes ne " roulent pas sur l'or " et nos ressources sont modestes. Ce prélèvement envisagé sans concertation est une injustice et un gaspillage supplémentaire.

Nous ne sommes ni riches ni spéculateurs, mais seulement de modestes gestionnaires. Merci de respecter le fruit de notre épargne. C'est avec elle que nous aidons et soutenons nos frères et sœurs malades.

Monseigneur Michel BONNET
Président du CA de la MSM

sommaire

2 ACTUALITÉS

- Le portail Web

3 ACTUALITÉS

- L'automédication
- Les actes hors nomenclature
- La gamme laïque

4 EN PRATIQUE

- L'apnée du sommeil
- Courrier des lecteurs



Mutuelle Saint-Martin

3 rue Duguay-Trouin 75280 PARIS CEDEX 06
☎ 01 42 22 07 77 ☎ 01 45 48 53 90
www.mutuelle-saint-martin.fr

Le portail Web

Connectez-vous !

LE CENTRE DE GESTION DE LA MUTUELLE SAINT-MARTIN (MERCER) MET À LA DISPOSITION DES ADHÉRENTS UN PORTAIL WEB. CET OUTIL PERMET DE CONSULTER VOS REMBOURSEMENTS DE PRESTATIONS EN TEMPS RÉEL ET ÉGALEMENT D'ÉDITER DES PRISES EN CHARGE HOSPITALIÈRES.



Vous pouvez vous connecter depuis le site de la Mutuelle Saint-Martin :

<http://www.Mutuelle-Saint-Martin.fr> ou directement : <http://www.mercernet.fr/mutuellesaintmartin>

1 Les Sections locales et administratives :



- ▶ Les codes d'accès et mots de passe ont été transmis par courrier,
- ▶ Accès aux effectifs, aux remboursements des assurés et à l'édition des prises en charge,
- ▶ **Un guide** est à votre disposition sur le site de la Mutuelle Saint-Martin.

3 Les codes d'accès et mots de passe pour les Collectivités (Instituts et Diocèses) sont transmis sur demande.

Adressez votre demande au centre de gestion, en indiquant votre numéro d'Institut ainsi que les nom et prénom du Responsable de la collectivité, par téléphone au : 0 825 39 39 63 ou par mail : centredigestion@saintmartin.com.fr
Le Centre de gestion vous transmettra vos codes et mots de passe par courrier ou par e-mail.
(Mêmes informations que pour les Sections à l'exclusion des remboursements des assurés pour cause de secret médical).

2 Les adhérents :



▶ **Créez votre compte** : depuis la rubrique " **créer un compte** ", en vous munissant de votre carte de Tiers payant et en entrant votre numéro de client puis votre numéro d'assuré.

▶ Vous recevrez par courrier votre **code d'accès** (compte utilisateur) et votre **mot de passe** pour vous connecter.

Compte Utilisateur :
Mot de passe :



- ▶ La rubrique " **aide à la connexion** " vous explique en détail comment procéder à la création de votre compte.
- ▶ Une fois connecté, vous pourrez accéder à vos remboursements, à vos informations (coordonnées, adresse, contrats), édition des prises en charge hospitalières, recherche de professionnels de santé près de chez vous (opticiens, pharmaciens, cliniques et CHU), choix de recevoir vos décomptes par mail, et à des informations pratiques. Vous avez également la possibilité de transmettre un message au Centre de gestion.



Fonds National d'Entraide

Nous avons constaté que les demandes individuelles d'intervention du Fonds National d'Entraide (aides pour des dépendances de soins partiellement remboursées) sont pour la grande majorité incomplètes et de ce fait ne sont pas présentées à la commission du FNE de crainte d'être rejetées.

Nous vous rappelons que les demandes (pour les adhérents du culte catholique) ne doivent pas être adressées par les adhérents eux-mêmes, mais **transiter par la Section**, qui vous aidera à remplir le formulaire et à rassembler les pièces à joindre, avant de transmettre le dossier complet au

Service Médical du Siège de la Mutuelle pour consultation des demandes par la Commission. Nous vous recommandons de consulter la procédure à suivre pour toute demande de FNE sur le site de la MSM.

Dr. Lydie WALTZING.

L'automédication

Médicaments : au fil des maux ...

