**Zeitschrift:** La Croix-Rouge suisse

**Herausgeber:** La Croix-Rouge suisse

**Band:** 79 (1970)

**Heft:** 3

**Rubrik:** La parole à l'Association suisse des infirmières-assistantes et des infirmiers-assistants CC CRS

**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:** 12.07.2025

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

# La parole à l'Association suisse des infirmières-assistantes et des infirmiers-assistants CC CRS

## Les plantes médicinales et les maux de l'âge

Chez les personnes âgées, les médicaments à base de plantes jouent trois rôles distincts: ils ont un effet général favorable sur la santé, ils préviennent des maux chroniques de la vieillesse et, si ceux-ci ont déjà fait leur apparition, ils les adoucissent et les guérissent. Les plantes médicamenteuses ont pour effet de fournir à l'organisme des vitamines et des sels minéraux et activent les fonctions du métabolisme, celles de la vésicule biliaire par exemple.
Chez les personnes vieillissantes, il convient en première ligne de combattre l'artériosclérose ou la calcification des veines. Pour lutter contre la formation de cholestérol dans le métabolisme, on applique surtout des mesures diététiques: restriction des aliments gras et choix des graisses alimentaires. Une plante qui ralentit la formation du cholestérol est le gui qui contient du cholin qui agit sur les fonctions biliaires et influence favorablement la pression sanguine. Dans la diète prescrite aux personnes âgées, on donne une place de choix à l'emploi d'huiles végétales provenant de germes qui non seulement contiennent des acides gras mais sont en outre riches en vitamines. Parmi celles-ci la vitamine E joue un rôle important dans la prévention des maladies de l'âge. On la trouve entre autres dans l'huile de graine de tournesol, dans les graines de lin, dans le maïs, les cacahuètes, le froment, le cresson de fontaine, l'orge, l'avoine, etc. Sont également importantes pour la diététique des personnes âgées la vitamine K que l'on trouve dans le lait et les produits laitiers, ainsi que les vitamines du groupe B contenues dans la levure. Les troubles de l'irrigation sanguine des diverses parties du corps sont favorablement combattus par l'ail et le poireau, la ciboulette. L'emploi de plantes riches en acide silicique, comme la prêle, le poivre d'eau et autres est basé sur les propriétés que celles-ci ont — et que l'on a expérimentée sur les animaux — de conserver et d'améliorer l'élasticité des parois des vaisseaux.
L'on connaît généralement aussi l'influence favorable de petites doses d'iode sur la calcification des artères. Les plantes aquatiques que l'on trouve dans la mer ou sur les plages, contiennent du iode en petite quantité mais en quantité suffisante. L'effet thérapeutique des plantes se fait sentir aussi sur les fonctions cardiaques et la circulation sanguine. L'on utilise beaucoup dans ce domaine l'aubépine dont la feuille, la fleur et le fruit provoquent une dilatation des vaisseaux, entraînant une meilleure irrigation de la paroi coronaire du cœur et favorisant le métabolisme du muscle cardiaque.

(Extrait du *Conseiller VITA* No 148, 1969)

## Assemblée des délégués

Notre association tiendra son assemblée des délégués à Berne le 20 avril, dès 10 h 30, à l'Hôtel Volkshaus, Zeughausgasse.

*Ordre du jour:*

1. Allocution de bienvenue.
2. Nomination des scrutateurs.
3. Nomination de la rédactrice du procès-verbal.
4. Rapport annuel.
5. Comptes annuels.
6. Rapport des reviseurs des comptes.
7. Election du Comité central.
8. Propositions du comité central:
   a) augmentation de la contribution annuelle des membres passifs;
   b) discussion concernant la création à venir d'un secrétariat.
9. Divers.
10. Fin de la partie administrative.

Après le repas de midi: discussion sur le thème: «*Notre Association doit-elle s'occuper d'assistance à la vieillesse?*»
*Introduction:* M. Gysin, membre du Comité central
*Le point de vue de l'AVS-AI:* M. Weber, président de l'ASAG
*Le point de vue de l'employeur:* M. Schweizer, commission de contrôle des hôpitaux, Hôpital cantonal, Liestal
*Fonds de prévoyance du personnel VESKA:* un membre du Conseil de fondation.