

# Essentia



Mars 2023

Dossier

## 04 **Maladies chroniques, un enjeu de santé publique**

## 06 **Vous avez dit «maladies chroniques» ?**

Parcours

## 08 **Je souffre d'une maladie chronique, quels frais sont pris en charge ?**

**assura.**

**« Il y a fort heureusement des  
moyens d'agir afin d'éviter ou,  
à tout le moins, de retarder  
l'apparition de certaines  
maladies. »**



Maladies cardio-vasculaires, diabète, cancer, affections chroniques des voies respiratoires, troubles musculo-squelettiques, pathologies psychiques, etc. Les maladies chroniques touchent un quart de la population suisse.

Si elles ne sont pas transmissibles, ces maladies de longue durée peuvent avoir des conséquences importantes sur le bien-être et sur la capacité d'une personne à étudier ou travailler, à effectuer des activités de la vie quotidienne ou à entretenir des interactions sociales. Et comme la plupart se développent avec l'âge, le vieillissement de la population fait des maladies chroniques un enjeu de santé publique toujours plus crucial.

Il y a fort heureusement des moyens d'agir afin d'éviter ou, à tout le moins, de retarder l'apparition de certaines maladies. La plupart de ces moyens sont individuellement à notre portée. Il s'agit principalement de prévenir les risques en privilégiant un mode de vie sain, de nous soumettre aux dépistages recommandés et, lorsqu'une maladie est déclarée, d'en limiter les conséquences par un suivi régulier du traitement prescrit.

Les autorités publiques ont, pour leur part, la responsabilité d'agir à d'autres niveaux, certaines maladies chroniques trouvant leur source dans notre environnement quotidien. La corrélation entre ces dernières et des facteurs tels que la qualité de l'air et de l'eau, le niveau d'exposition au bruit, ou la disponibilité d'espaces verts et de loisirs ou d'infrastructures sportives n'est en effet plus à démontrer.

La stratégie « Prévention des maladies non transmissibles » du Conseil fédéral tient compte de cette réalité en soutenant une large gamme de moyens d'action. Elle valorise aussi le rôle joué par l'information et la sensibilisation de la population. Celles-ci constituent, il est vrai, un facteur clé pour que le malade s'approprie les connaissances et compétences voulues pour gagner en autonomie, prendre part à la détermination de son parcours de soins et s'y impliquer activement afin de disposer d'une qualité de vie aussi satisfaisante que possible.

Ce numéro d'Essentia s'inscrit dans cette logique d'information et de sensibilisation. Je vous en souhaite une excellente lecture.

**Ruedi Bodenmann**  
Directeur Général

# Maladies chroniques, un enjeu de santé publique

En Suisse, un quart de la population souffre d'une ou de plusieurs maladies chroniques telles que le diabète, le cancer ou les affections cardio-vasculaires.





# Vous avez dit « maladies chroniques » ?

On les appelle souvent « maladies chroniques ». Parce qu'elles évoluent lentement et, présentant peu de chances de guérison, durent généralement longtemps. Si elles ne se transmettent pas d'une personne à l'autre, elles n'en touchent pas moins une part toujours plus importante de la population.

### Les maladies chroniques les plus courantes

- Le diabète.
- Le cancer.
- Les maladies cardio-vasculaires.
- Les affections respiratoires chroniques, notamment l'asthme.
- Les troubles musculo-squelettiques, par exemple les maux de dos chroniques.
- Les problèmes psychiques.

### Les principales causes

L'apparition d'une maladie chronique est souvent liée à divers facteurs :

- Patrimoine génétique.
- Caractéristiques physiologiques : poids, tension artérielle, taux de graisse, taux de cholestérol, etc.
- Mode de vie : alimentation déséquilibrée, sédentarité, tabagisme, inactivité physique, abus d'alcool, etc.
- Facteurs environnementaux, sociaux et économiques : pollution atmosphérique, perturbateurs endocriniens, nourriture ultra-transformée, stress, contraintes physiques au travail, etc.



## Mieux vaut prévenir...

Pour limiter les risques de contracter une maladie chronique, il est recommandé d'arrêter de fumer et de modérer sa consommation d'alcool, de manger équilibré, de se protéger du soleil et de pratiquer une activité physique régulière.

Par ailleurs, le dépistage constitue une opportunité de se rassurer ou de détecter une maladie à un stade précoce, avant l'apparition de symptômes, et d'augmenter les chances de guérison. Il existe notamment des tests de dépistage pour les maladies cardio-vasculaires, le diabète, les troubles psychiques et plusieurs cancers.

