

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge

**Herausgeber:** Générations

**Band:** - (2013)

**Heft:** 44

**Rubrik:** Panorama : santé

#### **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:** 18.02.2026

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

## Le Canada se méfie également des statines

Les statines sont largement utilisées dans la prévention du cholestérol. Mais après les Etats-Unis, onze mois plus tôt, c'est au tour du Ministère canadien de la santé d'avertir ses citoyens de certains risques encourus lors de la prise de cette substance. A

savoir un risque accru de souffrir d'un diabète de type II chez des personnes déjà susceptibles de développer cette maladie. En Europe, les spécialistes considèrent pour leur part que les bénéfices importants de la prise de statines sont à considérer en priorité.

## Les adultes aussi ont peur du noir

Selon une étude canadienne, certaines insomnies à l'âge adulte seraient dues à la peur du noir. Le problème, c'est que si l'on considère normal de laisser une veilleuse allumée chez un enfant, ce geste paraît déplacé par la suite.

PUB

## 4 millions

de petits replis, c'est en moyenne ce que l'on peut compter sur l'intestin grêle qui mesure 4 mètres de long

## Tango, eh bien, dansez maintenant!

Chauvinisme ou réel intérêt médical? Dans les hôpitaux argentins, le tango est fréquemment utilisé comme thérapie permettant notamment à des retraités de renouer avec le monde réel. Si la danse ne guérit pas vraiment, son apprentissage permet aux malades souffrant de psychoses ou autres déficiences de ne plus avoir d'hallucinations, du moment qu'ils se concentrent sur les pas à exécuter. Par ailleurs, le tango oblige les patients à établir un contact avec l'autre. Et n'oublions pas que c'est aussi bon pour la coordination!



Shots Studio

Quel plaisir de t'entendre.

Toni Steinmann, Triengen

Grand test national d'appareils auditifs.  
Testez les nouveautés mondiales 2013!  
Nous mettons gratuitement à votre disposition  
les tout derniers systèmes auditifs. Inscrivez-vous  
dès maintenant sur [www.test-aide-auditive.ch](http://www.test-aide-auditive.ch)

Depuis que j'entends à nouveau ma femme, je la comprehends. Amplifon propose des solutions auditives professionnelles dans ses 79 centres spécialisés. Service et qualité sont notre priorité: nos clients sont conseillés par des audioprothésistes qualifiés et expérimentés. Pour plus d'informations sur l'audition et sur nos conseils professionnels, consultez notre site Internet [www.amplifon.ch](http://www.amplifon.ch) ou appelez le 0800 800 881.



Les experts de l'audition

## Bons pour la ligne, mauvais pour le moral!

**M**ais comment faire juste? En buvant des sodas light, on préserve sa ligne. Mais ne voilà-t-il pas qu'un chercheur américain de l'Institut national pour la santé montre que les consommateurs de boissons light sont plus touchés par la dépression. Le risque supplémentaire de broyer du noir serait d'environ un tiers. Reste à savoir si ce sont bien les édulcorants qui sont en cause ou plutôt l'obésité et le diabète, fréquents chez les amateurs de breuvages sans sucre. A noter au passage que les amateurs de café, au moins quatre tasses par jour, présenteraient eux un risque de dépression inférieur de 10% par rapport à ceux qui n'en prennent pas!

## Comment stopper net le hoquet

**V**ous avez tout essayé: le verre d'eau bu à l'envers, le copain qui vous flanque une grosse claque dans le dos ou la cuillerée de jus de citron, rien n'y fait. Le hoquet subsiste. Les spécialistes du bon truc sont pourtant formels. Un glaçon déposé sur le nombril, relié par un méridien énergétique au diaphragme, permettrait de tuer net toute agitation. Le contact du froid provoquerait en effet une brusque sollicitation de la région, qui se répercute sur les contractions et les apaiserait.

