

La santé en bref

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Génération**s

Band (Jahr): - **(2019)**

Heft 108

PDF erstellt am: **13.09.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

Carmol®
pour votre bien-être.

JANVIER 2019

LA SANTÉ EN BREF

Périménopause Une actrice se confie

On en sait beaucoup sur la ménopause, mais la périménopause est un sujet bien moins abordé. En évoquant publiquement ses changements hormonaux dans une vidéo, l'actrice Gwyneth Paltrow a contribué à faire circuler l'information sur cette phase de transition précédant la ménopause. Lorsque la fréquence et la durée des règles commencent à changer peuvent apparaître des bouffées de chaleur, des sueurs nocturnes, de la fatigue, des problèmes de mémoire, des maux de tête, des douleurs dans les articulations et des sautes d'humeur. Ce processus dure environ quatre ans, mais il peut également persister quelques mois ou jusqu'à dix ans.



Hygiène Comment bien laver fruits et légumes ?

C'est un peu la quadrature du cercle. On sait qu'il faut bien laver les fruits et les légumes pour les débarrasser des résidus de pesticides, qu'on trouve même dans le bio. Mais comment procéder pour préserver au mieux leurs vitamines ? Pour les spécialistes, la meilleure méthode consiste à les brosser pour ôter la saleté (terre, poussière...) ainsi qu'une partie des résidus de pesticides et des germes. Puis, on les rince à l'eau, éventuellement additionnée d'un peu de vinaigre blanc, et on les égoutte dans une passoire, un linge ou du papier absorbant (pour les herbes aromatiques, par exemple). Mais gare à ne surtout pas les laisser tremper dans l'eau trop longtemps au risque qu'ils perdent une partie de leurs sels minéraux et de leurs vitamines.

Dépression Santé connectée

Une étude américaine a révélé que les seniors utilisant des fonctions de « chat » vidéo avaient un risque de dépression nettement inférieur aux adultes qui n'utilisaient aucune technologie de communication. Les résultats, publiés dans l'*American Journal of Geriatric Psychiatry* le mois dernier, ont montré que les utilisateurs de boîtes mails, de réseaux sociaux ou de messages instantanés — tel Facebook — présentaient à peu près le même taux de symptômes dépressifs que le groupe qui n'utilisait aucune technologie de communication. En revanche, les amateurs de conversations vidéo — telles que celles disponibles sur Skype ou FaceTime — étaient deux fois moins susceptibles de développer une dépression. Selon les chercheurs, l'attrait de ce « chat » vidéo n'est pas surprenant, puisqu'il engage les utilisateurs dans des interactions face à face plutôt que de les faire défiler passivement dans un flux sur Facebook, par exemple.

malaises

troubles de l'estomac

maux de tête

douleurs articulaires

Ceci est un médicament autorisé. Lisez la notice d'emballage.
Contient 64 vol. % d'alcool. Iromedica SA, St-Gall

**vosre marque de confiance
depuis des générations**

Subsides Un quart des Suisses aidés pour leur assurance

La Confédération et les cantons ont versé près de 4,5 milliards de francs aux assurés, l'an dernier, pour les aider à payer leurs primes d'assurance maladie. Un Suisse sur quatre a bénéficié d'une réduction individuelle de primes d'assurance maladie, l'an dernier: cela représente près de 2,2 millions de personnes, soit 26% de la population. Les montants versés au titre des réductions individuelles de primes (RIP) augmentent moins vite que le coût des primes de l'assurance maladie obligatoire, selon le monitoring publié à la fin de 2018 par l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) sur la réduction des primes. Les primes pèsent ainsi toujours davantage dans le budget des ménages, souligne l'OFSP.



**DES PATIENTS
MENTIRAIENT À LEUR
MÉDECIN.**

Selles Un hôpital parisien lance un appel aux dons

Les Français peuvent se prêter à des collectes de sang ou de plaquettes. Ce qu'ils savent peut-être moins, c'est que le don de matière fécale peut également intéresser les chercheurs. Tel est le cas à l'Hôpital Saint-Antoine du XIII^e arrondissement parisien. L'établissement a publié une annonce notamment sur la page Facebook de la «Communauté Wanted», invitant les volontaires à donner leur caca pour la science.

Imposture Une fausse psy a exercé pendant vingt ans

Dans le genre pas sérieux, les autorités médicales britanniques ont fait leur mea culpa après la découverte d'une imposture passée inaperçue pendant vingt ans. Soit le temps durant lequel une Néo-Zélandaise a pu exercer en tant que psychiatre sans être inquiétée.

L'usurpation a pris fin lorsque cette femme de 56 ans a été emprisonnée pour avoir tenté de falsifier le testament d'une patiente âgée pour empocher plus de 1,5 million de francs. Ce qui lui a valu une condamnation à cinq ans de prison ferme.

AUDISON Pour mieux entendre



Nouveauté mondiale Phonak Audéo™ Marvel

- Qualité sonore inégalée
- Connexion avec tous les smartphones, à la télévision, etc.
- Une merveille multifonctionnelle
- Rechargeable avec les accus longue durée



Un coup de foudre auditif

Essayez GRATUITEMENT et SANS ENGAGEMENTS la nouvelle aide auditive révolutionnaire Phonak Marvel

1800 VEVEY
Av. Paul-Cérésole 5

TÉL. 021 922 15 22

1870 MONTHEY
Av. de la Gare 15

TÉL. 024 471 45 90

1860 AIGLE
Place du Marché 3

TÉL. 024 466 68 13