

Zeitschrift: Générations : aînés
Band: 34 (2004)
Heft: 11

Rubrik: Nouvelles médicale

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.10.2024

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

La santé par la nature

■ Nos aïeux connaissaient parfaitement les vertus des herbes et des plantes. On les redécouvre aujourd'hui pour soigner certaines maladies.

En cas d'arthrose

La vitamine E naturelle hautement dosée a un effet anti-inflammatoire et analgésique. Elle soulage les maux des articulations et rend plus de mobilité, tout en offrant une très bonne tolérance. Elle inhibe l'oxydation des acides gras non saturés à radicaux libres et la formation de nitrosamines cancérogènes. D'origine végétale, la vitamine E est particulièrement bien absorbée par l'organisme. On la trouve sous forme de capsules (Evit 600 et Evit 800) en pharmacie.

Des fruits en hiver

Les confitures Morga sont confectionnées avec soin à partir de fruits de grande qualité mûris au soleil. On les trouve dans de nombreuses variétés douces, mais aussi en qualité bio ou édulcorées au fructose pour les diabétiques. Pour ses confitures, Morga n'utilise que des ingrédients 100% naturels. Une bonne formule pour absorber des fruits au cœur de l'hiver. En vente dans les magasins d'alimentation.



Cannelle contre diabète

Le diabète de type 2 (non insulinodépendant) se répand de plus en plus, compte tenu de notre alimentation trop riche. L'excès de poids représente un facteur de risque important. Dès que les cellules des muscles et des tissus adipeux ne réagissent plus à l'insuline, le glucose en surplus reste dans le sang. Or, on vient de découvrir que la cannelle a la faculté

d'activer le métabolisme du glucose. Après l'absorption régulière d'une petite dose de cannelle, le taux de glycémie se réduit de 20% en moyenne chez les diabétiques de type 2. De plus, la cannelle diminue les taux de graisse et de cholestérol dans le sang. On trouve des comprimés de cannelle «500» en pharmacies et en drogueries.

Troubles de la ménopause

En raison du dérèglement hormonal, deux tiers des femmes souffrent de troubles physiques et psychologiques. Il est possible d'atténuer les troubles légers en recourant à un traitement naturel.

Les extraits de racine d'actée à grappes (*Cimicifuga racemosa*) contiennent des principes actifs qui luttent contre les troubles légers à modérés de la ménopause. Les comprimés «Fe-



micine», parfaitement tolérés, sont disponibles sans ordonnance en pharmacies et en drogueries.

Vigueur et santé

Il est possible de conserver le plus longtemps possible vigueur et bonne santé, en dynamisant sa force physique et mentale. Arrivé à un certain âge, l'organisme n'a pas seulement besoin d'un coup de fouet général, mais aussi de compléments spécifiques pour pallier ses points faibles. Les capsules «quadruple cure» contiennent des extraits de racine de ginseng asiatique, qui améliorent les performances physiques et renforcent la concentration. En capsule ou en tonique, les capsules de «Fortevital» contiennent 12 vitamines et 9 sels minéraux. En vente en droguerie ou en pharmacie.

Quatre tests de prévention

Grâce à quatre nouveaux tests, vous pouvez vous-même prendre en main votre santé à titre préventif. Ces tests indicatifs ne remplacent pas l'examen chez votre médecin, mais ils permettent d'agir efficacement et de prévenir des traitements lourds et onéreux. Ils sont utiles pour contrôler les taux de la glycémie et du cholestérol et détecter le cancer de l'intestin (polype du côlon) et les ulcères de l'estomac. Les tests «Care diagnostica», distribués par la société F. Uhlmann-Eyraud sont disponibles en droguerie et en pharmacie.