

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

**Herausgeber:** Aînés

**Band:** 10 (1980)

**Heft:** 5

**Rubrik:** Chatchien & Cie : chiens de traîneaux

### 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:** 21.02.2026

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

## Facteurs de risques

Il n'y a pas très longtemps, une décision du Tribunal fédéral des assurances a provoqué passablement de réactions et de commentaires dans les milieux médicaux et dans le public. Un patient souffrant de bronchite chronique, entretenue et certainement aggravée par un tabagisme excessif, a vu sa rente AI diminuée de 10% parce qu'il n'avait pas mis fin à ses «coupables habitudes». Il ne m'appartient pas, dans le cadre de cette chronique de prendre position dans cette polémique. Par contre, cette décision a attiré l'attention sur ce que l'on a coutume d'appeler les facteurs de risques. Il s'agit de facteurs susceptibles de

provoquer des maladies ou d'en péjorer l'évolution.

Les principaux parmi ces facteurs de risques sont le tabagisme, l'hypertension artérielle, le diabète, les hyperlipidémies (cholestérol), l'obésité, la sédentarité et enfin le stress. Cette liste n'est pas exhaustive: pensons par exemple à l'alcoolisme et à la drogue, mais ceci touche à d'autres domaines de la pathologie.

Ces facteurs de risques ont été bien étudiés et leur relation de causalité avec certaines maladies a été bien établie à la suite de nombreuses études épidémiologiques. Soulignons également qu'ils sont rarement isolés, mais se trouvent en général associés chez un même individu, leurs effets délétères s'ajoutant alors les uns aux autres pour aboutir plus fatallement à un état morbide, à une maladie.

### Le tabagisme

Prenons l'exemple du tabagisme. La fumée du tabac représente un aérosol de substances cancérogènes qui pénètrent jusque dans les plus petites bronches. Chez certains individus qui sont dépourvus de certaines enzymes, de certaines substances capables de détruire ces carcinogènes, une tumeur pulmonaire peut se développer. Le rôle du tabac dans la formation d'un

cancer pulmonaire a été statistiquement prouvé par l'étude de grandes séries soigneusement étudiées.

Le tabac ne fait pas que faciliter l'apparition de tumeurs pulmonaires, il entretient une irritation permanente des voies respiratoires, une toux caractéristique. Cette irritation en détruisant les cils vibratifs de la muqueuse bronchique et en provoquant une congestion de cette même muqueuse, rend l'expectoration plus difficile. Une bronchite chronique s'installe, un syndrome obstructif dont le nom dit bien ce qu'il veut dire: obstruction des voies respiratoires et finalement dégradation rapidement progressive de la fonction pulmonaire.

Dans le domaine des maladies cardiovasculaires les facteurs de risques jouent un rôle déterminant, ils sont rarement isolés mais se regroupent en association favorisant le développement d'une artéiosclérose et de ses conséquences, les maladies coronariennes, l'infarctus du myocarde, les accidents vasculaires cérébraux. Parmi ces associations, citons: l'obésité - élévation des graisses sanguines et plus particulièrement du cholestérol - état prédiabétique, l'obèse utilisant moins bien le sucre que l'individu normal. Il existe un facteur héréditaire sousjaccent, bien mis en évidence par



## Chatchien & Cie

Myriam Champigny

## Chiens de traîneaux

Une course internationale de chiens de traîneaux, courue en Valais à trois mille mètres d'altitude (sur le glacier de la Plaine Morte), voilà un spectacle insolite «à ne pas manquer» pour ceux qui avaient la bonne fortune de se trouver dans les environs de Crans-Montana au mois de mars dernier. Parmi les pays participants, le Canada, l'Autriche, la France, l'Allemagne et, bien sûr, la Suisse. Les attelages (une quinzaine en tout) se composaient de 3, 5 ou 8 chiens. Deux caté-

gories de parcours: 8 km et 12 km. Très applaudie, Madame Gerdi Stern, de Genève, conductrice d'un des attelages helvétiques, fut classée seconde. Son équipage effectua le parcours de 8 km en 27 minutes et 45 secondes. La performance est remarquable lorsqu'on pense à cette altitude de 3000 mètres qui non seulement faisait de cette épreuve une «première mondiale» mais qui s'avéra éprouvante tant pour les chiens que pour les «mushers». C'est ainsi qu'on appelle le conducteur de traîneau qui, debout, cramponné au centre de direction, stimule les chiens du fouet et de la voix et les dirige. Lorsque l'attelage comprend un nombre impair de bêtes, un chien prend la tête et conduit la meute. On l'appelle chien de tête ou chef de file. Pour un nombre pair, deux chiens de tête, attelés côté à côté, se répartissent la tâche. Dans un équipage, il s'établit une hiérarchie très stricte basée autant sur l'autorité naturelle de certains chiens que sur le dressage. Qu'ils sont donc beaux et surprenants, ces chiens nordiques! Tenant à la fois du loup (les yeux obliques et l'ardente expression sauvage), de l'ours (la fourrure si richement fournie) et du félin (la prunelle en amande, parfois aussi

