

Panorama : santé

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Génération plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2009)**

Heft 4

PDF erstellt am: **17.07.2024**

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.

Somnolence à hauts risques

La somnolence excessive qui frappe les personnes âgées durant la journée augmenterait le risque de décès. L'équipe de l'Inserm qui a mis en lumière ce phénomène a observé sur 10 ans en France près de 9000 personnes de plus de 65 ans. Interrogées sur leur rythme de sommeil et l'organisation de leur journée, ces personnes ont été suivies sur six ans. Une sur cinq souffre de somnolence excessive durant la journée. Le risque de mortalité est de 33% plus élevé chez les individus présentant ces symptômes.



Dmitrijevs

Boire contre la migraine

Les migraineux ne boivent généralement pas assez. Or le manque de liquide est un facteur favorisant le déclenchement des maux de tête. En été, le risque de déshydratation est courant, mais il est aussi fréquent lors d'un voyage en avion ou encore dans des locaux trop secs, lorsqu'un fort vent souffle, etc. Pensez à

boire beaucoup et surtout régulièrement! Ou alors, mangez une pomme! La pomme a une action préventive, explique la revue de La Ligue suisse pour le cerveau. En effet, sa peau contient de l'acide salicylique, qui comme l'aspirine est efficace contre les maux de tête. On estime que 10 à 25% de la population sont sujets à la migraine.

De caractère optimiste ou pessimiste dès la naissance

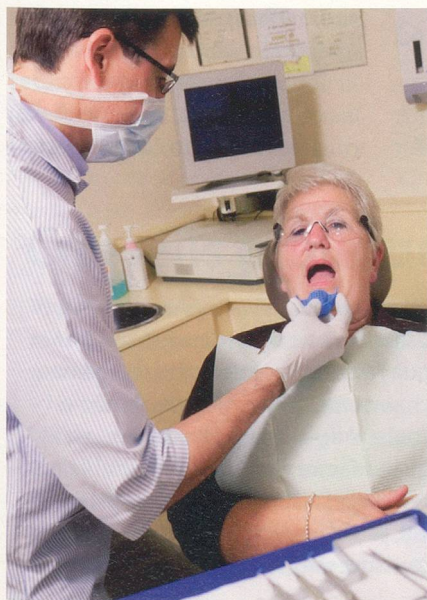
C'est génétique: on est optimiste ou pessimiste. Ce trait de caractère fondamental ne dépend donc pas de la bonne volonté individuelle. Le gène codant le transport de la sérotonine dans le cerveau joue un rôle sur le

tempérament humain. Une équipe britannique a fait passer des tests à deux groupes d'individus possédant différents variants du gène, en leur présentant des images positives et négatives. Ceux qui possèdent deux copies du gène de même

taille, et qui ont une production réduite de sérotonine, ont opté pour des images positives; ceux qui possèdent deux copies du gène de tailles différentes, et qui produisent plus de sérotonine, ont choisi les images négatives.

Cardiaques: surveillez vos dents!

Page réalisée par
Bernadette Pidoux



Monkey Business

Il y a bien un lien entre la parodontite et les maladies cardiovasculaires. Les rechutes sont en effet plus fréquentes lorsque le sujet souffre de cette affection bucco-dentaire qui diminue l'efficacité de la prévention cardiaque.

Rappelons que la parodontite est une maladie infectieuse qui attaque petit à petit le tissu de soutien des dents. Résultats: les dents se déchaussent. Les signes précurseurs sont une inflammation des gencives (rouges et gonflées) et saignement. Selon une récente étude, la relation entre affections cardiovasculaires et problèmes bucco-dentaires a pu être démontrée.

Durant trois mois, la moitié des personnes suivies a bénéficié d'un traitement par antibiotiques (une thérapie visant à prévenir les récurrences d'accident

cardiaque). L'autre moitié a reçu un placebo. Un an plus tard, le taux de rechutes a été examiné: il était plus faible chez les patients traités par antibiotiques... sauf en cas de parodontite.

En d'autres termes, les patients n'ayant pas une bonne santé bucco-dentaire sont plus nombreux à avoir été victimes d'une récurrence dans l'année: 34% contre 21% des patients ayant des dents et des gencives saines. Cette différence est encore plus marquée chez les cardiaques de moins de 65 ans: seuls 10% des sujets pourvus de bonnes dents ont fait des rechutes, contre 34% de patients souffrant des gencives. Conclusion: un contrôle régulier chez le dentiste est essentiel pour tous, mais il l'est d'autant plus pour les personnes cardiaques.