

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 34 (2004)  
**Heft:** 7-8  
  
**Rubrik:** Prévention

### **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:** 12.01.2026

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



## Sexologie

# Les troubles de l'érection

■ **Quelles sont les nouveautés en matière de produits pouvant m'aider pour mon trouble érectile?**

**Alfred, Genève**

Les principales nouvelles substances à signaler se trouvent dans la catégorie de la pharmacologie orale. Depuis le Viagra (sildénafil), trois autres produits sont apparus, même si aucun n'équivaut à une révolution... Chacun a des avantages et des inconvénients, ainsi que des contre-indications importantes.

Le premier est l'Uprima (apomorphine), qui fonctionne un peu différemment du Viagra. Alors que le Viagra est un inhibiteur de la phosphodiesterase 5 ou PDE5 (son inhibition a comme résultat d'améliorer la relaxation des tissus dans le pénis, d'où l'arrivée de sang), l'Uprima agit de manière plus centrale, dans le

cerveau. L'Uprima fonctionne en environ 20 minutes. Cette substance a l'avantage de ne pas avoir (selon les études) d'effets secondaires majeurs sur le système cardio-vasculaire. Par contre, on peut remarquer des nausées, des sueurs, des vertiges et une somnolence.

Le deuxième produit est le Cialis (tadalafil), qui, comme le Viagra, vise la PDE5 pour l'inhiber, mais un peu plus précisément; par conséquent, il n'a pas deux des effets secondaires du Viagra, la vision «teintée de bleu» et le rougissement du visage. Par contre, il peut y avoir des douleurs du dos et de tête, ainsi que des maux de ventre. Comme le

Viagra, le Cialis ne doit pas être utilisé par les hommes prenant des médicaments pour l'angine de poitrine, ni ceux ayant une pression très basse ou très haute et incontrôlée.

Finalement, mentionnons le Levitra (vardenafil), un autre inhibiteur de PDE5. Ici, les effets secondaires comprennent la nausée, les maux de tête, le rougissement et l'indigestion. Les mêmes contre-indications que pour le Viagra et le Cialis sont à observer.

Quelle que soit la substance choisie, une stimulation sexuelle, au travers des préliminaires, est nécessaire afin que le produit puisse fonctionner. Et comme toujours, n'oubliez pas l'import-



C. Bozzoli

tance du dialogue, de la compréhension et de la confiance.

**Laurence Dispaux,**  
psychologue, sexologue  
ldispaux@hotmail.com

### Pour vos questions

Sexologie ou droits  
Générations  
Case postale 2633  
1002 Lausanne

## Prévention

# Se préserver de la canicule

■ **Conseils pratiques pour bien vivre un été chaud et éviter l'hyperthermie qui frappe les organismes fragiles des enfants et des personnes âgées.**

Un groupe de médecins français a établi sur internet une liste de mesures simples et efficaces qu'il est utile de connaître si l'on fait partie de la population à risques ou si l'on s'occupe de personnes d'un grand âge.

**1. Lutter** contre la température ambiante: la climatisation est un bon moyen, mais qui doit être utilisé avec parcimonie. Il ne faut pas faire descendre la température ambiante en-dessous de 25° et veiller à garder toutes les fe-

nêtres fermées. Le ventilateur, lui, ne fait pas baisser la température, mais la rend homogène dans un local. Il est recommandé de fermer fenêtres et volets sur les façades exposées au soleil, puis de les ouvrir dès la tombée du jour. La méthode de l'évaporation est un autre moyen efficace: arroser les sols afin de les rendre humides (mais pas les tapis, ni les moquettes) fait baisser la température de 2-3 degrés et empêche le dessèchement des muqueuses.

**2. Eviter** la déshydratation: boire toutes sortes de liquides (jus de fruits, eau, tisanes, laitages, etc), et manger des fruits (melon, pastèque, raisin).

**3. Prévenir** l'élévation de la température interne: se découvrir le plus possible, mouiller éventuellement les vêtements. Utiliser un brumisateur d'eau, ou un pulvérisateur de jardin sur le visage, appliquer des lingettes humides sur le front et se rincer régulièrement la bouche.

**4. Surveiller** l'hyperthermie en prenant sa température sous

l'aisselle ou dans la bouche. Si la température est de plus de 38°, appeler un médecin. Si elle est plus basse, appliquer de la glace sous l'aisselle ou au poignet. On peut également envelopper le malade d'un drap mouillé ou faire couler de l'eau froide sur les poignets de la personne pendant quelques minutes. Donner un bain ou une douche de 2 à 3° C sous la fièvre mesurée. Les médicaments fébrifuges ne sont pas utiles dans ces cas d'hyperthermie. **B.P.**