claire que celle du chat), ils appartiennent à plusieurs races bien différenciées. Lorsque nous parlons, en profanes, du «chien polaire», nous ne distinguons pas toujours le Malamute d'Alaska, grand et puissant, le Husky sibérien (un des «polaires» les plus répandus en Suisse) animal rapide et passionné au museau de renard, l'Eskimo du Groenland, également bien connu chez nous, robuste et vif, dont la robe a des couleurs infiniment variées: entièrement blanche ou entièrement noire, fauve, gris-loup, brun-chamois, gris-bleu, argent ou tachetée. Et puis le Samoyède, à la longue fourrure blanche. C'est lui qui est probablement le plus proche du chien primitif. Doux et affectueux, moins estimé que d'autres comme chien de traîneau, il est utilisé comme chien de trait et chien de berger pour les troupeaux de rennes. Oui, comme ils sont beaux et surprenants, et comme ils sont vaillants surtout! Allant jusqu'à l'extrême limite de leurs forces sans jamais céder ni à la faim ni à l'épuisement. Et tout cela sans autre raison que celle de se dévouer à leur seigneur et maître: l'homme. Pendant des siècles, les habitants de l'Arctique ne purent survivre que grâce à leurs chiens et les

une certaine race de souris obèses, hypercholestérolémiques et diabétiques, mais chez les humains ce facteur n'est pas déterminant dans la plupart des cas. Les causes prépondérantes sont les excès auxquels nous nous livrons tous les jours: excès alimentaires, régime hypercalorique, trop riche en graisses animales et en cholestérol. Il en résulte une augmentation de poids, favorisée par la sédentarité et par la paresse physique qui caractérise le monde actuel. Or il faut savoir que l'exercice physique régulièrement pratiqué, associé à un régime «normal» abaisse et la surcharge pondérale, et le cholestérol, et le sucre dans le sang, diminuant d'autant le risque d'artérosclérose et le diabète confirmé.

### L'infarctus menace

L'hypertension artérielle associée à un excès de cholestérol et aux stress de la vie professionnelle, familiale ou affective favorise conjointement avec l'artérosclérose des gros vaisseaux, l'apparition, par lésion des coronaires, d'un infarctus du myocarde, ou au niveau du cerveau, par le dépôt de cholestérol et rétrécissement des artères l'irrigant, d'accidents vasculaires cérébraux, d'une «attaque».

Le facteur stress n'est pas non plus négligeable dans l'apparition des trou-

bles cardio-vasculaires. Des études récentes ont montré que l'infarctus du myocarde apparaît de plus en plus chez des individus jeunes, et, en étudiant le profil psychologique et social de ces individus, ont mis en évidence l'importance des tensions nerveuses de toute nature dans le déclenchement de ces accidents coronariens. Bien entendu ces facteurs de risques sont aggravés considérablement par le tabagisme.

Pour conclure, le facteur héréditaire mis à part, sur lequel nous ne pouvons exercer aucune influence, les facteurs de risques peuvent et doivent être éliminés par l'observation de quelques règles d'hygiène simple: moins manger, supprimer les aliments riches en graisses animales et en cholestérol, faire davantage d'exercice physique et supprimer le tabac. C'est à ce prix que l'on pourra diminuer la fréquence des maladies cardio-vasculaires. Et les résultats sont là: une étude récente a démontré une réduction significative de l'incidence des accidents cérébraux vasculaires aigus dans cette dernière décennie, et cela surtout chez les personnes âgées. Les traitements modernes de l'hypertension artérielle ont également contribué à ces résultats encourageants.

Dr M. M.



