

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 38 (2008)
Heft: 4

Rubrik: Nouvelles médicales

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: 30.01.2026

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

Nouvelles médicales

La listérose,
un ennemi discret

La listérose peut toucher tout le monde. Mais elle est plus virulente chez les personnes affaiblies par une maladie ou par l'âge.

Les personnes âgées, dont le système immunitaire est perturbé par des prises de médicaments, devraient être tout particulièrement attentives à leur alimentation. Les amateurs de fromage au lait cru en ont tous entendu parler: la bactérie *Listeria monocytogenes* est sournoise. En fait, cette bactérie se développe un peu partout et pas seulement dans les fromages à pâte molle: dans le sol, l'eau, la végétation et par conséquent dans de nombreux aliments. La listeria préfère les températures entre 20 et 37°, mais elle subsiste même à 3° dans un réfrigérateur. En revanche, elle ne survit pas à un passage à 60° durant au moins trente minutes. C'est pourquoi on a conseillé la pasteurisation du lait entrant dans la fabrication du fromage.

En fait, il faut se méfier aussi des charcuteries cuites, comme les rillet-

tes ou les pâtés, les produits en gelée et la charcuterie crue. Les crudités, les poissons fumés, les fruits de mer crus ou encore le tarama ou le surimi sont autant de vecteurs de listérose. Parmi les précautions à prendre, il est recommandé d'enlever la croûte du fromage, de laver soigneusement les légumes et acheter des produits de charcuterie emballés plutôt qu'à la coupe. Pour les produits à la coupe, il est sage de les consommer rapidement. Un nettoyage régulier du frigo à l'eau de Javel ou au vinaigre de ménage au moins une fois par mois est un bon moyen de prévention.

Chez les personnes âgées affaiblies, dont l'organisme ne peut éliminer la bactérie naturellement, la listérose peut entraîner une septicémie ou une méningite. Pour les individus en bonne santé, la listérose se traduit par une petite fièvre, une gastro-entérite. ■

Lutter contre la constipation

Un tiers de la population souffre de constipation sporadique, mais parfois aussi chronique. Généralement, elle est provoquée par une alimentation pauvre en fibres. Il existe d'autres causes comme le manque de mouvement, un changement de régime alimentaire ou de climat lors d'un voyage, ou un régime amaigrissant déséquilibré. Un nouveau produit à base de gomme de karaya, appelé *Colosan Travel*, vient d'être lancé sur le marché. La sève de cet arbre est transformée en granules qui, pris avec un volume d'eau, gonflent dans l'estomac et l'intestin, en stimulant l'évacuation des selles. Le recours aux fibres alimentaires du type gomme de karaya fait partie des méthodes douces et non irritantes, contrairement à d'autres laxatifs.



Calvitie féminine

Les femmes perdent souvent leurs cheveux à la ménopause, ensuite, contrairement aux hommes, qui se retrouvent souvent avec des zones complètement chauves, les femmes perdent leurs cheveux de manière plus diffuse.

La chevelure est clairsemée. Le seul moyen palliatif est la transplantation capillaire par microgreffes. Mais ce procédé est coûteux. Une nouvelle technique, venue d'Australie, baptisée *micro-punch*, consiste en une transplantation cheveu par cheveu et non plus par bandes. L'opération peut durer jusqu'à six heures et est aussi très onéreuse.

Il existe aussi un traitement médicamenteux, le *Minoxidil*, qui a une action directe sur la croissance folliculaire en augmentant le débit sanguin au niveau du cuir chevelu. Il freine la chute des cheveux, mais il doit être pris sans interruption, sous peine de voir à nouveau les cheveux tomber.

Journée nationale du cancer

Le 5 mai aura lieu la Journée nationale du cancer de la peau. Les dermatologues pratiqueront un examen gratuit des taches cutanées suspectes.