## Méfiez-vous des légumes verts et des salades!



**Q**uel aliment présente le plus de risque d'intoxication dans votre assiette: un crustacé, un champignon ou une salade verte? La réponse est étonnante. D'après les statistiques établies aux Etats-Unis, c'est avant tout des feuilles vertes qu'il faut se méfier. Les salades sont en effet responsables du plus grand nombre d'intoxications alimentaires dans ce pays, loin devant toutes les autres formes d'aliments. Près de 2,1 millions d'Américains sont contaminés chaque année après avoir mangé des salades, épinards et autres légumes à feuilles, soit deux fois plus que le deuxième aliment de la liste, les produits laitiers. Il convient toutefois de préciser que les vertus nutritives des légumes et de la verdure ne sont absolument pas remises en cause, car il s'agit surtout de contaminations par des virus déposés, la plupart du temps, par des personnes malades lors des manipulations entre la cueillette et la vente ou la préparation en cuisine.

NOUVEAU

epitact®  
PODOLOGIE

## ■ ORTHÈSE CORRECTIVE DE L'HALLUX VALGUS

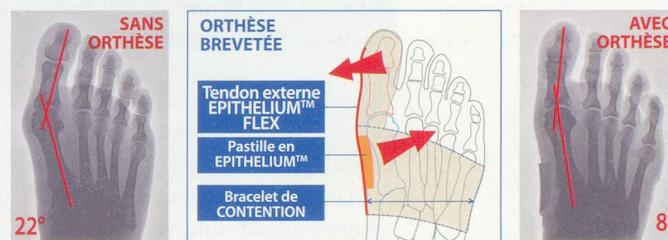


Orthèse brevetée lavable et réutilisable

epitact®

**Indications :** L'orthèse corrige et limite l'évolution de l'hallux valgus tout en soulageant les douleurs articulaires. Elle s'adapte dans toutes les chaussures et agit lors de la marche sur tous les facteurs aggravant la déformation.

SUR CES RADIOS L'ORTHÈSE CORRIGE DE -14° LA DÉFORMATION



- Le tendon externe en silicone EPITHELIUM™ FLEX permet de redresser le gros orteil. Il soulage aussi les douleurs en absorbant les pressions exercées sur l'«oignon».
- Le bracelet métatarsien de contention extra fin et la pastille de contre-appui en Epithelium™ permettent de limiter l'écrasement de l'avant pied.

### Comment choisir votre taille?

Mesurez le contour de votre pied en arrière de votre hallux valgus («oignon»). Voir schéma.

1 orthèse corrective hallux valgus simple  
S Code : 5318304 M Code : 5318310 L Code : 5318327

Si vous hésitez entre 2 tailles, choisissez la plus petite :

S	20 ≤ Ø ≤ 21,5 cm
M	21,5 ≤ Ø ≤ 23 cm
L	23 ≤ Ø ≤ 24,5 cm

**Contre-indication :** L'orthèse ne doit pas être utilisée dans le cas où le gros orteil n'est plus mobile latéralement.

## ■ PROTECTION HALLUX VALGUS, "OIGNON"



Si votre orteil n'est plus mobile latéralement, utilisez la Protection Hallux Valgus simple. Brevetée, elle intègre une pastille d'Epithelium 26° qui limite les pressions et les frottements. Lavable en machine, elle a une longue durée de vie (12 mois en moyenne). Fine et discrète, disponible dans différentes tailles, elle s'adapte dans toutes vos chaussures.

Protection Hallux valgus : 1 pièce  
S (< 24 cm\*) Code : 3443850 M (24-27 cm\*) Code : 3443867  
L (> 27 cm\*) Code : 3444246

\*Mesure du tour de pied

Disponibles en Pharmacies, Droggeries et points de vente spécialisés.

Distribution : F. Uhlmann-Eyraud SA - 1217 MEYRIN  
www.uhlmann.ch - Email : epitact@uhlmann.ch