Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 19 (1989)

Heft: 4

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

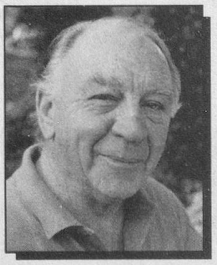
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

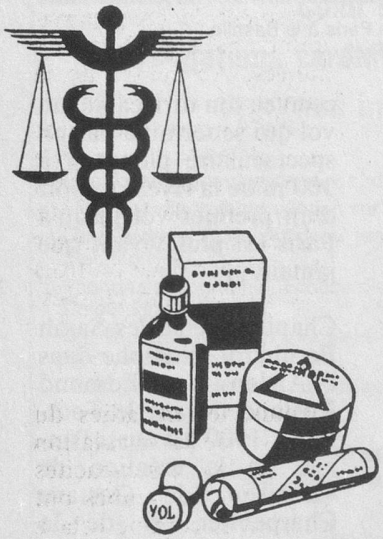
Download PDF: 16.07.2025

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

JEAN V-MANEVY

DERNIÈRES NOUVELLES MÉDICALES





Pas triste, le menu vert! La critique est justifiée et scientifiquement établie:

les repas collectifs (cantines ou restaurants d'entreprises) sont dangereux pour la santé. Les menus qui imposent charcuteries, viandes grasses et pommes-frites sont accusés de fabriquer du cholestérol, allié objectif de la redoutable artériosclérose. Face à cette situation, le service de nutrition de l'Institut Pasteur de Lille a conclu un pacte avec l'un des grands de la restauration industrielle et collective, Sodexho (400 000 repas par jour dans 650 restaurants) pour que tous ceux qui sont contraints de prendre leur repas hors de chez eux aient la possibilité de manger sain. Pour eux a été inventé le «repas alternatif». Baptisé aussi «menu vert», ce repas est équilibré: protéines (céréales et légumineuses), produits laitiers, huile végétale, légumes et fruits. Les employés de l'Institut Pasteur de Lille ont servi de cobayes et 20% d'entre eux ont été convertis. L'expérience de Lille s'inspire de l'exemple d'une célèbre congrégation religieuse: les moines trappistes, végétariens, ont un taux de cholestérol de 2,03 grammes, tandis que leurs «collègues» bénédictins, qui mangent de tout, atteignent 2,50 grammes (la zone dangereuse). Aujourd'hui, «le menu vert» a été adopté par plusieurs dizaines de milliers de Français, dont les travailleurs du Tunnel sous la Manche et le Snack du Conseil de l'Europe à Strasbourg. Un exemple de repas: tarte au saumon ou clafoutis au thon et tomates, salade verte, fromage blanc aux fruits rouges. Autre avantage: le «menu vert» est 30% moins cher que le repas avec frites et graisses.

Pour réduire le cancer de 15%. 1989 est l'année de l'information sur le cancer. Enorme tâche, celle qui consiste à convaincre 320 millions d'Européens que le cancer n'est pas une maladie inéluctable. Si simples pourtant, les mesures préconisées par le Parlement européen: modération avec l'alcool et le tabac, attention au bronzage au soleil, surveiller les grains de beauté, prendre garde aux polluants cancérogènes, manger sain (pas de graisse, beaucoup de fruits et légumes), ne pas négliger une toux persistante, mammographies régulières chez les femmes après 50 ans. Inquiétant résultat d'un sondage: 77% des Françaises sont convaincues de l'utilité de la mammographie, mais 2% seulement la pratiquent. Ce qui prouve que les campagnes d'information ont du pain sur la planche.

Chiens et chats vainqueurs de l'Alzheimer. L'une des expériences rapportées par «Le Quotidien du Médecin» a eu lieu au «Cherry Hill Manor» de Rhode Island, en Nouvelle-Angleterre. Des médecins chargés du traitement de la difficile maladie d'Alzheimer ont donné chiens et chats à leurs patients. Leur comportement s'est modifié de façon spectaculaire. Les échanges avec l'entourage, ainsi que les relations affectives, ont réapparu. Le contact physique des animaux détend les malades dont l'abord devient beaucoup plus facile. Caresser un chat ou un chien réactive la mémoire et éveille les souvenirs. Cette expérience est si prometteuse que les Laboratoires Sandoz (fabricants de médicaments), et la Société protectrice des animaux ont décidé de joindre leurs efforts pour soutenir l'expérience de Rhode Island.

Lait et fromage anti-fracture. Une équipe de chercheurs de San Diego (Californie) a travaillé pendant quatorze ans sur un millier de «cobayes» humains pour établir de façon scientifique ce que le bon sens disait déjà: pour éviter la fragilisation des os, il faut absorber beaucoup, beaucoup de calcium. Et quelle est la meilleure source de calcium? Les laitages et les fromages. Et parmi eux, les yoghourts qui font de beaux centenaires dans le Caucase, et les «gruyères» et autres «comtés» qui font les robustes Jurassiens.

Voir avec les pieds. Des chercheurs britanniques mettent au point un système pour aider les aveugles à éviter les becs de gaz, les bornes routières, les poubelles. Mieux, pour leur dire où traverser une rue, une route, ou reconnaître l'extrêmité d'un quai de gare. Toutes ces indications indispensables à leur sécurité, les aveugles les «liront avec leurs pieds». En effet, les spécialistes préparent à leur intention des surfaces spéciales – boursouflures, ampoules, rayures en relief (comme en Braille) – placées aux endroits stratégiques de la circulation des piétons. On saura, en août prochain, si le projet est réalisable.

Alerte aux fers à friser. Dans une lettre adressée au «New England Journal of Medicine», trois médecins du Minnesota mentionnent trois cas de brûlure à l'œil chez des femmes qui bouclent leurs cheveux avec un fer à friser. Ils demandent aux fabricants de signaler le danger que peut représenter l'utilisation de ces fers: brûlures du troisième degré à la peau et à la cornée. L'une de ces victimes avait laissé glisser son fer sur son œil droit et brûlé 50% de sa surface. Il fallut traiter avec anesthésique, antibiotique, dilateur de la pupille et bandeau sur l'œil pendant trois jours, pour venir à bout de la brûlure. Et de la douleur.

L'OMS se fâche. Les examens médicaux systématiques, pratiqués avant l'embauche des travailleurs de l'industrie alimentaire, sont inutiles. C'est de l'argent mal dépensé. Selon l'Organisation mondiale de la Santé, ces examens sont incapables de dépister des porteurs de maladies. En effet, au moment de l'embauche, les travailleurs sont bien portants. C'est plus tard, lorsqu'ils sont en activité, qu'ils peuvent devenir porteur d'infections. Ainsi la redoutable salmonellose peut être contractée pendant un week-end autour d'un barbecue ou autour d'un plat de saucisses. Pour prévenir de telles maladies, on doit inculquer aux travailleurs – **au moment de l'embauche** – les règles draconiennes dont ils ne doivent jamais s'écarter.

J. V. M.