

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2015)
Heft: 68

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: 11.01.2026

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

Fatigue chronique?

www.bio-strath.ch



A brown glass bottle of Strath Gouttes convalescence with a red cap, sitting on a large rock in a field of wildflowers under a blue sky.

Teneur en alcool: 32 % vol.

Strath
Gouttes convalescence

PANORAMA SANTÉ

Les «petits» cadeaux font toujours les bons amis

I fait bon être médecin chez les Gaulois. Selon l'association Regards citoyens, entre janvier 2012 et juin 2014, les laboratoires pharmaceutiques auraient distribué pour 245 millions d'euros de cadeaux ou d'«attentions» aux praticiens. Dans l'ordre, on retrouve des repas généreusement offerts, suivis de nuits d'hôtels et toute sorte d'hébergements, de transports et aussi des dons. En échange, toujours durant cette période, les entreprises «mécènes» ont signé 235 455 contrats avec des professionnels de la santé. Comme quoi, les «petits» cadeaux font toujours les bons amis.



RAISON

Des chaussettes pour arrêter de ronfler



HP Productions

On peine à y croire, mais c'est le résultat d'une étude canadienne très sérieuse. Pour ronfler moins fort, il suffirait de dormir avec des chaussettes de contention! La circulation retour étant ainsi facilitée, le sang stagnerait moins dans le corps... y compris au niveau du cou et, paraît-il, cela soulagerait les «bûcherons» sévères sujets à des apnées du sommeil.

Soulagez votre dos en dormant!

Le dos bloqué ou tout au moins douloureux, c'est le mal du siècle et ses origines sont multiples. Il n'empêche qu'on peut le soulager avec une bonne position en s'abandonnant dans les bras de Morphée. Selon les scientifiques, les meilleures postures sont celles sur le dos ou en chien de fusil. Les muscles peuvent ainsi s'étirer et se détendre légèrement. Il est bon de privilégier aussi un oreiller pas trop épais et surtout pas un traversin, celui-ci contribuant à tirer sur les cervicales avec une nuque forcément surélevée.

3 kg en moins

C'est la différence entre les femmes qui utilisent les transports en commun et celles qui prennent leur propre véhicule.

Plus besoin de brillantine!

A moitié plein ou à moitié vide, il y a deux manières de voir le verre. Ou plutôt le simple fait de se passer les mains dans les cheveux. On vous le dit tout net, si ce geste est considéré comme sensuel, il contribue aussi à graisser votre attribut capillaire.

Chaque passage des doigts stimule en effet les glandes sébacées par des tractions au niveau des racines et étale le sébum sur les longueurs. Maintenant, si vous êtes adepte des coupes de cheveux des années 50, cela peut faire effet de brillantine.

Des dentistes doivent cracher au bassinet

En Belgique, 115 «arracheurs de dents» ont été pris la main dans le sac ou presque pour s'être fait payer par l'Assurance invalidité des prestations fictives ou lourdement maquillées. Ils ont évidemment été sommés de rembourser. Plus inquiétant, le nombre de fraudeurs correspond en fait à deux contrôles sur cinq effectués. Autrement dit, 43 % des dentistes seraient malhonnêtes. Les tricheurs risquent une peine de prison avec sursis et des amendes de plusieurs dizaines de milliers d'euros.

Manger gras augmente le risque de dépression

Une alimentation riche en matières grasses a pour conséquence une prise de poids et de potentiels problèmes cardio-vasculaires. Jusqu'à, rien de nouveau. Mais à en croire une étude publiée dans la revue américaine *Biological Psychiatry*, la malbouffe pourrait aussi augmenter le risque de dépression. Pas seulement en raison de l'image négative que l'on a de soi, mais tout simplement parce qu'un régime de ce type affecterait concrètement la santé du cerveau. Une inflammation de celui-ci serait la cause du développement d'une dépression.



Un doctorat pour l'amour de son fils

La motivation d'une mère n'a pas de limites. Sage-femme de formation, l'Américaine Terry Jo Bitchell a fait progresser les connaissances sur le syndrome d'Angelman, une maladie rare dont est atteint son fils. Pour ce faire, cette femme âgée de 55 ans n'a pas hésité à reprendre ses études et est sur le point d'obtenir un doctorat en neurosciences afin d'atteindre l'objectif ambitieux qu'elle s'est fixé: trouver elle-même le traitement de son enfant. Aujourd'hui, elle n'est pas loin d'avoir réussi. Le syndrome d'Angelman se manifeste par un déficit intellectuel sévère, l'absence de langage, des troubles de l'équilibre, et un comportement caractérisé par un aspect joyeux, des sourires et rires très faciles.

VU
LATV

DISPONIBLES EN PHARMACIES ET DROGUERIES

■ ORTHÈSE CORRECTIVE DE L'HALLUX VALGUS

Orthèse brevetée lavable et réutilisable

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 -13,5° LA DÉFORMATION

SANS ORTHÈSE
22°

ORTHÈSE BREVETÉE

Tendon externe EPITHELIUM™ FLEX
Pastille en EPITHELIUM™
Bracelet de CONTENTION

AVEC ORTHÈSE
8,5°

- 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