

Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2018)
Heft: 105

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: 11.01.2026

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



Le bon choix contre les douleurs.



En cas de douleurs articulaires et musculaires

- apaise les douleurs
- inhibe les inflammations
- désenflant

Ceci est un médicament autorisé. Lisez la notice d'emballage. Vente en pharmacies et drogueries. Iromedica SA, St-Gall.

LA SANTÉ EN BREF

Sommeil La bonne humeur est du côté droit!

Vous êtes grincheux au réveil? C'est peut-être que vous avez sombré dans les bras de Morphée du mauvais côté. C'est en tout cas ce que suggère un sondage britannique réalisé auprès de 3000 adultes. Les personnes dormant du côté droit du lit se lèveraient «plus heureux et mieux équipés pour faire face au stress et aux pressions de la vie quotidienne». Plus sérieusement, on rappelle que le premier commandement pour se lever du bon pied est de respecter un rythme adéquat, soit en moyenne sept heures de sommeil.

Cerveau Ne restez pas assis!

Mais qu'est-ce qui n'est pas néfaste pour notre organisme? A force, on finit par se poser la question. Ainsi, des chercheurs anglais ont déterminé qu'une position assise prolongée peut ralentir l'afflux sanguin vers le cerveau, diminuant ainsi notre productivité et nos capacités cérébrales, sans oublier un risque accru de certaines maladies neurodégénératives, comme la démence.



Diabète Pollution sur le banc des accusés

La pollution serait-elle responsable de 14 % des nouveaux cas de diabète dans le monde? C'est en tout cas ce qu'affirme une étude américaine, publiée dans *The Lancet Planetary Health*. Ses auteurs pensent que l'accusée réduirait la production naturelle d'insuline, empêchant de convertir le glucose sanguin en énergie.

Consultation Vous avez 11 secondes

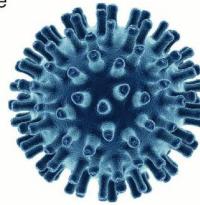
Mieux vaut être concis. Selon une étude américaine, les patients sont interrompus en moyenne au bout de 11 secondes lorsqu'ils expliquent leurs symptômes à un médecin lors d'un rendez-vous. A noter que les généralistes accordent plus de temps de parole à leurs patients que les spécialistes et les interrompent également moins souvent. Lesdits spécialistes ont rétorqué que cela venait du fait qu'ils connaissaient déjà le motif de la visite du patient.





Insolite Payés pour attraper la grippe

Au Missouri (Etats-Unis), un ancien hôtel de la ville a été transformé en centre de recherches. Ses clients, triés sur le volet évidemment, peuvent ainsi y séjourner une douzaine de jours gratuitement et en pension complète. Mieux, ils sont payés 3500 dollars. Il y a toutefois une condition: ils doivent accepter d'être exposés au virus grippal. Là, c'est tout de suite moins drôle.



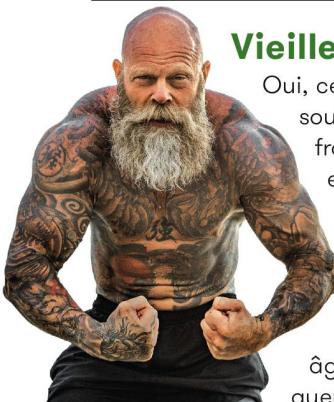
**DORMIR AVEC SES LENTILLES
MULTIPLIE PAR 8 LE RISQUE
D'INFECTION OCULAIRE.**

Assurances Trop de perfusions de fer

Pour combattre l'anémie, rien ne vaut une perfusion de fer. Enfin, c'est l'avis de nombreux médecins suisses qui prescrivent ce traitement pour un coût annuel de 51 millions de francs. Mais ce n'est pas celui des assureurs qui estiment qu'une injection (entre 600 fr. et 900 fr.) pourrait, dans de nombreux cas, être remplacée par la prise de comprimés, voire par un autre traitement. Ils ont donc demandé à l'Office fédéral de la santé publique d'examiner les cas dans lesquels un apport de fer est vraiment indispensable.

Polémique L'huile de coco, un «poison»?

Particulièrement tendance en cuisine, l'huile de coco ne serait pas si bonne que ça pour la santé. Un professeur de l'Ecole de santé publique de Harvard, aux Etats-Unis, affirme même que c'est «un poison pur», plus dangereux que le saindoux, car il contient presque exclusivement des acides gras saturés, qui peuvent obstruer les artères coronaires. Ce n'est pas la première fois que cette huile végétale est pointée du doigt. Il y a un an, l'Association américaine de cardiologie avait déconseillé sa consommation après avoir constaté une augmentation du taux de cholestérol chez des consommateurs.



Vieillesse Des muscles régénérés?

Oui, cette étude n'a pour l'instant porté que sur des souris. Il n'empêche, la trouvaille des chercheurs français de l'Inserm (Institut national de la santé et de la recherche médicale) et de l'Université de Toulouse ouvre des perspectives plutôt séduisantes. Alors que la masse musculaire diminue inéluctablement avec le temps, ils ont prouvé qu'une hormone particulière, l'apeline, restaurait les capacités des souris âgées. Des essais sur l'homme sont donc logiquement prévus pour 2019 déjà!

ARTHROSE DU GENOU



PHYSIOstrap™

L'arthrose du genou entraîne des douleurs et des difficultés à bouger au quotidien. Or l'immobilité peut aggraver votre arthrose! Le PHYSIOstrap™ d'EPITACT® a été spécialement conçu pour soulager la douleur et vous permettre de rester actif. Il contribue à entretenir votre articulation et à limiter l'aggravation de l'arthrose.

Contrairement aux genouillères compressives classiques, le PHYSIOstrap™ maintient et stabilise votre genou sans compresser grâce à sa technologie brevetée EPITHELIUMFLEX®.

Il ne bloque pas le mouvement et n'entraîne pas de fonte musculaire. Souple, fin et confortable, le PHYSIOstrap™ ne glisse pas, ne provoque aucune gêne derrière le genou et se fait oublier sous tous les vêtements.



1 PHYSIOstrap™

XS: 6985362 S: 6985379
L: 6985391 XL: 6985416

M: 6985385

**Existe aussi en versions
SPORT et SKI !**



**DISPONIBLES EN PHARMACIES, DROGUERIES
ET POINTS DE VENTES SPÉCIALISÉS.**

www.epitact.ch

DISTRIBUTION:

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

Ce dispositif médical est un produit de santé qui porte, au titre de la réglementation, le marquage CE. Lire attentivement la notice d'utilisation. Date de mise à jour : 01-2018. Fabricant : MILLET INNOVATION - ZA Champgrand - BP 64 - 26270 Loriol-sur-Drome - FRANCE.