

La santé en bref

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Génération**s

Band (Jahr): - **(2016)**

Heft 76

PDF erstellt am: **12.07.2024**

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.

LA SANTÉ EN BREF

Humeur L'hiver rendrait les femmes agressives

Macho? Selon des chercheurs américains, la saison hivernale aurait un effet négatif sur les femmes, à savoir des sautes d'humeur et une certaine agressivité. En cause? Tout simplement un mécanisme hormonal provoqué par les journées plus sombres.

Mémoire Vive le persil!

Persil, camomille, thym et certaines autres plantes rendraient plus intelligent, selon une étude brésilienne. Elles contiennent en effet de l'apigénine et d'autres substances connues sous le nom de « flavonoïdes » bénéfiques pour la mémoire et l'apprentissage.

Pauvreté Maladies « victoriennes » de retour

Une recrudescence de maladies de l'époque victorienne a été observée au Royaume-Uni : scorbut, scarlatine, choléra, coqueluche, typhoïde, rougeole ou tuberculose, sans oublier les cas de dénutrition en augmentation de 50 % en cinq ans. En cause, l'aggravation de la pauvreté qui résulte, en partie, des mesures d'austérité mises en place par le gouvernement.

**Hygiène Des bactéries, what else?**

Des chercheurs espagnols ont trouvé 67 espèces de bactéries dans le bac de récupération des capsules de neuf machines à café. Normal puisque les « bestioles » adorent les endroits chauds et humides. Et qu'elles migrent ensuite dans les autres parties de l'appareil. Ne reste qu'à nettoyer régulièrement les parties amovibles pour les éliminer.

2 h 30

**C'EST LE TEMPS
NÉCESSAIRE
POUR ÉLIMINER
UN VERRE
D'ALCOOL**

Sommeil Du temps à s'endormir

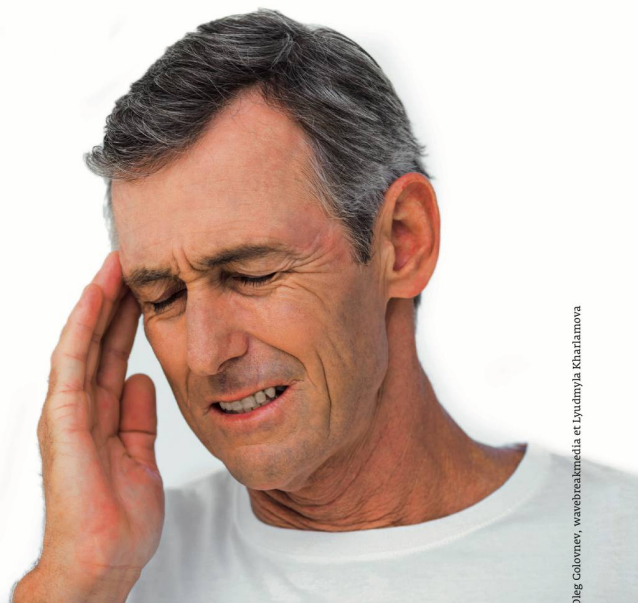
D'après le très sérieux Département de la santé des Etats-Unis, les femmes ont plus de risques de souffrir d'insomnie que les hommes. La raison? Les changements hormonaux lors des cycles menstruels et de la ménopause.

Vision Ne frottez pas vos yeux

Des yeux qui piquent et voilà que nous nous les frottons. Attention, ce geste peut entraîner, à terme, une déformation irréversible de la cornée qui se ramollit et se déforme. Résultat: on voit flou. Donc, on ne se frotte pas les yeux et on se démaquille tout en douceur.

Migraine Un peu de course

Rien ne sert de courir... Faux: en cas de migraine, faire 40 minutes de jogging au moins trois fois par semaine permettrait de réduire le stress, de diminuer les migraines et de mieux dormir.



Oleg Golovnev, wavebreakmedia et Lyudmila Kharlamova