Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2012)
Heft: 33

Rubrik: Panorama : santé

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 07.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Lisa S.

La cheville, **c'est encore meilleur**

Quand ça démange, se gratter le dos, c'est bon. Mais il y a tellement mieux: selon des scientifiques de Caroline du Nord, aux USA, la partie du corps qui nous procure un maximum de satisfaction, c'est la cheville. Pour le prouver, les scientifiques ont frotté les deux endroits précités, ainsi que l'avant-bras de volontaires avec une plante urticante. Les victimes avaient ensuite l'interdiction de se toucher pendant cinq minutes, laps de temps qu'ils ont utilisé pour noter le niveau d'inconfort de chaque point de contact. Le verdict a été sans appel: lorsque les participants ont enfin pu se gratter, la cheville a gagné... haut la main.

Une mémoire sélective et fainéante

Pourquoi stocker des informations qui se trouvent à proximité? Des psychologues américains viennent de montrer que nous avons plus de peine à mémoriser des numéros de téléphone lorsque nous avons un annuaire téléphonique ou internet à disposition.

2500

ans, c'est l'âge des principes fondamentaux de la médecine chinoise.

La nicotine serait enfin **bonne à quelque chose!**

Les personnes atteintes d'une sénilité légère peuvent améliorer leur performance cognitive grâce... à des patchs de nicotine. A en croire une étude américaine publiée dans la très sérieuse revue *Neurology*, des patients âgés et non fumeurs ont vu leur temps de réaction, leur attention et leur vitesse psychomotrice s'améliorer.

Les marathoniens vétérans **courent toujours plus vite**

Des chercheurs français ont analysé les résultats des concurrents du marathon de New York au cours des trente dernières années. Résultat: les meilleurs coureurs de plus de 65 ans ne cessent d'améliorer leurs performances au fil des années. Ils ont gagné quinze minutes en trois décennies. Idem pour les femmes, où la performance moyenne des 55-59 ans s'est améliorée de trente-trois minutes en trois décennies. «Ce constat peut s'expliquer par l'augmentation du nombre de participants, mais aussi par l'intérêt croissant que porte cette population aux bénéfices de l'activité physique pour sa santé et son bien-être», estiment les scientifiques.

Effe45

PUB

Encore un besoin urgent d'uriner?

1 capsule par jour

Prostagutt uno®

La solution qui coule de source

• Efficacité élevée • Bonne tolérance • Disponible sans ordonnance

Disponible dans votre pharmacie ou droguerie.
Prière de consulter la notice d'emballage.

SCHWABE

Tiré de la nature.
Pour votre santé.

ubbotina Anna

Boire du lait améliore notre mémoire

Le lait bon à tout faire? Sa consommation quotidienne serait non seulement positive pour nos os. Elle aurait aussi des retombées positives sur le cerveau et ses performances mentales. Publiée dans l'*International Dairy Journal*, une étude réalisée par des scientifiques de l'Université du Maine montre que les buveurs de lait et ce, quel que soit leur âge, avaient un avantage certain sur ceux qui n'en buvaient pas régulièrement.

Un pacemaker contre l'apnée du sommeil

Fini la torture du masque de ventilation? L'espoir est en tout cas sérieux. Testé sur une centaine de patients en Europe et aux Etats-Unis l'an dernier, un pacemaker implanté sous la clavicule permettrait d'éviter l'apnée du sommeil. Comment? Tout simplement en stimulant le nerf de la langue au cours du sommeil pour éviter qu'elle se projette en avant lors de l'inspiration et provoque ainsi cette interruption de la respiration.

Papa sur le tard, **possible mais pas facile**

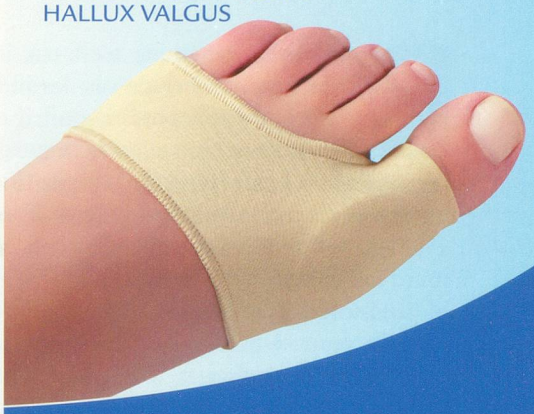
On sait que les femmes connaissent plus de difficultés à tomber enceinte avec les années qui passent. Mais les hommes, eux aussi, sont confrontés à l'inexorable fuite du temps. Des chercheurs brésiliens viennent de démontrer que les possibilités de devenir père chutent dès l'âge de 41 ans, à raison de 7% par année.

epitact®
PODOLOGIE

HALLUX VALGUS "OIGNON"

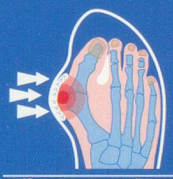
PROTECTION
HALLUX VALGUS

VU À LA TÉLÉ



Pour soulager la douleur, Epitact® a créé une protection brevetée intégrant une pastille d'Epithelium 26® qui limite les pressions et les frottements. Lavable en machine, elle a une longue durée de vie (12 mois en moyenne). Fine et discrète, disponible dans toutes les tailles, elle s'adapte dans toutes vos chaussures.

EPITHELIUM 26®
GEL SILICONE BREVETÉ



Efficace avec seulement 1 mm d'épaisseur.

Protections lavables et réutilisables

Protection Hallux valgus : 1 pièce
S(< 24 cm*) Code : 3443850 M(24-27 cm*) Code : 3443867
L(> 27 cm*) Code : 3444246

* mesure du tour de pied

DOULEURS PLANTAIRES + "OIGNON"

COUSSINETS
DOUBLE PROTECTION

Si votre Hallux Valgus est associé à des douleurs plantaires, optez pour les Coussinets double protection. Lavables et réutilisables, ils présentent une durée de vie de plusieurs mois.

Coussinets Double protection : 1 paire
S(<24 cm*) Code : 3692257 M(24-27 cm*) Code : 3692240
L(>27 cm*) Code : 3692234

* Mesure du tour de pied

CORS PULPAIRES, ONGLES INCARNÉS

DOIGTIER

Le doigtier comporte 1mm d'Epithelium 26® pour éviter les pressions et les frottements à l'extrémité de l'orteil. Lavable et réutilisable, il est résistant à l'usure car le gel est inséré entre 2 couches de tissu.

Doigtier : 1 pièce
S(Ø 23 mm) Code : 3446713 M(Ø26 mm) Code : 3446736
L(Ø36 mm) Code : 3446742

Disponibles en Pharmacies, Drogueries et points de vente spécialisés.

Distribution : F. Uhlmann-Eyraud SA - 1217 MEYRIN
www.uhlmann.ch - Email : epitact@uhlmann.ch