

Nouvelles médicales

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Généralions : aînés**

Band (Jahr): **30 (2000)**

Heft 10

PDF erstellt am: **23.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-826527>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Nouvelles médicales



Soins dentaires naturels

Il existe une eau naturelle pour les soins de la bouche et de la dentition. Depuis plus de 100 ans, les spécialistes de Trybol ont mis au point une formule absolument naturelle, utilisable sous forme d'eau et de pâte dentifrice. La recette, à base d'herbes, allie les vertus des extraits concentrés de camomille, d'arnica, de sauge et de menthe, des plantes bien connues pour leur pouvoir antiseptique. On peut utiliser l'eau dentifrice pour des gargarismes et des bains de bouche. Cette solution naturelle confère une fraîcheur buccale très agréable. La pâte dentifrice au fluor et à la camomille et l'eau dentifrice sont également efficaces pour le bien de vos gencives.

Trybol, en vente en drogueries et pharmacies.

Dépister le zona

Le zona est provoqué par le même virus que celui de la varicelle. Après une infection pendant l'enfance, le virus reste à l'état latent dans certains ganglions nerveux et peut être réactivé des dizaines d'années plus tard, par exemple en cas d'affaiblissement des défenses immunitaires dû à l'âge, à d'autres maladies, au stress... Il se manifeste par une éruption cutanée typique sur le trajet des

nerfs en question. Les récurrences surviennent le plus souvent à partir de 50 ans. Quelques jours avant l'éruption cutanée au niveau du tronc, de la face ou des yeux, le zona s'annonce par une légère fièvre, des symptômes grippaux ou des troubles digestifs. Des douleurs peuvent aussi se manifester. Il est recommandé de consulter un médecin dès les premiers signes de la maladie, ceci d'autant plus que certains médicaments peuvent avoir une influence favorable sur le cours de la maladie si le traitement commence très tôt.

Du ronflement à l'apnée

Ronfler est l'acte physique de respirer en faisant un bruit sourd et guttural pendant le sommeil. Généralement, les ronflements sont surtout perturbants pour les autres, mais n'ont aucune conséquence sur le bien-être et la santé du ronfleur. Cependant, il arrive dans certains cas que le fait de ronfler débouche sur

une affection médicale sérieuse appelée l'apnée du sommeil. En fait, le ronflement est causé par un rétrécissement des voies respiratoires dans l'arrière-gorge. La respiration devient difficile, bruyante et peut, dans certains cas, s'interrompre quelques secondes, provoquant une apnée. L'obstruction des voies respiratoires ne cessera que lorsque l'oxygène dans le cerveau aura atteint un niveau critique et déclenchera le réveil du dormeur. L'apnée du sommeil provoque de la fatigue et de l'irritabilité au réveil. La personne atteinte a du mal à contrôler son poids et peut se plaindre de migraines matinales. Le traitement de cette pathologie commence par une perte de poids et de l'exercice. Il faut éviter les repas trop copieux le soir, l'ingestion d'alcool et de toute médication soporifique. Si les symptômes deviennent sévères, on envisagera alors une thérapie nasale, au moyen d'un appareil insufflant de l'air sous pression.

ET SI VOUS PRENIEZ LE TEMPS ?

Un peu de temps pour reprendre contact avec un ou une ami(e) perdu(e) de vue et partager quelques moments en sa compagnie. Un peu de temps pour rendre visite à une voisine âgée qui appréciera que l'on pense à elle, à une personne à l'hôpital ou encore en établissement médico-social, qui en ressentira toute la chaleur. Un peu de temps pour accueillir une connaissance ou de la famille à la maison, histoire de partager un morceau de quotidien. Un peu de temps pour échanger un brin de vie, pour partager une collation ou un repas, pour se rendre de

menus services... C'est souvent un plaisir immense pour celui qui a la chance de vous accueillir. Mais pour vous, c'est une occasion de sortir de vos quatre murs – réels ou imaginaires –, d'entretenir votre réseau social, de bouger davantage, de manger mieux et ainsi de prendre soin de votre propre santé physique et psychique.

L'automne qui sonne à notre porte se prête bien à la convivialité.

Pr Charles-Henri Rapin, Poliger,
rue des Bains 35, 1205 Genève.
Tél. 022/809 82 11

Conseil santé