De nombreux cantons proposent des programmes de dépistage du cancer du sein et du cancer colorectal.

**Swisscancerscreening.ch** permet d'identifier ces cantons et de connaître les modalités pratiques de ces initiatives.

Au-delà, la vaccination est un moyen de prévention efficace pour lutter contre de nombreuses maladies infectieuses et protéger de cancers favorisés par des pathogènes comme l'hépatite B (cancer du foie) ou le HPV (cancer de l'utérus ou du canal anal).

## Vivre avec une ou plusieurs maladies chroniques

**En quatre notions clés :**

### Vaccination

Pour protéger de maladies infectieuses car elles sont susceptibles d'être plus graves quand notre état de santé est fragile. Par exemple, les vaccinations et rappels de vaccination contre la grippe et le pneumocoque sont recommandés en cas de diabète et d'insuffisance rénale et ceux contre l'hépatite B en cas d'hémophilie.

### Médecin de référence

Pour assurer la coordination du parcours de soins tout en constituant la première source d'information et la personne de confiance du patient.

### Suivi de traitement

Plus d'un tiers des personnes atteintes de maladies chroniques ne suivent pas à la lettre le traitement qui leur est prescrit. Des soins adaptés et réguliers sont pourtant essentiels pour vivre avec la maladie et limiter sa progression.

### Soutien d'associations

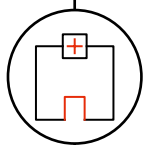
Pour trouver de l'information ciblée, suivre une formation pour apprendre à vivre avec sa maladie, obtenir un soutien personnel ou rencontrer d'autres malades. Parmi ces associations, la Ligue contre le cancer, l'Association suisse du diabète, la Ligue pulmonaire, l'Association suisse des hémophiles ou la Ligue suisse contre le rhumatisme.

# Je souffre d'une maladie chronique, quels frais sont pris en charge ?

De longue durée, les maladies chroniques ont immanquablement un retentissement sur la vie quotidienne. Il peut aller de la nécessité de suivre un traitement médical à celle de faire évoluer ses habitudes, voire de redimensionner ou de renoncer à ses activités professionnelles. Le point sur la prise en charge des principales conséquences de ces affections par les assurances sociales.

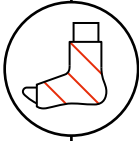


Les frais de santé liés à la maladie sont pris en charge par l'assurance de base, conformément à la loi fédérale sur l'assurance-maladie (LAMal), après déduction de la franchise que l'on a choisie. Une fois le montant de la franchise atteint, l'assureur-maladie prend en charge 90% des coûts et les 10% restants sont à la charge de l'assuré, à concurrence de maximum CHF 700 par an pour les adultes et CHF 350 pour les moins de 18 ans. En cas d'hospitalisation stationnaire, il faut aussi compter une participation aux frais de séjour de CHF 15 par jour.

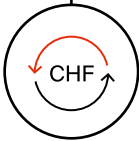


Si le malade chronique dispose d'une ou de plusieurs assurances complémentaires, ces dernières interviennent selon leur couverture spécifique. Par exemple, pour une prise en charge d'une hospitalisation en division privée ou de médecines naturelles et thérapies alternatives.





Les maladies chroniques découlant de l'exercice de l'activité professionnelle et dues à l'utilisation de substances nocives ou à la réalisation de certains travaux sont prises en charge par l'assurance accident (LAA). C'est le cas de certaines maladies chroniques infectieuses ou affections des voies respiratoires.



Une personne dont la situation de santé réduit la capacité de travail et de gain est susceptible de bénéficier du soutien de l'assurance invalidité en vue d'une réadaptation professionnelle ou pour une éventuelle rente. Selon la situation concernée, d'autres assurances privées ou sociales peuvent intervenir, comme l'assurance perte de gain professionnelle ou privée, l'assurance chômage ou l'aide sociale.

### L'avis de l'experte Assura



**Catia Dias**  
Responsable des  
services des prestations  
ambulatoires, Le Mont-  
sur-Lausanne

Il n'est pas toujours simple de s'y retrouver parmi les multiples assurances sociales. D'autant qu'un même cas médical relève parfois de plusieurs d'entre elles. Si le médecin est un interlocuteur privilégié pour les questions médicales, il est aussi à même de fournir des informations concernant la prise en charge des traitements et équipements. Bien entendu, les spécialistes d'Assura

sont également à disposition pour orienter nos assurés.

