Votre beauté Mesdames. Partie 4, Vous pouvez être jolies à tout âge

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **11 (1981)**

Heft 3

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Votre beauté Mesdames

Dr Henri Koechlin

(IV)

Vous pouvez être jolies à tout âge

(Voir nos trois derniers numéros)

Le corps, les seins, le ventre

Comme je l'ai dit à propos de son anatomie, la peau contient des glandes sudoripares qui sécrètent la transpiration. Or, chez certaines personnes, elles sont plus développées que chez d'autres, ce qui fait que les unes transpirent beaucoup et les autres peu. Le front, les paupières et les aisselles, entre autres, sont particulièrement riches en glandes sudoripares. C'est un problème pour certaines personnes (et pour leur entourage), car la sécrétion au niveau des aisselles a parfois une odeur très désagréable et atrocement pénétrante. Malgré les nettoyages, cette odeur persiste dans les vêtements portés par une personne atteinte de cette infirmité (car c'en est une). Pour éviter cet ennui, les victimes de ce désagrément peuvent et doivent lutter. Plusieurs fois par jour, il faut se passer une lavette humide sous les aisselles et employer régulièrement un des nombreux produits vendus à cet effet; ils sont très efficaces.

Beaucoup de personnes négligent ces soins et ne se rendent souvent pas compte à quel point leur voisinage est pénible! Il est à conseiller de changer fréquemment de linge, car la transpiration, au moment de son élimination des glandes de l'aisselle, a moins d'odeur que sa longue imprégnation dans un vêtement.

Le domaine des glandes

Parlons maintenant des seins. Au moment de leur développement, soit vers dix à quatorze ans en Europe, il est sage, s'ils paraissent prendre un volume exagéré chez une fillette, de la montrer à un endocrinologiste. C'est un médecin qui s'occupe spécialement des glandes à sécrétion interne, hypophyse, surrénales, ovaires, etc., car ce sont elles qui, parfois, sont responsables d'un développement anormal.

Pendant des années, j'ai opéré plus de deux mille femmes et jeunes filles: j'ai vu des seins parfois très gros, même chez des jeunes filles maigres. J'ai même enlevé à une fillette de quinze ans, pesant quarante-neuf kilos, onze kilos de seins monstrueux: c'est-à-dire qu'on a supprimé un quart de son poids total. Parfois, il s'agit aussi de facteurs héréditaires, «les gènes», dont on a beaucoup parlé. Il faut savoir que la grosseur des seins n'a, la plupart du temps, rien à voir avec la graisse: il s'agit de tissu glandulaire anormalement développé.

Ceci dit, il est toujours prudent, à moins que la poitrine ne soit vraiment très petite, de porter un soutien-gorge, car les seins sont embryologiquement une dépendance de l'épiderme. La glande tient donc à la peau, mais n'est pas du tout fixée à la paroi thoracique. Elle est posée sur le muscle pectoral qui couvre la moitié du thorax de chaque côté, mais n'y est nullement fixée, aussi son poids a-t-il tendance à la faire descendre, en station debout et particulièrement en marchant, courant ou descendant un escalier!

Malheureusement, beaucoup de soutiens-gorge trouvés dans le commerce sont mal faits. Ils prévoient des niches trop rapprochées, plaçant les mamelons de face comme des jumelles de théâtre. En réalité, l'axe du sein est dirigé en dehors de presque quarante-cinq degrés, par rapport au thorax, et c'est dans cet axe-là que le soutien-gorge devrait maintenir les seins.

Attention aux montures métalliques dangereuses, car leurs extrémités externes (presque toujours trop longues) exercent une pression douloureuse constante sur le côté de la glande, qui, avec le temps, peut provoquer un cancer.

Il faut aussi éviter les bretelles trop étroites et trop tendues sur l'épaule, creusant peu à peu un sillon: si un soir, on supprime le soutien-gorge sous une robe très décolletée, la marque reste fâcheusement visible. En outre, si cette pression est forte, elle provoque une rougeur et des douleurs — très exceptionnellement des tumeurs sous-cutanées.

Drogues dangereuses

Les drogues offertes aux femmes pour augmenter le volume des seins jugés trop petits sont dangereuses: ce sont des hormones avec lesquelles il ne faut pas plaisanter, car elles peuvent provoquer un cancer. Je me souviens d'une charmante jeune femme qui, après absorption massive de ces produits, en est morte! Celles qui trouvent leurs seins trop petits, peuvent, sans risque, se faire placer des prothèses par un chirurgien spécialisé. Ces prothèses ont la même consistance que les glandes mammaires normales et il ne subsiste, après l'opération, qu'une fine cicatrice à peine visible, de quatre à cinq centimètres de longueur, dans ce qu'on appelle le sillon sous-mammaire. Cette opération ne nécessite qu'une journée de clinique et donne des résultats remarquables et définitifs... et des poitrines vraiment ravissantes.

Si, par contre, les seins sont trop forts, aucune médication ne les fera diminuer: une cure d'amaigrissement fera diminuer le reste du corps, mais pas la glande mammaire. Seule une opération bien faite par un spécialiste permettra d'obtenir une plus petite poitrine, sans aucun inconvénient, même au point de vue lactation: en effet, j'ai connu des jeunes clientes qui, par la suite, ont pu allaiter leurs enfants.

De toute manière, que les seins soient gros ou petits, opérés ou non, il est à conseiller de faire des douches écossaises, c'est-à-dire qu'en sortant de son bain chaud, il faut appliquer sur chacun d'eux une éponge trempée dans de l'eau froide pendant une ou deux secondes.

Le ventre. Chacun sait que le massage est une bonne chose, la gymnastique aussi. Chaque matin, deux à trois exercices de gymnastique permettent de muscler les parois de l'abdomen et évitent leur tendance à se relâcher. Ainsi, vous garderez un ventre plat!

Comme la beauté du corps dépend aussi de votre santé, sachez, Mesdames, que pour être en forme, pour garder une jolie peau et un corps souple, il faut boire suffisamment. L'organisme doit absorber, entre les aliments et la boisson, environ un litre et demi d'eau par jour. A tort, beaucoup de femmes ne boivent pas assez et j'ai souvent eu l'occasion d'en voir les conséquences dans ma clientèle, autrefois. Je le répète encore: prévenir vaut mieux que guérir!

Dr H. K.

Prochain article: «Les hanches».