Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 10 (1980)

Heft: 7-8

Rubrik: Les conseils du médecin : des complications de l'obésité

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: 15.07.2025

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

Les conseils du médecin

Docteur Maurice Mamie

Des complications de l'obésité

Il existe deux type d'obèses, ceux qui le sont devenus parce qu'ils mangent trop et ceux chez lesquels un facteur constitutionnel joue un rôle déterminant. Chez ces derniers, l'obésité ne provient pas d'un dérèglement des glandes endocrines comme on le prétend communément: «C'est les glandes» dit-on dans le public. Ni une hypofonction de la glande thyroïde, le myxœdème, ni une hyperfonction des glandes surrénales, la maladie de Cushing, n'aboutissent à une véritable obésité. Celle-ci est beaucoup plus proche d'un dérèglement des principaux métabolismes notamment de celui des hydrates de carbone et de celui des graisses. Ce rapprochement est bien mis en évidence par une certaine race de souris, obèses, diabétiques et hypercholestérolémiques. Chez l'homme obèse également nous constatons une diminution de la tolérance de l'organisme au glucose, donc un état prédiabétique qui peut à la longue se muer en véritable diabète franchement déclaré, et, comme chez les souris obèses, une élévation du taux sanguin des graisses sous formes d'acides gras et de cholestérol.

Longévité diminuée

L'obésité par conséquent représente un important facteur de risques. C'est ainsi que les statistiques des grandes compagnies américaines d'assurance sur la vie ont mis en évidence une diminution significative de la longévité chez les obèses, quelle que soit l'importance de leur obésité. Cette notion a été controversée ces derniers temps en ce qui concerne les embonpoints encore relativement modestes. Mais tous les auteurs s'accordent pour admettre qu'une surcharge pondérale au-dessus de 20–25% de la normale doit être traitée en raison des facteurs de risques qu'elle implique.

Les principales complications de l'obésité sont d'une part le diabète sucré, trouble du métabolisme des hydrates de carbone, et d'autre part, les atteintes du système cardio-vasculaire, conséquences de l'hypercholestérolémie. Les deux affections sont souvent imbriquées et favorisent le développement de l'artériosclérose, soit une atteinte généralisée du système artériel avec un durcissement et un rétrécissement des artères. Sur cette base se greffe toute une série d'affections cardio-vasculaires, notamment les lésions des artères coronariennes avec leurs conséquences cliniques que sont l'angine de poitrine, l'infarctus du myocarde et la mort subite. Au niveau des vaisseaux irrigant le cerveau, l'artériosclérose, en favorisant les sténoses, les rétrécissements, est à l'origine d'une insuffisance de l'apport sanguin aux structures délicates du tissu nerveux, d'où destruction des secteurs plus ou moins étendus du cerveau, ce qui se traduit sur le plan clinique et fonctionnel par ce que l'on appelle une attaque cérébrale. Il s'ensuit des paralysies, des hémiplégies plus ou moins complètes avec des déficits fonctionnels souvent très graves. L'artériosclérose peut également toucher les petites artères des reins et aboutir à une insuffisance rénale.

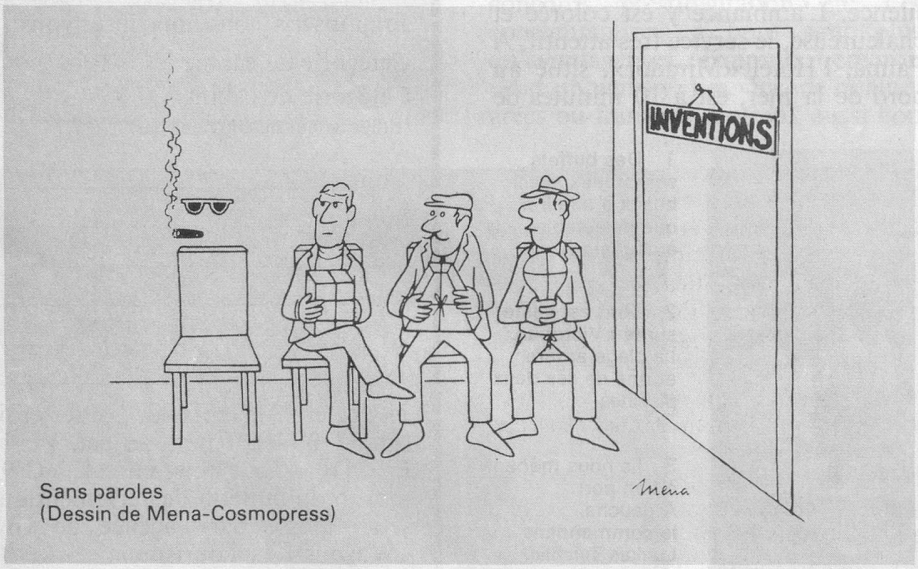
Moins souvent citées, sont les répercussions sur le système respiratoire. Les fonctions respiratoires sont partiellement amputées, ce qui se traduit au moindre effort par de l'essoufflement et de la toux, parfois même de l'asthme d'effort. Il existe un syndrome rare, que l'on ne rencontre que dans les obésités très importantes, syndrome qui a ses lettres de noblesse littéraires puisqu'il est connu sous le nom de syndrome de Pickwick, que Dickens avait décrit dans ses Pickwick Papers: il s'agit d'une somnolence invincible survenant à n'importe quel moment, le patient s'endormant dès qu'il est immobilisé; véritable narcose par insuffisance respiratoire. Ce syndrome disparaît après réduction de poids.

Le soldat et son paquetage

La surcharge pondérale n'est pas sans influencer fâcheusement l'appareil locomoteur. La colonne vertébrale et les articulations doivent porter et mobiliser un nombre appréciable de kilos supplémentaires. Les structures articulaires, les cartilages articulaires s'usent exagérément, un rhumatisme dégénératif s'installe progressivement avec son cortège d'arthroses souvent multiples dont les localisations les plus fréquentes sont la colonne dorso-lombaire et les genoux. L'obèse est en quelque sorte un soldat qui porterait en permanence un paquetage complet. D'où le peu d'inclination des «bons gros» pour le sport et les exercices physiques, et leur sédentarité qui ne fait que favoriser l'accumulation des graisses dans leur tissu adipeux. Le mouvement est seul capable de rompre ce cercle vicieux. Les sudations, provoquées, obtenues dans les saunas ne font pas maigrir: il ne s'agit que d'une perte d'eau, bien vite compensées.

En résumé, pour éviter les complications de l'obésité, il faut s'astreindre à une hygiène de vie comportant la mise en œuvre pour une longue durée d'un régime, c'est-à-dire adopter de nouvelles habitudes alimentaires, et suivre régulièrement et systématiquement un programme de gymnastique et de sport, qui d'une part entretiendra la vitalité et la souplesse du corps, et d'autre part accordera en prime une joie de vivre décuplée.

Dr M. M.



Sans paroles
(Dessin de Mena-Cosmopress)