

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2016)  
**Heft:** 79  
  
**Rubrik:** La santé en bref

### **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:** 23.02.2026

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

# AUDISON Retrouvez l'assurance de bien entendre



L'aide auditive presque invisible.

Si petite, performante et confortable...

Portez-la et oubliez-la !

## NOUVEAUTÉS printemps 2016 pour vos oreilles

**Vous pouvez dès à présent les tester et les comparer chez AUDISON, spécialisé dans l'appareillage de l'adulte et de l'enfant malentendants.**

- > Bilan gratuit professionnel de l'audition.
- > Essai 30 jours des appareils auditifs de toutes les marques.
- > Démarches pour la contribution de l'AI/AVS/AM/SUVA.

### 1800 VEVEY

Av. Paul-Cérésole 5 - **TÉL. 021 922 15 22**

### 1870 MONTHEY

Av. de la Gare 15 - **TÉL. 024 471 45 90**

### 1860 AIGLE

Place du Marché 3 - **TÉL. 024 466 68 13**

Possibilité de réglage par Smartphone et Watchpilot



 **AUDISON**  
sàrl  
acoustique médicale  
audison@bluewin.ch

Bon non cumulable et non remboursable. Valable jusqu'à fin juin. Voir modalités en magasin.

MAI 2016

## LA SANTÉ EN BREF

### Végétarisme Ce régime est (aussi) responsable du cancer

En comparant l'ADN de populations tant carnivores que végétariennes, des chercheurs américains ont constaté, chez les personnes qui mangent «vert» depuis plusieurs générations, une mutation génétique entraînant la production d'acide arachidonique, substance connue pour favoriser les maladies inflammatoires et le cancer. Alors, un bon steak pour ce soir?

### Glaucome Mangez comme Popeye!

Vive les légumes verts ! Si le chou kale, la laitue iceberg et les épinards sont efficaces pour diminuer le risque de contracter le glaucome, c'est tout simplement en raison des nitrates contenus dans leurs feuilles. Ceux-ci régulent en effet la circulation du sang, aidant ainsi à diminuer la pression oculaire.



### Vitamine C Plus fort que le citron

Contrairement à ce qu'affirme la croyance populaire, le citron frais n'est pas le champion de la vitamine C. S'il reste une excellente source avec ses 52 mg pour 100 g, le poivron rouge en contient jusqu'à trois fois plus (165 mg pour 100 g) et deux fois plus quand il est consommé cuit (126 mg pour 100 g).



**DE L'HUMANITÉ DEVRAIT ÊTRE  
ATTEINTE DE MYOPIE EN 2050**



## Allergies Un kiwi instructif

Un patient est soudainement devenu allergique aux kiwis à l'âge de 46 ans. Et alors, nous direz-vous? Cette banale réaction est, en fait, une avancée importante en médecine, car elle s'est développée à la suite d'une greffe de moelle osseuse provenant d'une don-neuse... allergique aux kiwis. Grâce à ce patient, des tests plus poussés ont permis de déterminer que les cellules souches sont responsables de nos allergies, et les chercheurs peuvent désormais plancher sur un traitement.

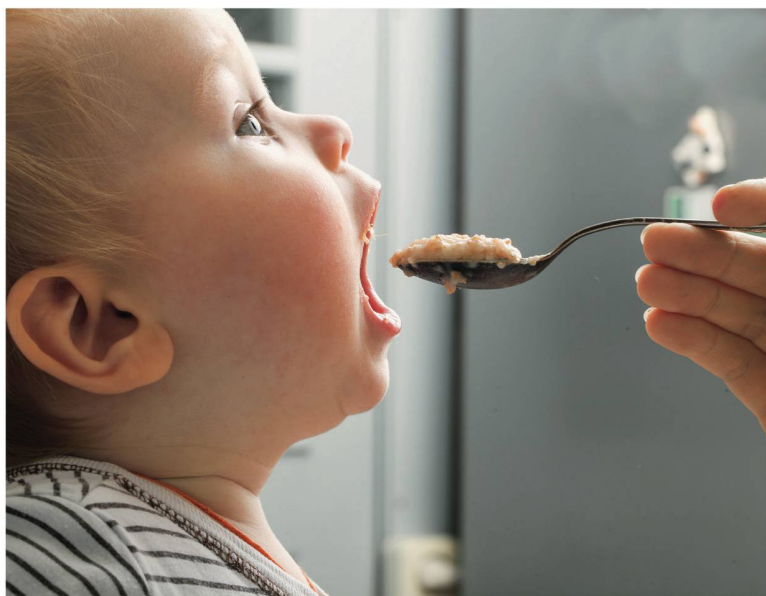


## Tabagisme Fumer nuit gravement à l'emploi

Les accros à la cigarette sont plus exposés au chômage que les autres. C'est la conclusion d'une étude menée à l'Université Stanford auprès de chercheurs d'emploi. Après 12 mois d'enquête, seulement 27 % des fumeurs avaient retrouvé un travail contre 56 % parmi les non-fumeurs.

## Porridge De la bouillie pour une longue vie

Ses vertus sont revendiquées depuis des siècles, mais jamais la sciences ne l'avait prouvé. Eh bien, c'est désormais chose faite! Une étude américaine vient de montrer que la traditionnelle bouillie à base d'avoine, si chère aux pays scandinaves, est source de longévité. Démonstration: un bol par jour réduirait de 5 % les risques de diabète et de cholestérol. CQFD.



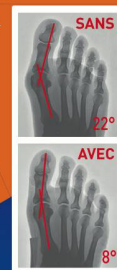
Smith, Oleg Malyshev, Best\_photo\_studio

**epitact®**

DISPONIBLES EN  
PHARMACIES ET  
DROGUERIES

VU à  
la TV

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



## ■ ORTHÈSE CORRECTIVE DE L'HALLUX VALGUS

40°  
LAVABLE ET  
RÉUTILISABLE

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.

- Le tendon externe en silicone EPI-THELIUM™ 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.

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

Orthèse corrective de l'hallux valgus  
S Code: 5318304 1 Pièce  
M Code: 5318310  
L Code: 5318327

S	20 ≤ C ≤ 21,5 cm
M	21,5 < C ≤ 23 cm
L	23 < C ≤ 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

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,  
Drogueries et points de vente spécialisés.

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