

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 20 (1990)  
**Heft:** 7-8

**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:** 13.01.2026

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

JEAN V. MANEVY  
**NOUVELLES  
 MÉDICALES**

## La médecine en marche

**Nouveau: la médecine de confort.** Le temps donne raison à l'Organisation mondiale de la santé. Dans les pays bien développés, sa définition de la santé, promulguée en 1948, devient une réalité: «La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social». De gigantesques progrès ont maîtrisé la plupart des grandes maladies. Et la médecine de sauvetage se transforme en «médecine de confort». Un congrès de médecine globale (médecine holistique), réuni au printemps dernier à Lausanne, a confirmé la nouvelle tendance d'une médecine ouverte à toutes les thérapeutiques. Aujourd'hui, balnéothérapie, thermalisme, ostéopathie, acupuncture, kinésiologie, drainage lymphatique, massages, huiles, plantes, oligo-éléments et nourriture équilibrée occupent dans les prescriptions une place grandissante. A côté des très classiques et efficaces antibiotiques, antivirus, analgésiques et psychotropes. Pourquoi ce succès des médecines naturelles? Elles ne provoquent pas d'accoutumance ni d'effets secondaires indésirables.

**Oreille qui siffle se guérit.** C'est un désagrément que les médecins appellent «acouphène». Ils sont parfois très embarrassés pour y apporter un remède. Pas tellement quand il s'agit de petits troubles de la circulation cérébrale, contre lesquels vasodilatateurs et anticonvulsivants donnent de bons résultats. Et aussi lorsque l'examen attentif démasque parfois un bouchon de cérumen. D'autres investigations donnent des résultats décevants car les sifflements sont d'origine psychologique, et dans ce domaine on peut découvrir des choses aussi surprenantes que cet aveu: «Mes oreilles sifflaient parce que, en moi, il y avait quelque chose que je ne voulais pas entendre.» Autrement dit, le patient souhaitait inconsciemment se couper du monde. Une explication franche avec le psychothérapeute a fait merveille. Il y a aussi des acouphènes dont les origines sont des plus surprenantes: une dent mal plombée a joué le rôle d'un récepteur radio à galène. Lorsque le dentiste a remplacé la couronne, les «bruits intérieurs» ont cessé. Quant aux massages crâniens pratiqués par

un ostéopathe sérieux, ils parviennent à faire cesser sifflements et bourdonnements d'oreille.

**Conseils d'ocstogénaires.** Deux bons et prolifiques écrivains, Jules Roy (82 ans), Roger Peyrefitte (82 ans), livrent dans «L'Impatient», journal médical non conformiste, leurs secrets pour bien vieillir: pas de sucres, pas de tabac, pas d'excitants, mais des vitamines, des oligo-éléments et une vie naturelle. «Je marche en forêt, je vais au lit à 21 heures et je me lève à 6 heures», dit Jules Roy. «Un whisky de temps en temps, un ou deux verres de vin, un bon café noir et du jus de pamplemousse. J'aime les bons repas, le couscous, le riz, les pâtes et de l'aioli. Je ne fume pas.»

Roger Peyrefitte est un grand marcheur: «35 000 kilomètres en 35 ans, 8 heures de sommeil, une bonne sieste, bains de boue à Abano (Italie), 18 piqûres de Gérovital roumain à l'automne et au printemps, pas d'alcool, pas de café, pas de tabac.»

**L'hypertension, un mal hérité.** Une vaste enquête, menée par les Instituts nationaux de la santé, est en cours aux Etats-Unis. Elle s'est fixé pour objectif de percer le mystère de l'hypertension (plus de 16-9 selon l'Organisation mondiale de la santé). Il est maintenant établi que les agents de la tension sont: sel, potassium, magnésium, le surpoids et le stress. Une inconnue demeure: hérite-t-on de l'hypertension de ses parents? L'étude de 146 vrais jumeaux, 162 faux jumeaux et 1100 adultes venant de 67 familles différentes, laisse penser que l'hypertension d'une grand-mère peut se retrouver chez sa petite-fille ou sa petite-nièce. Si cela se vérifie, un grand pas aura été franchi dans la prévention de cette affection. Mais, étrange constatation, des enfants adoptés par une famille d'hypertendus présentent fréquemment des signes d'hypertension alors qu'ils n'étaient pas hypertendus avant l'adoption. Pourquoi? On incrimine le stress créé par la situation d'enfant adopté.

**Médicaments: prudence et modération.** C'est le bureau de l'OMS à Copenhague qui tire le signal d'alarme. Lorsqu'on prend de l'âge, l'usage des médicaments devient de plus en plus délicat. Et les médecins, souvent obnubilés par leur désir de stopper une pathologie, ne pensent pas toujours aux conséquences de la prescription. Ils oublient aussi que leur patient peut prendre d'autres médicaments. c'est donc à celui-ci de suggérer qu'il existe des drogues douces et naturelles très efficaces sans action conflictuelle.

J. V. M.