Panorama : santé

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): **- (2015)**

Heft 67

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

Fatigue chronique?

www.bio-strath.ch

100% naturel

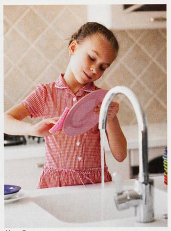
Produit Suisse

Teneur en alcool: 22 % vol.

Strath®
Gouttes convalescence

Pour vos petits-enfants, **lavez la vaisselle à la main!**

Plus fatigante, certes, que l'utilisation du lave-vaisselle, la bonne vieille méthode serait meilleure pour les plus jeunes enfants. Nettoyer les assiettes, les verres et couverts à la main diminuerait le risque de développer des allergies. Pourquoi? L'hypothèse hygiéniste stipule que le lavage en machine serait trop efficace. Dès lors, il n'exposerait pas assez les enfants aux microbes, ce qui les empêcherait de consolider leurs défenses immunitaires. Ces conclusions sont celles d'une nouvelle étude suédoise, publiée dans la revue scientifique *Pediatrics*. La recherche portait sur l'asthme, l'eczéma et la rhinoconjonctivite.



Alena Ozerova

Encore un bon point **pour le café**

Boire plusieurs tasses de café par jour réduirait le risque de sclérose en plaques, selon une publication parue sur le site de l'Académie américaine de neurologie. Un bienfait qui vient se rajouter à d'autres puisque la consommation de caféine a déjà été liée à une réduction du risque de la maladie de Parkinson et d'Alzheimer.

Valentyn Volkov

Constipés, **buvez chaud!**

Aucune honte à avoir. En moyenne, 1 adulte sur 7 souffre régulièrement de constipation. Et voilà une nouvelle qui pourrait bien vous changer la vie: selon un gastroentérologue au Weill Medical College of Cornell University (Etats-Unis), il suffirait de forcer un peu sur les boissons chaudes pour voir disparaître les douleurs, comme par magie. Thé, café, infusions, décoctions, ou même simple tasse d'eau chaude... Toutes les boissons se valent, du moment qu'elles sont à haute température. La chaleur aurait en effet la propriété de dilater les vaisseaux sanguins, donc d'augmenter la pression artérielle et, ainsi, de favoriser le transit intestinal.

77 %

des personnes de plus de 65 ans pensent faire moins que leur âge.

Pensez à votre cœur et préparez le passage à l'heure d'été!

Une étude américaine a démontré que le lundi suivant le week-end du passage à l'heure d'été, on observait une augmentation de 25 % des infarctus. L'explication tient au bouleversement de notre rythme biologique. Outre l'heure de sommeil en moins, nous sommes soudainement soumis à plus de lumière naturelle le soir et moins le matin. Peut-on atténuer le choc de cette transition? Pour les chercheurs, il vaut la peine de se coucher plus vite, entre 30 minutes et une heure les soirs précédents, de réduire l'exposition à la lumière une heure avant de tomber dans les bras de Morphée, de l'augmenter le matin et évidemment de faire de l'exercice physique.

Du thé vert contre le cancer de la bouche?

On connaissait ses bienfaits minceur et sa richesse en antioxydants. Mais le thé vert pourrait aussi être utile contre les cancers de la bouche, selon des chercheurs américains de l'Université de Pennsylvanie. Un peu de patience toutefois avant de remplir votre théière, des études supplémentaires doivent maintenant confirmer ces premiers résultats.

La pomme qui ne brunit pas

Arrivera-t-elle sur nos étals? Pour l'heure, les Etats-Unis ont bel et bien approuvé la mise sur le marché de cette pomme génétiquement modifiée répondant au doux nom d'*Arctic*. Sa particularité: elle ne brunit pas. Les chercheurs ont en effet retiré l'enzyme responsable du brunissement. Pour les scientifiques, il s'agit de lutter contre le gaspillage puisqu'on ne jettera plus les fruits à la moindre coloration. Reste que même au pays de l'Oncle Sam, l'argumentaire ne fait pas l'unanimité. Près de 300 000 signatures ont déjà été récoltées contre ce projet.

Valery121283

Addicts au cocktail de vitamines

Voilà une nouvelle tendance venue d'outre-Atlantique qui fait peur: les «party-drips». Pendant quatre heures, des femmes dont de nombreuses stars se font injecter un cocktail de vitamines dans le but de rester jeunes. On trouve dans ces perfusions de la vitamine C, du magnésium, du potassium, du glutathion, mais aussi une enzyme impliquée dans la régénération des cellules. Cette pratique a évidemment soulevé un concert de protestations dans la communauté médicale qui rappelle le danger des surdosages en vitamines et minéraux, notamment pour le cœur et les reins.

epitact®

VU À LA TV

DISPONIBLES EN PHARMACIES ET DROGUERIES

DOULEURS PLANTAIRES, DURILLONS

COUSSINETS PLANTAIRES

Situé sous l'avant-pied, le capiton plantaire permet de répartir les pressions. Avec l'âge, celui-ci s'use peu à peu entraînant douleurs, échauffements et durillons. Epitact® a créé les Coussinets plantaires à l'Epithelium 26® qui remplace le capiton plantaire défaillant. Lavables en machine, ils ont une longue durée de vie et se portent dans toutes vos chaussures.

EPITHELIUM 26® GEL SILICONE BREVETÉ

SANS E26® AVEC E26®

Coussinets plantaires : 1 paire
S(36-38) Code : 3443732 M(39-41) Code : 3443749
L(42-45) Code : 3443755

Protections lavables et réutilisables

DOULEURS PLANTAIRES + "OIGNON"

COUSSINETS DOUBLE PROTECTION

Si vos douleurs plantaires sont associées à un hallux valgus ("oignon"), 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, ŒILS-DE-PERDRIX

DIGITUBES®

Avec seulement 1 mm d'Epithelium™, le Digitube® protège efficacement l'orteil et soulage la douleur. Portée régulièrement pendant un mois, cette protection lavable et réutilisable favorise la disparition du cor.

Digitubes® : 1 x 10 cm à découper
S (Ø 22mm) Code : 3446653 M (Ø25mm) Code : 3446682
L (Ø 33mm) Code : 3446707

Disponibles en Pharmacies, Drogueries et points de vente spécialisés.

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