Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge

Herausgeber: Générations

Band: - (2009)

Heft: 3

Artikel: Ne pas s'en mettre plein la vue!

Autor: B.P.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-832224

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: 20.11.2025

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



Lorsque les capitons plantaires naturels sont devenus défaillants, marcher peut provoquer des sensations de gêne ou de brûlures. Grâce à l'EPITHELIUM 26®, les coussinets discrets epitact possèdent des propriétés viscoélastiques et mécaniques proches de celles des tissus souscutanés, rendant à vos pas toute leur légèreté.

Discrets, lavables en machine, vous les porterez confortablement dans toutes vos chaussures d'été, pendant plusieurs mois.



Le soin des pieds, c'est notre spécialité

Gamme de produits disponible en pharmacies, drogueries et points de vente spécialisés

Distribution: F. Uhlmann-Eyraud SA, 1217 Meyrin

Ne pas s'en mettreplein la vue!

Pour éviter la cataracte, le port de lunettes di soleil est indispensable. En toute saison.

es ultraviolets affectent l'œil tout comme la peau, et les exposition au soleil se cumulent. A un certain âge, on risque bien de le payer si on a négligé de bien se protéger les yeux. Plusieurs maladies peuvent alors survenir. La cataracte, vieillissement prématuré du cristallin rendant la vision moins nette, est en lien direct avec l'exposition aux UV. Plus on y a été soumis sans protection, plus elle se développe précocement. Une personne sur cinq en souffre dès 65 ans, une sur trois dès 75. Des cataractes précoces sont possibles à 40 ans et 20% d'entre elles seraient dues à une exposition

La kératite est une inflammation de la cornée, suite à une trop forte absorption d'UV. L'ophtalmite est un coup de soleil sur l'œil. L'éblouissement, courant en montagne, est douloureux,

La dégénérescence maculaire, ou DMLA, est une affection grave qui atteint le centre de la rétine et cause une perte progressive de la vision. L'exposition prolongée au soleil en est un facteur de risques, tout comme une carence en vitamine C et E, en zinc et en carotène. Les carottes sont donc bonnes pour la vue! La lutéine contenue dans les brocolis, les épinards et les choux aussi. «Il est aussi important d'agir préventivement en mangeant sainement, que de porter des lunettes solaires bien adaptées», confirme l'ophtalmologue français Philippe Bornet, auteur de La Santé de vos Yeux (Ed. du Rocher).

Seniors réfractaires

Fayssal Saker, opticien chez Optic 2000 à Lausanne, constate que les seniors ne sont guère sensibles à la question de la pro-

LE CHÂTEAU DE CONSTANTINE RÉSIDENCE DE VACANCES, REPOS ET CONVALESCENCE

Courts et longs séjours.

Pension complète de Fr. 96 .- à 124 .-

Chambres confortables, grand parc ombragé, Animations



Région Avenches, 1587 Constantine, Vully VD Tél. 026 677 13 18 — www.chateaudeconstantine.com



tection solaire des yeux. «Chez les trentenaires, le message est passé: ils portent des lunettes de soleil et en achètent à leurs enfants, même tout petits, de la même manière qu'ils protègent leur peau avec une crème solaire. Les seniors font encore partie de la génération qui a usé et abusé du soleil sans en connaître les méfaits.» Le professionnel de la vue ajoute que «le port de lunettes solaires reste associé à l'été et aux vacances. Or, en toutes saisons la luminosité peut être très intense. Il faut donc toujours avoir avec soi ses solaires.»

Le lieu et l'altitude conditionnent la violence de la luminosité, mais aussi la réflexion sur une ta-

ble blanche, l'eau, la neige ou le sable. Certes l'œil se protège naturellement en diminuant l'ouverture de la pupille. Cela n'empêche pas les UV d'atteindre les parties les plus sensibles. «Les grands-parents doivent être vigilants avec leurs petits-enfants, car avant l'âge de douze ans, les yeux sont incapables de bien filtrer les UV», précise l'opticien.

Les têtes intelligentes se protègent avec des montures

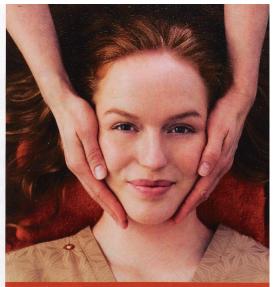
Pour bien choisir ses solaires, il faut:

 Choisir des verres à la norme CF. bloquant 90% d'UVA et 95% d'UVB

Choisir l'indice adéquat de 1 à 4. La teinte du verre importe peu.

- ♦ Indice 1: lunettes de mode offrant peu de protection.
- Indice 2: lunettes à faible indice.
- Indice 3: lunettes polyvalentes.
- ♦ Indice 4: fort indice, utiles en cas de forte luminosité (montagne), mais pas adaptées à la conduite.

Les porteurs de lunettes de vue ont le choix entre les clips, vieillots, et le verre qui fonce. Aujourd'hui, ces verres ont fait leurs preuves. Leur adaptation à la luminosité est de plus en plus rapide et confortable.



Envie d'entendre

widex mind 440

the pleasure of hearing

Le premier appareil auditif avec son hi-



Pour que la musique soi mélodieuse et les parole sibles. Même quand voi son de qualité hi-fi et au mélodies relaxantes uniques Avec Widex, renouez ave les bonheurs du quotidie

Pour une audition sans stress, il n'y a que Wide

Je vous prie de m'envoyer des informations sans engagement sur mind440. Veuillez également m'indiquer où tester sans engagement ce système s'adaptant en permanence aux besoins de son utilisateur.

Nom:

Prénom:

Adresse:

NPA/localité:

Widex Hörgeräte AG, case postale, 8304 Wallisellen