

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 21 (1991)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** 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:** 03.04.2026

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

# La médecine en marche

Jean V.-Manevy

*Confort, bien-être et bon sens, tel était le mot d'ordre au dernier mega Congrès d'Euromédecine réuni à Montpellier, à la fin de 1990. En cinq jours, 750 conférenciers ont parlé pendant 600 heures devant quelque 35 000 médecins. Parmi les acteurs de cette grande parade de la médecine de pointe, se comptaient quinze Suisses: l'élite de l'Hôpital cantonal de Genève et des spécialistes délégués par les prestigieuses firmes Nestlé, Hoffman-Laroche et Sandoz, ainsi que des Instituts de recherche de Berne et de Bâle. Voici les grands moments du dernier Euromédecine:*

Pas de panique avec l'hypertension. Ce que l'Organisation mondiale de la Santé a déjà dit, à Genève, est confirmé par les cardiologues d'Euromédecine: il n'y a pas de chiffres standards (les fameux 12-9) au-delà desquels il y a hypertension; certains vivent bien, sans danger, avec une tension élevée, d'autres supportent mal une tension dite normale. C'est au médecin traitant d'exercer sa vigilance au cas par cas, et, surtout, de veiller à ne pas prescrire systématiquement des médicaments anti-hypertenseurs qui peuvent être dangereux.

Fatigue n'est pas toujours maladie. La plainte la plus fréquente, «docteur, je suis fatigué», ne peut être l'annonciatrice d'une maladie que si elle dure plus de six mois et ne disparaît pas avec un peu de repos. Quand on sait doser son alimentation et mesurer son effort (exercice physique) la fatigue peut n'être qu'une lassitude ou un «manque d'appétit» pour une vie de tous les jours pas toujours très drôle. Les loisirs bien gérés sont la panacée.

L'allergie, c'est dans la tête. Un quart seulement des allergies alimentaires seraient décelables par les tests cutanés. Ce qui signifierait que 75% des boutons ou rougeurs attribués à certains aliments (fraises, crustacés, charcuterie) ne seraient que des réactions psychologiques.

*Les faux seins vivants, reconstruits après ablation, sont en vraie peau. Elle est prélevée sur l'abdomen, sur le «petit bedon». Le docteur Madeleine Lejour (Bruxelles) fait autorité.*

L'œil exploré par des caméras branchées sur des fibres de moins d'un millimètre; l'endoscopie oculaire c'est l'avenir, pour implanter les cristallins ou opérer les glaucomes.

*Eviter les trop fortes lumières, elles attaquent la macula (centre de la rétine). La dégénérescence maculaire touche hommes et femmes: 2% entre 50 et 65 ans, 10% entre 65 et 74 ans, 29% entre 75 et 85 ans.*

Nouvelle chirurgie par endoscopie et laser. Une intervention sur deux aux Etats-Unis, plus de bistouri ni de cicatrice; la télévision surveille; anesthésie moins lourde; 20% d'hospitalisation en moins.

Les douleurs sans cause (polyalgies) embarrassent les rhumatologues; les malades (75% de femmes) souffrent vraiment, mais le site de leur douleur n'est pas localisable; chez eux, psychotropes ou massages font mieux que les calmants; se méfier des charlatans lorsqu'on cherche le bon remède.

Trop de cholestérol (plus de 2 g dans un litre de sang) est dangereux pour le cœur ou les vaisseaux cérébraux, bien qu'on ait dit le contraire; un taux de 2,8 multiplie par trois le risque d'un accident cardiaque. Prévention: alimentation équilibrée, sport, peu d'alcool, pas de tabac; aux Etats-Unis, cette politique a fait baisser de 40% les maladies cardiovascu-

laires en 20 ans (1963-85). Surveillance attentive après angioplastie (nettoyage des artères obstruées) car il y a risque de ré-occlusion dans trois cas sur dix.

*Nouvelle médecine du travail, celle qui associe le médecin de ville au médecin d'entreprise pour que, après un arrêt de travail (maladie ou accident) le salarié soit correctement surveillé. 30% des salariés ne sont pas en pleine possession de leurs moyens, ceci serait dû à la précarité de l'emploi (travail temporaire).*

Stress oui, panique non. Le stress est considéré comme un stimulant social. Mais trop de stress devient anxiété puis angoisse ou encore «panique», grande pourvoyeuse de maladies intestinales et cardiovasculaires.

Bons sports pour les femmes: marche, natation, vélo, ski de fond. Mauvais: équitation, ski de compétition et sports de combat. Prudence avec les piscines d'accouchement (une nouvelle vogue).

*Prothèses de la hanche ou du genou. Grands progrès techniques, mais attention au suivi psychologique (soutien affectif et moral) sans lequel un succès se transforme en échec (dépression).*

Nouvelle dentisterie. Le nec plus ultra est la «fixiture» ou technique d'implantation de dents de secours qui visent à remplacer les prothèses classiques.

Mal manger nuit. Surnutrition (surpoids de 10%) et obésité (surpoids de 20%) sont les alliés de certains cancers (colon, rectum, pancréas, prostate). Manger trop gras et boire de l'alcool favorisent le surpoids et le cancer. Les antidotes: peu de viandes, peu de graisses, beaucoup de vitamines, de légumes et de fibres.

Avant d'aller sous les tropiques, visite chez le médecin pour vaccinations et précautions individuelles contre la chaleur et l'humidité. Eviter crudités et eau du robinet. ■