

# Prévention

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Généralions : aînés**

Band (Jahr): **34 (2004)**

Heft 7-8

PDF erstellt am: **08.08.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



## Sexologie

# Les troubles de l'érection

■ **Quelles sont les nouveautés en matière de produits pouvant m'aider pour mon trouble érectile ?**

**Alfred, Genève**

Les principales nouvelles substances à signaler se trouvent dans la catégorie de la pharmacologie orale. Depuis le Viagra (sildénafil), trois autres produits sont apparus, même si aucun n'équivaut à une révolution... Chacun a des avantages et des inconvénients, ainsi que des contre-indications importantes.

Le premier est l'Uprima (apomorphine), qui fonctionne un peu différemment du Viagra. Alors que le Viagra est un inhibiteur de la phosphodiesterase 5 ou PDE5 (son inhibition a comme résultat d'améliorer la relaxation des tissus dans le pénis, d'où l'arrivée de sang), l'Uprima agit de manière plus centrale, dans le

cerveau. L'Uprima fonctionne en environ 20 minutes. Cette substance a l'avantage de ne pas avoir (selon les études) d'effets secondaires majeurs sur le système cardio-vasculaire. Par contre, on peut remarquer des nausées, des sueurs, des vertiges et une somnolence.

Le deuxième produit est le Cialis (tadalafil), qui, comme le Viagra, vise la PDE5 pour l'inhiber, mais un peu plus précisément; par conséquent, il n'a pas deux des effets secondaires du Viagra, la vision «teintée de bleu» et le rougissement du visage. Par contre, il peut y avoir des douleurs du dos et de tête, ainsi que des maux de ventre. Comme le

Viagra, le Cialis ne doit pas être utilisé par les hommes prenant des médicaments pour l'angine de poitrine, ni ceux ayant une pression très basse ou très haute et incontrôlée.

Finalement, mentionnons le Levitra (vardenafil), un autre inhibiteur de PDE5. Ici, les effets secondaires comprennent la nausée, les maux de tête, le rougissement et l'indigestion. Les mêmes contre-indications que pour le Viagra et le Cialis sont à observer.

Quelle que soit la substance choisie, une stimulation sexuelle, au travers des préliminaires, est nécessaire afin que le produit puisse fonctionner. Et comme toujours, n'oubliez pas l'import-



tance du dialogue, de la compréhension et de la confiance.

**Laurence Dispaux,**  
psychologue, sexologue  
ldispaux@hotmail.com

### Pour vos questions

Sexologie ou droits  
*Génération*  
Case postale 2633  
1002 Lausanne

## Prévention

# Se préserver de la canicule

■ **Conseils pratiques pour bien vivre un été chaud et éviter l'hyperthermie qui frappe les organismes fragiles des enfants et des personnes âgées.**

Un groupe de médecins français a établi sur internet une liste de mesures simples et efficaces qu'il est utile de connaître si l'on fait partie de la population à risques ou si l'on s'occupe de personnes d'un grand âge.

**1. Lutter** contre la température ambiante: la climatisation est un bon moyen, mais qui doit être utilisé avec parcimonie. Il ne faut pas faire descendre la température ambiante en-dessous de 25° et veiller à garder toutes les fe-

nêtres fermées. Le ventilateur, lui, ne fait pas baisser la température, mais la rend homogène dans un local. Il est recommandé de fermer fenêtres et volets sur les façades exposées au soleil, puis de les ouvrir dès la tombée du jour. La méthode de l'évaporation est un autre moyen efficace: arroser les sols afin de les rendre humides (mais pas les tapis, ni les moquettes) fait baisser la température de 2-3 degrés et empêche le dessèchement des muqueuses.

**2. Eviter** la déshydratation: boire toutes sortes de liquides (jus de fruits, eau, tisanes, laitages, etc), et manger des fruits (melon, pastèque, raisin).

**3. Prévenir** l'élévation de la température interne: se découvrir le plus possible, mouiller éventuellement les vêtements. Utiliser un brumisateur d'eau, ou un pulvérisateur de jardin sur le visage, appliquer des lingettes humides sur le front et se rincer régulièrement la bouche.

**4. Surveiller** l'hyperthermie en prenant sa température sous

l'aisselle ou dans la bouche. Si la température est de plus de 38°, appeler un médecin. Si elle est plus basse, appliquer de la glace sous l'aîne ou au poignet. On peut également envelopper le malade d'un drap mouillé ou faire couler de l'eau froide sur les poignets de la personne pendant quelques minutes. Donner un bain ou une douche de 2 à 3° C sous la fièvre mesurée. Les médicaments fébrifuges ne sont pas utiles dans ces cas d'hyperthermie. **B.P.**