

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 30 (2000)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Nouvelles médicales  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-826527>

### **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:** 04.04.2026

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

# Nouvelles médicales



## Soins dentaires naturels

Il existe une eau naturelle pour les soins de la bouche et de la dentition. Depuis plus de 100 ans, les spécialistes de Trybol ont mis au point une formule absolument naturelle, utilisable sous forme d'eau et de pâte dentifrice. La recette, à base d'herbes, allie les vertus des extraits concentrés de camomille, d'arnica, de sauge et de menthe, des plantes bien connues pour leur pouvoir antiseptique. On peut utiliser l'eau dentifrice pour des gargarismes et des bains de bouche. Cette solution naturelle confère une fraîcheur buccale très agréable. La pâte dentifrice au fluor et à la camomille et l'eau dentifrice sont également efficaces pour le bien de vos gencives.

**Trybol**, en vente en drogueries et pharmacies.

## Dépister le zona

Le zona est provoqué par le même virus que celui de la varicelle. Après une infection pendant l'enfance, le virus reste à l'état latent dans certains ganglions nerveux et peut être réactivé des dizaines d'années plus tard, par exemple en cas d'affaiblissement des défenses immunitaires dû à l'âge, à d'autres maladies, au stress... Il se manifeste par une éruption cutanée typique sur le trajet des

nerfs en question. Les récurrences surviennent le plus souvent à partir de 50 ans. Quelques jours avant l'éruption cutanée au niveau du tronc, de la face ou des yeux, le zona s'annonce par une légère fièvre, des symptômes grippaux ou des troubles digestifs. Des douleurs peuvent aussi se manifester. Il est recommandé de consulter un médecin dès les premiers signes de la maladie, ceci d'autant plus que certains médicaments peuvent avoir une influence favorable sur le cours de la maladie si le traitement commence très tôt.

## Du ronflement à l'apnée

Ronfler est l'acte physique de respirer en faisant un bruit sourd et guttural pendant le sommeil. Généralement, les ronflements sont surtout perturbants pour les autres, mais n'ont aucune conséquence sur le bien-être et la santé du ronfleur. Cependant, il arrive dans certains cas que le fait de ronfler débouche sur

une affection médicale sérieuse appelée l'apnée du sommeil. En fait, le ronflement est causé par un rétrécissement des voies respiratoires dans l'arrière-gorge. La respiration devient difficile, bruyante et peut, dans certains cas, s'interrompre quelques secondes, provoquant une apnée. L'obstruction des voies respiratoires ne cessera que lorsque l'oxygène dans le cerveau aura atteint un niveau critique et déclenchera le réveil du dormeur. L'apnée du sommeil provoque de la fatigue et de l'irritabilité au réveil. La personne atteinte a du mal à contrôler son poids et peut se plaindre de migraines matinales. Le traitement de cette pathologie commence par une perte de poids et de l'exercice. Il faut éviter les repas trop copieux le soir, l'ingestion d'alcool et de toute médication soporifique. Si les symptômes deviennent sévères, on envisagera alors une thérapie nasale, au moyen d'un appareil insufflant de l'air sous pression.

## ET SI VOUS PRENIEZ LE TEMPS ?

Un peu de temps pour reprendre contact avec un ou une ami(e) perdu(e) de vue et partager quelques moments en sa compagnie. Un peu de temps pour rendre visite à une voisine âgée qui appréciera que l'on pense à elle, à une personne à l'hôpital ou encore en établissement médico-social, qui en ressentira toute la chaleur. Un peu de temps pour accueillir une connaissance ou de la famille à la maison, histoire de partager un morceau de quotidien. Un peu de temps pour échanger un brin de vie, pour partager une collation ou un repas, pour se rendre de

menus services... C'est souvent un plaisir immense pour celui qui a la chance de vous accueillir. Mais pour vous, c'est une occasion de sortir de vos quatre murs – réels ou imaginaires –, d'entretenir votre réseau social, de bouger davantage, de manger mieux et ainsi de prendre soin de votre propre santé physique et psychique.

L'automne qui sonne à notre porte se prête bien à la convivialité.

**Pr Charles-Henri Rapin, Poliger,**  
rue des Bains 35, 1205 Genève.  
Tél. 022/809 82 11

Conseil santé