

Comment réduire l'emprunte carbone de mon cabinet médical ?

Novembre 2024 – www.med-in-occ.org – Tous droits réservés
Rédacteur: jplantrou@urpslrmp.org

Il est important de réduire l'emprunte carbone des cabinets médicaux pour plusieurs raisons :

- Le secteur de la santé est responsable d'environ 4 à 6% des émissions totales de gaz à effet de serre de la société. En réduisant leur empreinte, les cabinets médicaux contribuent significativement à l'effort global de lutte contre le changement climatique.
- Cette démarche permet de réaliser des économies substantielles, estimées à environ 2 500 euros par an pour un cabinet type.
- Les médecins jouent un rôle moteur dans l'incitation des patients à adopter des comportements plus écologiques.
- La réduction de l'emprunte carbone s'inscrit dans une approche plus large de santé publique, reconnaissant le lien entre environnement et santé.
- Cela contribue à la préservation des ressources naturelles, dont le secteur de la santé est un consommateur important.

Les principales sources d'émissions de CO₂ dans un cabinet médical :

Le transport	Le chauffage et la consommation d'énergie	Les achats et consommables	Autres sources mineures
<p>C'est de loin la source la plus importante, représentant entre 45% et 95% des émissions totales.</p> <p>Le transport des patients (environ 83% des émissions liées au transport)</p> <p>Le transport du personnel médical (environ 12%)</p>	<p>Le chauffage représente environ 29% des émissions</p> <p>La consommation d'électricité compte pour 1-1,1% des émissions</p>	<p>Les consommables médicaux : environ 5% des émissions</p> <p>Le matériel médical : environ 3% des émissions</p> <p>La papeterie : 0,7% des émissions</p>	<p>Les analyses médicales d'urgence nécessitant un transport : 5% des émissions</p> <p>Le numérique : 0,1% des émissions</p> <p>L'eau et les déchets : moins de 0,1% chacun</p>

Note aux lecteurs :

Les chiffres/données utilisés en infra peuvent varier selon les études et les cabinets, mais ils donnent une bonne indication des principaux postes d'émissions à cibler pour réduire l'emprunte carbone d'un cabinet médical

I Impact de l'activité d'un cabinet médical

1 – L'impact du cabinet médical

Une étude d'impact carbone menée en suisse en 2022 permet d'approcher l'impact carbone de l'activité d'un cabinet médical. Elle repose sur la méthodologie d'analyse du cycle de vie ou écobilan qui tient compte de l'ensemble des émissions de GES (CO₂, méthane, N₂O, etc. tous ramenés à des équivalents CO₂, CO₂eq) dues à la production, l'utilisation et la fin de vie des flux de matières et d'énergie utilisés directement ou indirectement par un cabinet.

Dix cabinets de médecins de famille ont ainsi vu examiner en détail leurs infrastructures, activités médicales, laboratoires, appareils de radiographie, déplacement des patients et du personnel, leurs liens avec les fournisseurs externes, etc.

Au total, l'étude retient douze secteurs d'émission du cabinet dont notamment les suivants : Infrastructure, Électricité, Consommables médicaux et non médicaux, Déplacements des patients, Déplacements du personnel, Liens avec les fournisseurs externes, Déchets. La prescription de médicaments ayant été exclue du fait qu'elle n'est qu'en partie seulement effectuée par les médecins de famille et que ces derniers ne dispensent généralement pas de médicaments au cabinet.



L'étude a calibré « un cabinet type » : il est composé de deux médecins et deux assistants médicaux, il occupe une surface de 207 m², il réalise 24 consultations par jour.

Selon les calculs, ce cabinet émet en moyenne 30 tonnes de CO₂eq par an, ce qui correspond à 30 vols allers-retours Paris-New York pour un passager ou encore à 4.100 repas avec du bœuf.

Sources : [revue médicale suisse 2022](#)

2 - Focus sur les consommables médicaux

Émissions de gaz à effet de serre

Les consommables médicaux contribuent de manière importante aux émissions de gaz à effet de serre du secteur de la santé :

- Ils représentent environ 5% des émissions totales de GES d'un cabinet médical typique.
- La production, le transport et l'élimination des consommables génèrent des émissions à chaque étape de leur cycle de vie.

