Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 17 (1987)

Heft: 2

Rubrik: Dernières nouvelles médicales

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

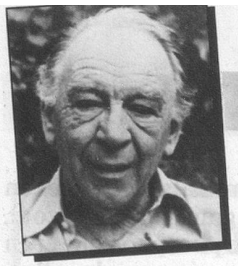
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 04.07.2025

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



JEAN V-MANEVY

Oui, le yaourt est bon pour la santé

Des recherches de haut niveau — menées simultanément à Tokyo, au Nebraska, en Hollande et en France par des universitaires de grand renom pour le compte de syndicats de produits laitiers — confirment le bouche-à-oreille de la sagesse populaire. Chez le lapin, le yaourt fait baisser le taux de cholestérol et réduit les surfaces athéromateuses qui obstruent les artères. Pourquoi pas chez l'homme? Le professeur Daniel Lemonnier, de l'Inserm (Paris), s'efforce de le démontrer. Chez le rat, les produits laitiers fermentés (yaourt en tête) contenant des lactobacilles préviennent la formation des tumeurs du colon. Les médecins hollandais Bol et Huis in't Veld affirment qu'ils ont une action anticarcinogène et anticholestérol. Pour le Japonais Tomotari Mitsuoka, le yaourt, grâce à un nombre important de ferments lactiques, exerce contre les maladies «un effet préventif soit en améliorant la flore et le métabolisme de l'intestin, soit en favorisant la réponse immunitaire» (c'est-à-dire en renforçant la défense de l'organisme contre les infections). Quant à l'Américain Khem M. Shahani, il affirme que les lactobacilles produisent des antibiotiques naturels capables d'enrayer les maladies. Ils sont efficaces dans la prophylaxie des dysenteries, inhibent la croissance d'agents pathogènes dans le vagin et dans les voies urinaires. Ils ont une action anticarcinogène. Et ils diminueraient même l'anxiété en favorisant la production d'acides aminés (phénylalanine et tryptophane). Comme disent les grands-mères devenues centenaires, ainsi que les Kurdes, Caucasiens, Bulgares, Masaïs, etc.: «Vive le yaourt!»

Vivre 110 ou 120 ans...

...sera possible, a déclaré à Montpellier, au cours de l'hypercongrès d'Euromédecine (9000 médecins, 500 conférenciers, 100 journalistes), le cardiologue Paul Puesch. Il a prédit: «Dans les cinq ans à venir, le laser, couplé aux fibres optiques, sera utilisé pour le nettoyage des artères bloquées par des dépôts graisseux.» Quelques jours plus tard, des médecins allemands affirmaient à la radio qu'ils avaient réussi une grande première expérimentale: le nettoyage d'une portion d'artère... avec le laser. Le progrès est en marche. Et quel progrès, puisque les maladies vasculaires comptent pour un tiers parmi les plus redoutables!

La jeunesse du cerveau...

...conservée grâce aux «stimulations», annonce un spécialiste de Montpellier, le docteur Dauverchain. Quelles stimulations? Des électrodes plantées dans le crâne, comme aux chats d'expérience? Non, la stimulation des gestes quotidiens. Le sport et l'exercice physique «revalorisent l'homme âgé qui commençait à douter de lui»; les exercices intellectuels mobilisent les neurones à 100% alors que 30% seulement sont utilisés; la redécouverte de la vie sexuelle et sociale, si elles ont été perturbées; les médicaments nouveaux, judicieusement administrés, «donnent un plus à l'homme vieillissant». Ainsi, se sentant mieux dans sa peau, il retrouve confiance en lui et «regarde l'avenir en souriant».

Le diabète augmente...

...notre poids aussi, et nous continuons à consommer plus de sucre qu'au siècle dernier. Cette maladie avait pratiquement disparu en Europe pendant la dernière guerre. La nourriture, l'alcool, le tabac et l'essence avaient alors été rationnés. La prévention passe donc par la marche quotidienne, une alimentation modérée sans sucres rapides (confiture, bonbons, chocolat) et sans graisses animales, ainsi que la suppression de l'alcool et du tabac.

Contre les rides...

