Votre santé mérite bien un check-up

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Générations plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): **- (2012)**

Heft 38

PDF erstellt am: **03.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-831605

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

42 Votre santé mérite bien un check-up

C'est parce que le risque de maladies augmente considérablement après 50 ans que les spécialistes conseillent d'effectuer un bilan personnalisé complet, en principe tous les dix ans. Il permet de déceler d'éventuels risques et de changer si nécessaire, certaines mauvaises habitudes.

C'est certainement le capital le plus précieux qu'il nous ait été donné de gérer. Et à la bourse de la vie, les petits actionnaires que nous sommes tous ne peuvent pas se permettre de spéculer avec cette valeur refuge qu'est le capital-santé!

Après un demi-siècle d'existence, il est donc fortement conseillé de faire estimer ce précieux patrimoine afin d'évaluer son potentiel risque et d'anticiper d'éventuels problèmes. «Les infections progressent de façon exponentielle après 50 ans. C'est à partir de ce moment que l'on assiste à d'importantes modifications du métabolisme cellulaire, qui entraîneront des perturbations dans le fonctionnement des organes et des systèmes, et déboucheront donc sur un déclin physiologique généralisé et sur l'apparition de maladies. Un bilan de santé permet de procéder à un état des lieux précis, de déceler d'éventuelles pathologies latentes et d'identifier certains facteurs de risque qui pourraient compromettre l'état de santé dans les années à venir», argumente le professeur Jacques Proust, médecin-directeur du Centre de prévention du vieillissement à la clinique de Genolier (VD).

Un message préventif qu'entendent de plus en plus de personnes, à en croire le spécialiste: «Les centres de check-up, que l'on trouve dans les hôpitaux et cliniques du monde entier, connaissent un engouement grandissant. Les praticiens sont généralement des médecins internistes qui possèdent une connaissance étendue des différentes branches de la médecine, et particulièrement de la médecine préventive. Ils mettent à disposition tout le temps nécessaire à un bilan personnalisé et bénéficient d'un environnement médico-technique permettant de réaliser le jour même une grande variété d'examens complémentaires, d'où un important gain d'efficacité et de temps pour le patient.»

Où orienter la surveillance

Concrètement, deux heures durant, le praticien s'appuiera sur plusieurs éléments pour poser les fondements de son bilan: l'histoire médicale du patient, ses symptômes, ses requêtes éventuelles, les différents examens et interventions effectués précédemment, les facteurs de risque existants, qu'ils soient d'origine héréditaire ou liés au mode de vie, et enfin les données de l'examen clinique. «Cette première évaluation médicale complète permet d'orienter la surveillance des années à venir et de restreindre les investigations futures aux éventuelles affections et facteurs de risques identifiés», affirme le spécialiste.

Surtout avant les dates clés

La plupart d'entre nous peinent toutefois encore à venir voir le médecin quand tout va (apparemment) bien, préférant continuer à vivre dans un présent agréable plutôt que de se projeter dans un futur que l'on risque de découvrir tourmenté! «C'est naturellement le désir de maintenir son état de santé et de prévenir certaines affections qui sous-tend la démarche du check-up. Mais elle peut également découler d'une alerte tangible, de l'apparition d'un symptôme, de la déclaration d'une maladie dans l'entourage ou de la suggestion du médecin traitant. L'accès généralisé à l'information médicale, s'il est évidemment positif, est parfois aussi source d'anxiété et peut aussi motiver une demande d'investigation médicale.»

Monkey Business Images

Selon une étude récemment publiée dans le *British Medical Journal*, nous serions d'ailleurs plus enclins à subir un examen de dépistage avant des dates clés, comme les fêtes de Noël ou à l'approche de notre anniversaire. Peut-être parce qu'il s'agit d'un beau cadeau à se faire à soi-même! Car ce ne sont pas les assurances qui nous le feront, les complémentaires de certaines d'entre elles offrant seulement une modeste contribution. En fait, il est conseillé de poser la question à sa caisse préalablement pour ne pas avoir de mauvaise surprise. Toujours est-il que, sur le plan individuel, les bilans de santé permettent incontestablement d'éviter le développement de certaines maladies, même si d'un point de vue socioéconomique, les études chiffrées sont loin d'être concordantes quant à la rentabilité globale de ce type de démarche préventive...

Pour vous permettre d'aborder l'avenir avec sérénité, *Générations Plus* vous propose, décennie après décennie, une check-list – évidemment non-exhaustive – pour réussir votre check-up!