Contamination des eaux et des sols

Les résidus de produits pharmaceutiques et de consommables médicaux contaminent l'environnement :

- Entre 30% et 90% des principes actifs des médicaments sont excrétés et se retrouvent dans les eaux usées.
- Les stations d'épuration classiques ne sont pas conçues pour éliminer complètement ces résidus.
- Ces substances peuvent avoir des effets toxiques sur les organismes aquatiques et terrestres, même à faible concentration.

Déchets et pollution plastique

Les consommables médicaux génèrent une quantité importante de déchets, notamment plastiques :

- Leur élimination inadéquate peut propager des maladies infectieuses.
- Les emballages et dispositifs à usage unique contribuent à la pollution plastique.

Épuisement des ressources

La production de consommables médicaux nécessite l'extraction et la transformation de ressources naturelles, contribuant à leur épuisement.

Perturbation des écosystèmes

Les résidus pharmaceutiques dans l'environnement peuvent :

- Perturber la biodiversité et les écosystèmes locaux.
- Avoir des effets néfastes sur la faune et la flore.

II Les actions pouvant être engagées

En appliquant ces recommandations, les cabinets médicaux pourraient réduire significativement leurs émissions de CO₂, jusqu'à 80% selon certaines estimations.

Optimisation des locaux et de l'énergie

Bien dimensionner la surface du cabinet, en visant environ 60 m² par médecin.
 Améliorer l'isolation des locaux.
 Diminuer la température de chauffage de 1°C
 Utiliser des ampoules LED et installer des détecteurs de présence
 Investir dans des panneaux solaires

Réduction des déplacements

Inciter le personnel à se déplacer à vélo ou en transports en commun
 Encourager les patients à adopter une mobilité active quand c'est possible
 Optimiser les visites à domicile pour limiter les émissions
 S'installer près d'un arrêt de transport public
 Encourager le covoiturage

Gestion des consommables et déchets

Lutter contre le suremballage des consommables médicaux
 Utiliser des pansements sans coton
 Privilégier le papier recyclé
 Mettre en place un tri efficace des déchets médicaux

Optimisation des pratiques

Réduire les rotations de coursiers avec les laboratoires
 Allonger la durée de vie du matériel informatique
 Dématérialiser les documents quand c'est possible
 Acheter local et grouper les commandes pour limiter les transports

Sensibilisation

Informar les patients sur les liens entre environnement et santé
 Obtenir une certification
 Encourager les patients qui le peuvent à adopter une mobilité active, un comportement de plus très vertueux pour réduire les méfaits de la sédentarité.



Un simulateur d'empreinte carbone spécifique aux cabinets médicaux peut aider à identifier les principaux postes d'émissions et suivre les progrès réalisés

[Accès simulateur](#)

Pour aller plus loin
Outils & certification

[Green docteur - En anglais](#)

[Doc Durable](#)



2 - La démarche des 5R

La démarche des 5R — Refuser, Réduire, Réutiliser, Recycler, Rendre à la terre — constitue une approche essentielle pour adopter un mode de vie durable et minimiser notre impact environnemental. Popularisée par Béa Johnson dans son livre "Zéro Déchet", cette méthode encourage une réflexion sur nos habitudes de consommation et vise à réduire la production de déchets. C'est un cadre pratique pour repenser notre manière de consommer et contribuer activement à la préservation de l'environnement.

Refuser

Il s'agit de dire non aux produits et emballages superflus. Avant tout achat, il est crucial d'évaluer la nécessité de l'objet et son impact environnemental. Cela inclut aussi le refus de publicités et d'offres promotionnelles qui incitent à consommer sans besoin réel

Réduire

Cette étape consiste à diminuer notre consommation en achetant uniquement ce qui est nécessaire. Cela peut se traduire par des achats en vrac, la sélection de produits durables, et la réduction du gaspillage alimentaire. L'objectif est de limiter les déchets dès la source.

Réutiliser

Avant de jeter un objet, il faut envisager de lui donner une seconde vie. Cela peut inclure la réparation, le don ou la transformation d'objets. Par exemple, privilégier des contenants réutilisables plutôt que des produits jetables contribue à réduire les déchets.