Dans le cadre du contrôle des dépenses de santé de l'assurance maladie, le décret n°2008-641 du 30 juin 2008 autorisant la **mise à disposition de certains médicaments devant le comptoir des pharmacies** d'officine fait battre les campagnes !

Cette mesure a pour objectif de favoriser pour les patients l'accès et le choix aux médicaments et s'inscrit dans une démarche d'automédication **responsable**.

Une liste, amenée à évoluer, regroupe **217 spécialités pharmaceutiques** et couvre **71 domaines thérapeutiques**, **12 médicaments à base de plantes** et **19 médicaments homéopathiques**.

Les médicaments devront être présentés dans un espace dédié, clairement identifié, et situé à proximité immédiate des postes de dispensation des médicaments de façon à permettre un contrôle effectif du pharmacien. Ces médicaments répondent à des critères définis par décret visant à garantir la sécurité sanitaire et celle des patients, et sont destinés à traiter des symptômes courants et bénins pour une durée limitée, sans l'intervention d'un médecin (rhume, rhinite et conjonctivite allergique de l'adulte, douleurs, reflux gastro-oesophagien, herpès labial ...)



Des fiches de bonne utilisation et recommandations seront mises à disposition des patients («les 7 règles d'or de la médication officinale», les médicaments en accès direct, des cartes mémo des médicaments les plus couramment utilisés ...). Tout reste donc à faire ... et tout est affaire de coordination entre les différents acteurs ... Un peu de bon sens (pour les patients), beaucoup de motivation et de patience (pour les pharmaciens), et de compréhension (pour les médecins) !!!

■ Dr. Lydie Waltzing

Les actes hors nomenclature

Un acte est dit «hors nomenclature» lorsqu'il ne fait pas l'objet d'un remboursement par l'assurance maladie.

Il s'agit le plus souvent d'actes ophtalmologiques, otorhinolaryngologiques et dentaires.

Par conséquent, de tels actes doivent entraîner la rédaction d'un devis, que vous devez impérativement demander auprès de votre spécialiste.

Cette démarche systématique vous évitera d'éventuelles surprises !

■ Dr. L.W.

Suite à la demande de nos adhérents laïcs, exprimée par leurs délégués à l'Assemblée générale, les prestations de la gamme laïque ont été sensiblement améliorées en 2009.

Les améliorations portent essentiellement sur :

- ▶ **l'hospitalisation** : prise en charge des dépassements d'honoraires et remboursements majorés pour la chambre particulière,
- ▶ **les consultations** : renforcement des remboursements des honoraires de spécialistes,
- ▶ **le dentaire** : remboursement des implants dentaires,
- ▶ **l'optique** : prise en charge de la kératotomie (chirurgie de l'œil),

Par ailleurs, les adhérents ont la possibilité de consulter le détail de leurs

Une nouvelle gamme de prestations et cotisations en 2009...

prestations et d'éditer leurs prises en charge hospitalières, **sur Internet, 24/24h**.

Le taux d'augmentation des cotisations est globalement le même que pour la gamme culte (+ 5,5 %).

Il est à noter que les adhérents «autres cultes», compte tenu de leurs situations familiales proches de celles des laïcs, bénéficieront également de la nouvelle gamme laïque.

La gamme comprend toujours trois options pour les individuels : A, B et C.

Pour les entreprises, les associations et les groupes, des prestations et cotisations sur mesure peuvent être établies.

Trois contrats importants ont été réalisés en 2008 : les salariés de l'**U.A.D.F.** (Union des Associations Diocésaines de France), les coopérants de la **D.C.C.** (Délégation Catholique pour la Coopération) et du **D.E.F.A.P.** (Département Évangélique Français d'Action Apostolique).

La gamme laïque



Les adhérents laïcs sont actuellement au nombre de **3 000** bénéficiaires.

Parlez-en autour de vous !!! ■

L'apnée du sommeil

Le sommeil à bout de souffle...

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Le syndrome d'apnées du sommeil se caractérise par un rétrécissement du pharynx lié à un relâchement musculaire pendant le sommeil, entraînant une circulation de l'air plus difficile et un ronflement dû aux vibrations de l'air.

