Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2009)
Heft: 4

Rubrik: Panorama : santé

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: 13.07.2025

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

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

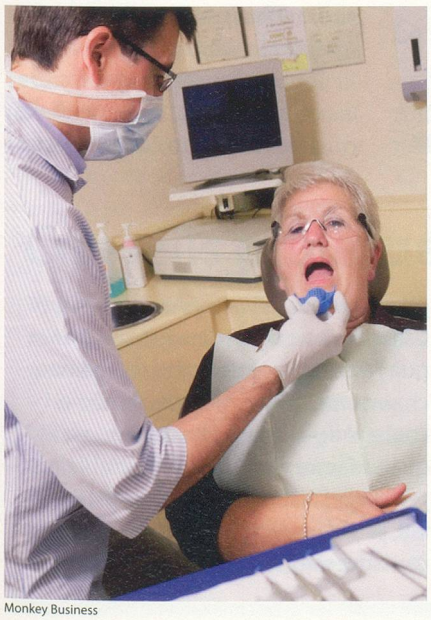
Les migraineux ne boivent généralement pas assez. Or le manque de liquide est un facteur favorisant le déclenchement des maux de tête. En été, le risque de déshydratation est courant, mais il est aussi fréquent lors d'un voyage en avion ou encore dans des locaux trop secs, lorsqu'un fort vent souffle,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