## Bibliographie

### De nouvelles possibilités grâce à une nouvelle carte.

La maison d'édition bien connue Kümmerly + Frey vient de présenter son dernier produit. Il s'agit d'une carte de la Suisse vue à vol d'oiseau au relief plastique et vivant, qui représente notre pays d'une manière impressionnante: la Suisse telle qu'elle est en réalité et telle qu'on ne l'avait jamais montrée. Grâce à la plasticité et à la précision de cette carte à vol d'oiseau, sa lecture, l'orientation sur le terrain sont devenues un plaisir.

La nouvelle carte à coûté 10 000 heures de travail à son auteur, l'artiste Bruno Kersten, et 1000 heures de plus aux cartographes de Kümmerly + Frey.

explorateurs ne seraient jamais parvenus à la maîtrise des pôles sans eux. «Le chien nordique est la clé de voûte de l'exploration polaire» a déclaré Paul-Emile Victor dont on connaît la boutade: «Savez-vous qui atteignit le Pôle Nord en premier? Un chien eskimo, le «tête de file» de l'équipage de Peary, le 6 avril 1909. Et qui, le Pôle Sud? Le chien eskimo «tête de file» de l'équipage Admunsen, le 14 décembre 1911...» Et il ajoutait que les compagnons chiens des explorateurs polaires n'ayant pas la mentalité humaine ne songeaient à revendiquer ni la gloire ni les honneurs attachés à ces conquêtes. (Une allusion sans doute aux rivalités entre Admunsen, Peary et Scott.)

Si je cite Paul-Emile Victor, c'est parce que, fascinée par ces superbes animaux qui transformèrent pendant quelques heures un glacier valaisan en banquise du Grand Nord, j'ai fait, dès le lendemain, l'acquisition d'un magnifique livre du célèbre explorateur intitulé *Chiens de Traîneaux, Compagnons du Risque*, publié chez Flammarion en 1974. Ce livre est passionnant. L'auteur aime, connaît, comprend ses compagnons chiens. Mais surtout il les respecte. C'est peut-être

cela qui m'a le plus frappée. Car justement, en sortant de la librairie de Montana, mon livre sous le bras, j'ai eu l'occasion de réfléchir à cette question de respect. Au bord du trottoir, une grosse cylindrée est en stationnement. Deux jeunes garçons y sont appuyés et regardent à l'intérieur tout en faisant mille singeries, cognant contre la vitre, se livrant à des gestes désordonnés. A l'arrière de l'auto j'aperçois deux magnifiques visages de chiens polaires: c'est à eux que toutes ces simagrées sont destinées. L'un des deux a les yeux foncés, taillés en amande, qui lui donnent ce mystérieux air asiatique. L'autre a ces fameuses prunelles claires qui sont si belles, si impressionnantes que j'ose à peine les regarder en face: on dirait qu'elles reflètent le bleu des glaces polaires... Les deux jeunes humains continuent leurs singeries mais les deux chiens ne bronchent pas, ils sont comme inaccessibles. Les enfants, du coup, perdent intérêt et s'éloignent. C'est alors que, lançant un dernier coup d'œil à ces bêtes splendides, je me sens submergée par une vague d'admiration et de respect devant la noblesse du monde non humain.

M. C.

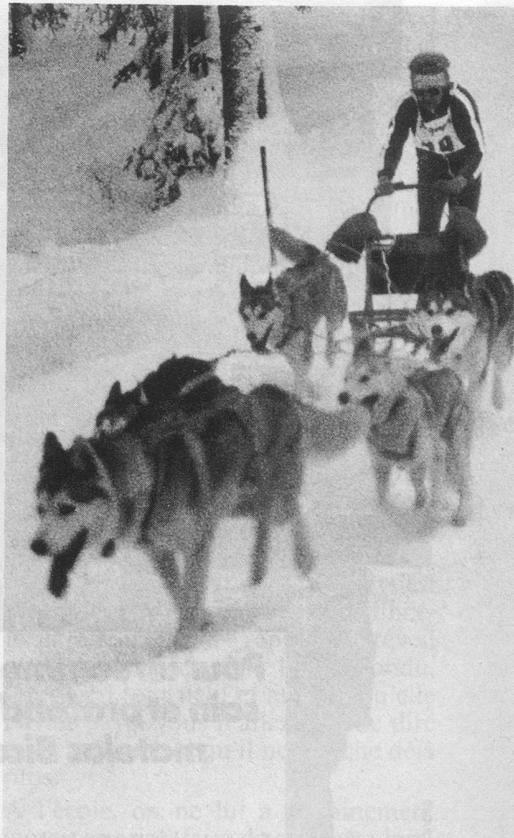


Photo J.-P. Gogniat, Le Noirmont.