Si les voies aériennes se ferment complètement, la personne s'arrête temporairement de respirer. On dit alors qu'elle fait une apnée obstructive.

Le sang est donc moins oxygéné, ce qui peut être grave si ces épisodes durent plus de dix secondes et surviennent plus de dix fois par heure.

En effet, dans ces cas, l'effet cumulatif de ces épisodes d'arrêts respiratoires entraîne une mauvaise oxygénation du cerveau.

SYMPTÔMES ET CONSÉQUENCES

- > Somnolence,
- > Dépression,
- > Hypertension artérielle,
- > Maladies cardiaques,
- > Diabète,
- > Obésité...

QUE FAUT-IL FAIRE ?

Il faut consulter un oto-rhino-laryngologiste qui fera le diagnostic clinique du site de l'obstruction responsable des apnées et décidera si une étude du sommeil s'impose :

- soit par appareil portable d'enregistrement du sommeil,
- soit dans un laboratoire du sommeil, où l'on dormira durant toute une nuit.

Ces techniques d'enregistrement se font à l'aide de capteurs qui permettent d'étudier la respiration nocturne, le rythme cardiaque, le bruit des ronflements, le taux d'oxygène dans le sang, l'architecture du sommeil.

Les données enregistrées durant le sommeil permettront ensuite de déterminer le degré de gravité du syndrome d'apnées du sommeil et le type de traitement à proposer.

TRAITEMENTS

En fonction de la gravité des apnées du sommeil constatée, on proposera :

- > pour les syndromes d'apnées du sommeil modérés ou moyens :

- soit des traitements par laser

et/ou chirurgicaux,

- soit des prothèses dentaires portées pendant le sommeil,

> pour les syndromes d'apnées du sommeil sévères :

- un traitement par Pression Positive nasale Continue (PPC). Un appareil placé au chevet du patient fournit l'air sous pression via un masque. Le masque nasal doit être porté en permanence, toutes les nuits, pour être efficace. La Pression Positive Continue permet à l'air de circuler sans obstacle et de rétablir un sommeil profond et réparateur.

Le traitement par PPC est le traitement de référence. Les personnes ainsi traitées retrouvent un sommeil réparateur, ne ronflent plus et retrouvent dynamisme et entrain. Les risques d'accidents cardio-vasculaires ou d'accidents de la route redeviennent ceux d'une personne normale.



courrier des lecteurs

« Sur Partage et Santé dernier numéro de juin, je lis ceci : « aucune limite d'âge pour les laïcs pour adhérer à la Mutuelle ».

J'ai une soeur mariée, de 75 ans, mère de famille. Elle n'a aucune mutuelle médicale, sauf une chirurgicale.

Quels seraient les avantages à une telle adhésion aujourd'hui et sous quelles conditions ?

Merci pour le bulletin et votre suivi très sérieux de nos dossiers, je sens bien toute l'écoute et votre humanité. Respectueusement. »

Réponse :

La Mutuelle Saint-Martin offre, pour les laïcs, une gamme complète de prestations adaptées aux besoins de ses adhérents (3 options).

Ses avantages :

- ▶ aucune limite d'âge,
- ▶ pas de questionnaire de santé,
- ▶ droit aux prestations dès l'adhésion (voir conditions particulières pour certaines prestations),
- ▶ pas d'avance d'argent grâce au tiers payant,
- ▶ remboursement automatique avec la télétransmission,
- ▶ remboursement des prestations et éditions de prises en charge hospitalières sur le site Web.

Avec des avantages supplémentaires et gratuits :

- ▶ garanties « assistance santé » avec Mondial Assistance dont la liste des services est large,
- ▶ un trimestre gratuit de cotisation en cas de parrainage pour une nouvelle adhésion (2 par an).

Enfin, la **Mutuelle Saint-Martin est une vraie mutuelle** sans but lucratif, animée d'un esprit solidaire et responsable, à l'écoute de ses adhérents et adaptée à leurs besoins.

Chantal PASTOR
Service Relations MSM

Vos questions ou suggestions pour le bulletin...

Par courrier postal au :

Service Communication
de la Mutuelle Saint-Martin
3 rue Duguay-Trouin
75280 PARIS CEDEX 06

ou par mail : arnold@saintmartin.com.fr

Pour plus d'information : www.apneedusommeil.net