

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

**Herausgeber:** Aînés

**Band:** 19 (1989)

**Heft:** 11

**Rubrik:** Nouvelles médicales : la médecine en marche

### 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:** 16.01.2026

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

**JEAN V. MANEVY**  
**NOUVELLES**  
**MÉDICALES**



## La médecine en marche

**Recette de jouvence à la suédoise.** Le «Quotidien du Médecin» rapporte les résultats «étonnantes et convaincantes» de la cure MAFA. Elle a été mise au point et appliquée par un cardiologue suédois, le docteur Paul Hall de Stockholm. La cure qu'il préconise est simple, peu coûteuse et surtout efficace, affirme le docteur Hall. Elle se résume en quatre lettres, MAFA, quatre règles d'or: **M = mouvement**, 10 minutes d'exercice chaque matin pour mettre le cœur en route. **A = alcool**, 4 cl d'aquavit ou un verre de vin tous les jours pour remonter le moral. **F = fisk (poisson)**, au moins deux fois par semaine (les Islandais, gros consommateurs, battent tous les records de durée de vie). **A = aspirine**, la moitié ou un comprimé par jour pour se protéger de l'infarctus. L'efficacité de cette mesure a été prouvée par une enquête ayant porté sur quelque 22 000 médecins américains. A première vue, la cure MAFA apparaît comme une hygiène de vie de bon sens. Et il n'est pas besoin d'être Suédois pour l'essayer.

**25 000 stripplings** au palmarès du phlébologue bruxellois van der Stricht; anesthésie locale et on marche une heure après

avec des jambes sans varices.

**Pilule anti-coma** (empoisonnés ou suicidés) mise au point par le père de la pilule contraceptive, la RU 486, le professeur Etienne Baulieu.

**L'OMS se fâche** contre les cellules fraîches de fœtus de mouton utilisées dans les cures de jouvence: «pratique des plus dangereuses».

**Contre les rides**, une crème chargée d'éponges microscopiques qui diffusent de la retin-A sous la peau, annonce la firme Johnson & Johnson.

**Les épices**, agréables au goût et bonnes pour l'organisme, selon «Le Généraliste»: gingembre (digestion), laurier (sécrétion de la bile), moutarde (motricité du tube digestif), absinthe (activité gastrique).

**60 000 francs suisses** pour «rein à transplanter sur riche étranger», offre une petite annonce parue dans un journal de Hollande où les greffes d'organes ne sont pas réglementées.

**Fini le pipi au lit**, avec un spray nasal «Minirin», annonce le laboratoire parisien Ferring; en parler au médecin ou au pharmacien.

**Bon pour le cœur:** pain complet, noix, agrumes, révèle une enquête de six ans portant sur 34 000 Californiens de l'Eglise adventiste du Septième jour; près de 50% d'attaques cardiaques en moins chez eux.

**Pourquoi la grippe vient de Chine?** Là-bas, les porcs et les éleveurs vivent en promiscuité; les porcs contractent le virus de la grippe chez les canards des rizières, qu'ils transmettent ensuite aux paysans qui le passent aux citadins... qui le donnent aux voyageurs étrangers... qui le diffusent dans le monde entier. Avec l'approche de l'hiver, la vaccination anti-grippe est une sage mesure.

**Contre le mal des transports.** Il s'appelle «Sea-Band» le bracelet élastique en acrylique de 2 cm de large auquel est attaché un petit bouton en plastique. Celui-ci appuie légèrement sur un point d'«acupression» appelé le point Nei-kuan, situé entre les deux principaux tendons à l'intérieur du poignet. Selon les Chinois, ce point contrôle la nausée. Le «Journal of the Royal Society of Medicine» fait savoir que «Sea-Band» prévient non seulement le mal des transports, mais aide également à prévenir les nausées matinales et celles qui sont dues aux traitements chimiothérapeutiques. Pour plus d'efficacité, «Southwest Bands Corp.» de West Palm Beach, en Floride, recommande de porter un bracelet à chaque poignet. Récemment adopté en Grande-Bretagne par la Royal Navy, «Sea-Band» est vendu dans 55 pays (15 dollars les deux bracelets). Les pharmaciens devraient être au courant.

**Attention aux banquets.** L'«American Journal of Clinical Nutrition» rapporte les travaux du docteur John de Castro selon lesquels une assemblée de dîneurs représente une consommation de nourriture 44% plus importante que si chaque personne dinait seule. La bonne diététique ne peut donc se pratiquer qu'en solo.

**Nouvel espoir pour les migraineux.** Un neurologue de l'Université de Stanford, Stephen Peroutka, a découvert un médicament prometteur, le sumatriptan, contre la pénible migraine. Le sumatriptan, rapporte le magazine «Headache», enrayerait la venue de la migraine en empêchant la libération, par le cerveau, des produits chimiques responsables.

J. V.-M.