Par ailleurs, les maladies chroniques s'inscrivant dans la durée, je conseille de constituer un petit dossier afin de conserver toutes les attestations et prescriptions médicales, qu'elles concernent des traitements, des médicaments, des appareils médicaux ou des prestations de soutien, comme l'aide-ménagère. En ayant tout sous la main, l'on a une vision globale de son traitement et l'on peut fournir rapidement les pièces requises, tout particulièrement quand plusieurs assurances sont appelées à intervenir.

## 10 Faits et chiffres

### Sur nos réseaux sociaux



L'environnement dans lequel nous évoluons a une influence sur notre santé. Changement climatique, air respiré, bruit, produits chimiques, eau potable, rayonnements, nature, ... sont autant de facteurs déterminants. Aussi, le maintien de la santé doit étendre son champ d'action aux écosystèmes. C'est ce que s'attache à démontrer le numéro de septembre du magazine Spectra édité par l'@OFSP.

👉 <https://bit.ly/3Bgq6Hq>



Découvrez notre page Facebook :  
[facebook.com/AssuraCH](https://facebook.com/AssuraCH)

# 9'500

C'est le nombre de décès attribués au tabac annuellement en Suisse. Impliqué dans de nombreux cancers (poumon, bouche, pharynx, larynx, vessie, pancréas, etc.), il en constitue le principal facteur de risque évitable.

Source : OFSP

## Âge

Ce facteur est fortement associé au fait de développer une maladie chronique, voire d'en avoir plusieurs. Entre 50 et 64 ans, 60% des personnes n'ont aucune maladie chronique. Cette proportion baisse à 46% chez les 65 à 79 ans et n'est plus que de 29% chez les 80 ans et plus.

Source : Obsan

L'abus d'alcool augmente le risque de cancer (œsophage, bouche, pharynx, larynx, côlon et rectum, sein, foie) et constitue un facteur de risque majeur d'autres maladies chroniques telles que la bronchite chronique ou l'emphysème. Il peut aussi aggraver d'autres affections, comme le diabète ou le psoriasis.



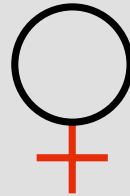
---

# 80%

des coûts de la santé sont dus aux maladies chroniques. Cela représente annuellement plus de 50 milliards de francs.

---

Certaines maladies chroniques touchent davantage les femmes que les hommes en raison de spécificités génétiques, hormonales et anatomiques propres à la gent féminine. C'est notamment le cas pour l'ostéoporose, l'asthme ou les maladies cardio-vasculaires.



Les maladies chroniques toucheraient 10 à 30% des enfants. Les plus fréquentes sont l'asthme, les allergies, l'obésité et les troubles de l'attention. Quelle que soit la maladie, sa prise en charge présente la particularité d'être définie en fonction de l'âge de l'enfant, de son développement et de son contexte familial.



# Assurances complémentaires accident

Parce que l'assurance accident obligatoire a des lacunes, notre gamme d'assurances complémentaires accident est conçue pour répondre aux besoins de chacun. Que vous soyez indépendant, employé, au foyer, ou aux études, la gamme Previsia s'adapte à toutes les situations.

À la suite d'un accident, vous bénéficiez de capitaux en cas de décès, d'invalidité, d'hospitalisation et aussi de l'accès à l'hospitalisation en division privée. Ces assurances complémentaires accident sont valables dans le monde entier.

Assurances accident	Previsia	Previsia Plus	Previsia Maxi	Previsia Extra
Hospitalisation en division privée		✓	✓	✓
Capital en cas de décès	✓	✓	✓	✓
Capital en cas d'invalidité	✓	✓	✓	✓
Capital en cas d'hospitalisation				✓
Allocation journalière en cas d'hospitalisation		✓	✓	✓
Indemnité pour perte de gain		✓	✓	✓
Frais de guérison		✓	✓	✓

Pour toutes questions, contactez nos conseillers à la clientèle.

Les conditions d'assurance font foi. Ce document est établi à titre purement indicatif afin de vous donner un aperçu des couvertures d'assurances. Seules les conditions générales et spéciales d'assurance déterminent le droit aux prestations.

**Contact**  
 assura.ch  
 0800 277 872  
 (numéro gratuit)