...l'efficacité des implants de collagène (constitutif de la peau) a été démontrée au 7e Congrès de chirurgie dermatologique qui s'est tenu récemment à Londres. Les collagènes d'origine bovine (zyderm, koken), injectés par voie intradermique, assurent non seulement l'effacement de toutes les rides, mais s'intègrent aux tissus et permettent la régénération des cellules du collagène et de l'élastine. Une séance d'entretien est recommandée tous les six mois. Les résultats sont excellents. Les spécialistes de Londres n'ont pas dit à quel âge il faut commencer ces implants. Car c'est dès l'âge de 30 ans que les cellules commencent à se détériorer.

Contre la malaria

Les chercheurs du Centre de lutte contre les maladies infectieuses d'Atlanta (USA) et de l'Institut de recherche médicale Walter et Elisa Hall de Melbourne (Australie) ont réussi à protéger la plupart de leurs singes de type Aotus contre le paludisme, en leur injectant un vaccin à base d'une protéine qui apparaît à la surface des globules rouges du sang infectés par le parasite. Selon le magazine anglais «Nature», qui publie cette information, les chercheurs sont extrêmement optimistes en ce qui concerne la mise au point prochaine d'un vaccin antimalarique. Cette maladie frappe plus d'un milliard d'êtres humains dans les pays les plus pauvres. Elle constitue aussi une menace pour les voyageurs internationaux.

Cerveaux inchangés depuis 8000 ans...

...et parfaitement conservés. Ils ont été découverts par les chercheurs de l'Université de Floride, dans la tourbe des marais de cette péninsule située entre l'Atlantique et le golfe du Mexique. Selon «Nature», les fouilles faites en 1984-1985 ont mis à jour les corps (ou des fragments de corps) appartenant à une quarantaine d'hommes préhistoriques. Certains crânes contenaient une masse grise très fragile ayant toutes les apparences du cerveau tel qu'il se présente aujourd'hui. Les chercheurs américains ont ainsi découvert des restes de neurones. Leur disposition s'est révélée identique, elle aussi, à celle du cerveau moderne. Quant à l'ADN (acide désoxyribonucléique constitutif des chromosomes et support matériel de l'hérédité) qui a été isolé, il permettra d'en savoir plus sur l'évolution génétique de l'être humain depuis la préhistoire.

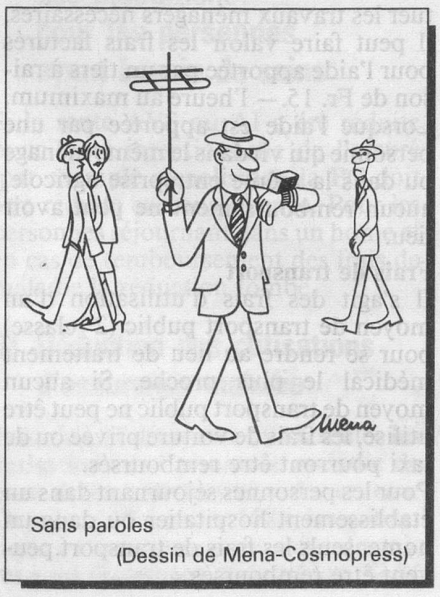
J. M.

La maladie de Parkinson

Parmi les aînés, lecteurs de notre revue, se trouvent sans doute un certain nombre de patients atteints de la maladie de Parkinson. En Suisse, on en recense entre dix et douze mille. C'est une des affections neurologiques les plus fréquentes atteignant surtout les personnes qui ont plus de 60 ans, bien qu'elle se manifeste chez certains sujets qui n'ont pas encore 50 ans.

Les parkinsoniens présentent trois symptômes bien définis: **un tremblement** de la main, du pied d'un des côtés du corps, parfois de la lèvre, **une raideur des muscles** qui ont de la peine à se décontracter et une **pauvreté de mouvements** ainsi qu'une **grande lenteur** de ceux-ci (akinésie).