Recycler

Le recyclage doit être considéré comme un dernier recours après avoir appliqué les trois premiers principes. Bien que le recyclage soit essentiel pour gérer les déchets, il nécessite des ressources et ne doit pas être utilisé comme une excuse pour continuer à consommer excessivement.

Rendre à la terre

Cette étape concerne le compostage des déchets organiques, tels que les épluchures de fruits et légumes. Cela permet non seulement de réduire les déchets mais aussi d'enrichir le sol. Rendre à la terre contribue à un cycle naturel de réutilisation des ressources.

Adopter cette démarche permet non seulement de diminuer notre empreinte écologique mais aussi de réaliser des économies à long terme en réduisant nos achats inutiles. En prenant conscience de nos choix de consommation, nous devenons acteurs du changement vers une société plus responsable et durable.

III Impacts des actions

1 - L'impact des actions sur les résultats d'un bilan carbone

On estime que les cabinets médicaux peuvent **diviser par 10 leurs émissions de dioxyde de carbone.**

Actions choisies	Gain carbone CO ₂ eq kg/année
Redimensionner la surface du cabinet à 60 m ² /médecin	5.769
Diminuer la température de 1°C	841
Inciter 10% des patients à renoncer à la voiture pour venir en consultation	1.294
Inciter 80% des soignants à renoncer à la voiture pour se rendre au cabinet	2.923
Arrêter de faire venir le coursier du laboratoire en urgence	1.094
Utiliser des pansements sans coton	1.360
Doubler la durée de vie des ordinateurs (de 4 à 8 ans)	332



2 – Impact économique

La réduction des émissions carbone d'un cabinet médical peut avoir un impact financier positif, avec des économies potentielles significatives. Voici quelques exemples :

- Une réduction de la surface du cabinet à 60 m² par médecin peut générer des économies importantes notamment sur les coûts de loyer, chauffage et électricité`.
- Économies potentielles sur les frais de déplacement et de parking
- Réduction des coûts d'achat de matériel
- Réduction des frais de gestion des déchets

Mis bout à bout, avoir un local de taille adaptée, ne pas trop chauffer, couper l'eau chaude des robinets et éteindre l'appareil de radiographie... peuvent faire économiser au « cabinet type » plus de 2.500 euros selon l'étude suisse présentée en amont.

Essentiel



Un cabinet médical peut limiter son empreinte carbone avec un impact sur l'environnement mais aussi sur ses finances notamment en engageant les actions suivantes :

1. Optimiser l'espace de travail en limitant la surface à environ 60 m² par médecin
2. Réduire la consommation énergétique, notamment en baissant le chauffage de 1°C
3. Encourager le personnel et les patients à utiliser des modes de transport durables (vélo, transports en commun, covoiturage)
4. Limiter les déplacements des coursiers pour les analyses de laboratoire en regroupant les prélèvements]
5. Choisir des consommables médicaux plus écologiques, comme des pansements sans coton
6. Prolonger la durée de vie du matériel informatique et médical
7. Adopter une démarche "5R" : Réduire, Réutiliser, Recycler, Réparer, Repenser »
8. Rationaliser la prescription de médicaments en se basant sur les preuves scientifiques
9. Sensibiliser et éduquer les patients sur les enjeux environnementaux liés à la santé
10. Utiliser des outils/simulateur pour calculer et réduire l'empreinte carbone du cabinet

Date de mise à jour :

Novembre 2024

Sources :

<https://www.lamedicale.fr/vous-informer/comment-puis-je-reduire-l-empreinte-carbone-de-mon-cabinet>
<https://www.revmed.ch/revue-medicale-suisse/2021/revue-medicale-suisse-738/recommandations-pour-l-ecoconception-des-cabinets-de-medecine-de-famille>

Mots clefs :

#ÉmissionsDeCO₂ #DéchetsMédicaux #ÉnergieRenouvelable #ConsommationD'eau #GestionDesDéchets #TransportDesPatients #MatérielJetable #EfficacitéÉnergétique #Téléconsultation #EmpreinteCarbone #Santéplanétaire