Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2018)
Heft: 103

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: 05.07.2025

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

LA SANTÉ EN BREF

Tourista Malheur au groupe sanguin A!

Elle porte différents petits noms évocateurs: complainte de l'été, danse aztèque, ventre de Delhi ou encore maladie de la mer Rouge. Plus connue chez nous comme la «tourista», elle gâche les séjours à l'étranger de nombreux vacanciers. Cette fichue diarrhée est due, dans la grande majorité des cas, à la bactérie Escherichia coli. Et une étude montre que nous ne sommes pas tous égaux face à elle. Les personnes avec un groupe sanguin A auraient près de deux fois plus de risques d'être touchés. La bactérie sécrète en effet une protéine qui se fixe aux molécules de sucre présentes dans les cellules sanguines de type A et absentes chez celles de types O ou B.

Courgette Reine de l'été

Elle est synonyme, pour beaucoup, de l'été et s'intègre avec légèreté dans une foule de plats. Mais la courgette a d'autres arguments à faire valoir. D'abord, pour ceux qui se soucient de leur ligne, elle est très peu calorique. On peut la consommer crue en salade, cuite à la vapeur ou sur le gril. Excellente contre la rétention d'eau, elle est aussi riche en vitamines C et affiche une bonne teneur en phosphore, en cuivre et en magnésium. Cerise sur le gâteau, on peut en abuser, vu qu'elle est très digeste.

Angoisse Le sucre plutôt deux fois qu'une

Oui, croquer un bonbon en cas de frustration ou d'angoisse procure du bien-être et de l'apaisement. Deux explications à cela. D'abord, un effet purement biologique, puisque sa consommation entraîne une augmentation de l'hormone du bien-être ainsi qu'une baisse des hormones associées au stress. Il faut encore ajouter la dimension psychoaffective associée à cet aliment. Notre culture nous incite, dès le plus jeune âge, à le considérer comme un produit apaisant.

7

HEURES, LE TEMPS QU'UN EUROPÉEN, EN MOYENNE, PASSE ASSIS CHAQUE JOUR.

Génériques Deux fois plus chers en Suisse

Le pire, c'est que la nouvelle n'étonnera personne. On vous le dit quand même: les génériques demeurent deux fois plus chers en Suisse qu'à l'étranger, selon une comparaison des prix établie par Interpharma et santésuisse. Directrice de cette dernière association, Verena Nold estime qu'un prix juste permettrait d'économiser plusieurs centaines de millions de francs, chaque année.

Responsabilité Psychiatre condamné pour sa légèreté

Pas banal. Un psychiatre a été condamné à dix-huit mois de prison pour le meurtre commis par un de ses patients, à Grenoble en 2008. L'homme s'était enfui d'un centre hospitalier avant de se rendre au centre-ville et de poignarder à mort un étudiant de 26 ans. Le problème, c'est que le meurtrier avait déjà commis cinq agressions à l'arme blanche, auparavant. Malgré cela, il avait été autorisé par le psychiatre à sortir dans le parc de son établissement sans aucune surveillance.

Cardio Mangez du poisson deux fois par semaine!

Avant, c'était le vendredi, avait-on coutume de dire. Mais cela ne suffit pas: selon des médecins américains, il faut manger du poisson deux fois par semaine pour protéger son cœur. Et attention, pas du menu fretin. Il faut privilégier ceux qui sont riches en oméga 3 comme le saumon, le hareng ou encore le maquereau.

PicturePartners, chictype et gbh007