Certains de ces symptômes sont parfois moins marqués que les autres. La figure des parkinsoniens paraît souvent figée et manquant d'expression. Certains ont beaucoup de difficulté à marcher; ils sont parfois bloqués après avoir fait quelques pas et ont de la peine à se remettre en route. Les chutes sont assez fréquentes ainsi qu'une posture légèrement penchée en avant et une certaine immobilité des bras qu'un parkinsonien ne balancera jamais en marchant. La conséquence de tous ces maux est qu'une personne atteinte de cette maladie, homme ou femme, ne peut plus vivre au même rythme que les bien-portants. Voici un être qui parfois n'a pas encore atteint l'âge de la retraite et dont l'intelligence est intacte et qui ne peut plus ou très difficilement exercer son métier. Qu'advient-il d'une serveuse de restaurant qui tremble en portant des plats, d'un dentiste qui n'a plus la maîtrise de ses mains, d'un facteur dont la marche est incertaine? Les parkinsoniens savent que dans l'état actuel des choses leur maladie peut être soulagée par la prise régulière et fréquente de certains médicaments récents, mais qu'elle est inguérissable. Lorsqu'ils ne sont pas très âgés et que c'est le tremblement qui les gêne avant tout, une opération peut être tentée.



Sans paroles
(Dessin de Mena-Cosmopress)

En Suisse, un chirurgien la pratique dans des cas très précis. Qu'est-ce qui se produit dans le cerveau des personnes atteintes de la maladie de Parkinson? Des cellules bien définies et bien localisées dégénèrent et perdent leur couleur noire normale. On s'est aperçu que ce défaut provenait du manque d'une substance nommée dopamine. La recherche s'est donc centrée dans les années soixante sur la manière de faire absorber aux parkinsoniens le produit qui manque à leur cerveau pour que celui-ci fonctionne normalement.

La découverte essentielle fut celle de la L-dopa que les parkinsoniens prennent maintenant régulièrement sous le nom de Madopar. D'autres médicaments se transforment en dopamine ou se substituant à elle soulagent également le malade. Les médecins généralistes et les neurologues les prescrivent selon l'état de chaque personne.

Les parkinsoniens ne sont généralement pas compris par les bien-portants et se sentent rejetés par la société. Le fait de se croire très différents des autres les démoralise et s'ils ont l'occasion de rencontrer d'autres personnes dans leur état avec lesquelles ils peuvent échanger leurs impressions et se distraire, ils se sentent plus à l'aise et moins démoralisés.

Ceci est la raison pour laquelle quelques éminents professeurs, chefs des services neurologiques d'hôpitaux cantonaux, ainsi que quelques patients atteints de la maladie de Parkinson se sont réunis pour créer une association suisse de cette affection.

Après avoir étudié à fond toutes les possibilités, ils ont tenu une assemblée générale à Berne à fin 1985 à laquelle assistaient plus de deux cents personnes atteintes de la maladie ou directement concernées par elle.

Mme P. Nicollier, responsable à Genève.

L'association s'est répandue dans toute la Suisse. Elle a son siège à Hinteregg (Zurich) où une secrétaire centrale répond à toutes les questions entre 10 et 11 h (tél. 01/984 01 69). Pour la Suisse romande, Mme Pierre Nicollier, membre du comité central et responsable du groupement genevois, répond également à toutes les questions. Adresse: route de Florissant 6, 1206 Genève. Tél. 022/47 49 38 de 8 h à 10 h ou dès 17 h 30.

L'association suisse, comprenant maintenant plus de mille membres, adresse à ceux-ci quatre fois par an un magazine traitant de la maladie (articles consacrés à l'état des recherches, aux appareils facilitant la vie, à la physio ou ergothérapie, aux lieux de vacances) et répondant à des questions dans les deux principales langues nationales (et souvent aussi en italien). La cotisation de membre est de 30 francs par an comprenant le magazine spécialisé.

Des groupements locaux autogérés par des parkinsoniens et des membres de leur famille se créent peu à peu dans diverses régions de la Suisse. Ceux-ci se réunissent régulièrement en général une fois par mois et décident eux-mêmes de leurs activités, simple rencontre amicale, conférences par des spécialistes, promenades en commun pour certains, physiothérapie à l'air ou en piscine chauffée pour d'autres. Il suffit d'être quatre au début mais on peut être aussi cinquante comme à Genève! Si l'on est trop handicapé on n'assiste que très rarement aux réunions mais on sent qu'on ne nous oublie pas. Les parkinsoniens vivent aussi longtemps que les autres membres de notre société et ceci dans tous les pays. Partout des hommes de science recherchent la cause de la maladie et le moyen de la guérir.

Germaine Nicollier