Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 22 (1992)

Heft: 6

Rubrik: La médecine en marche

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: 07.07.2025

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

La médecine en marche

Jean V-Manevy

Le cœur n'aime pas la solitude

Des chercheurs (cardiologues et psychologues) de l'Université Columbia, à New York, affirment que les sans famille ni ami, quel que soit l'âge ou la condition sociale, sont les victimes privilégiées des maladies de cœur. Le risque de crises à répétition est deux fois plus élevé chez les cardiaques célibataires (hommes et femmes).

Attention aux laisses de chien rétractables

«Le Concours médical» énumère les dangers que ces laisses, mal contrôlées, font courir au visage et aux yeux. Il recommande des ressorts plus mous, des fils très visibles et des modèles mieux adaptés au poids du chien.

Les chercheurs de l'Alzheimer bégayent

1991 avait été une année faste. Les neurologues du monde entier se réjouissaient des informations en provenance des laboratoires de génétique. Ici, on annonçait la découverte d'un gène défectueux; là, la vedette revenait à une mauvaise protéine. Et puis, au fil des premiers mois de 1992, il a fallu déchanter. Les chercheurs les plus prestigieux avouaient eux-mêmes s'être fourvoyés. Déception surtout pour des millions d'Européens et d'Américains atteints de la maladie d'Alzheimer: 10% des plus de 65 ans, 20% des plus de 80 ans. Pour eux, il n'existe toujours pas de traitement, seulement des soins patients, permanents, attentifs et affectueux. Mais les familles et les institutions sont-elles toujours en mesure de leur dispenser ces soins? Pour le docteur Alfred Saillon, psychiatre et spécialiste français de l'Alzheimer, la seule thérapeutique valable, à l'heure actuelle, est «d'aider le malade à vivre et non pas à survivre».

Un responsable de la sciatique démasqué

Il est piriforme, ce muscle situé au plus profond du gras de la fesse. En cas de chute, faux mouvement, glissade, mauvaise position assise, marche d'escalier ratée, ce muscle en forme de poire comprime le nerf sciatique qui court du bas de la colonne vertébrale vers le genou et le mollet. C'est cette compression qui provoque la douleur. On pensait jusqu'ici que seuls les disques vertébraux coinçaient le nerf sciatique, ce qui conduisait à des manipulations vertébrales douloureuses et souvent inutiles. Lorsqu'il est établi que le piriforme est en cause, les médecins prescrivent des exercices d'extension musculaire, des massages de la fesse, ainsi que des séances d'ultrasons et des injections d'antalgiques.

Plus que jamais, des vitamines

Pour vivre aussi vieux que les Japonais, les Américains deviennent fanatiques des vitamines, à condition qu'elles soient naturelles. Aussi les nutritionnistes déconseillent-ils les suppléments vitaminés (vendus en pharmacie), au profit des poissons, légumes et fruits frais. En large quantités, car une seule feuille de salade glissée dans un hamburger est loin d'être suffisante.

Le nouveau menu des gars de la marine

Au lieu d'œufs au lard, foie aux oignons et pâtés à la viande, 380 marins américains ont accepté, pendant six mois, un menu allégé (céréales au lait écrémé, légumes verts et poulet au citron). Résultat: ils ont en moyenne perdu 5 kg et décidé de suivre le même régime lorsqu'ils seront rendus à la vie civile. Adieu au mauvais cholestérol!

Très cher brocoli

Il a la réputation d'être une arme anticancer. Il recèle un élément chimique (sulforaphane), activateur d'enzymes capables d'annihiler les effets carcinogènes de certains aliments. Sans attendre les preuves scientifiques de ces propriétés, le prix du brocoli a bondi de 50% sur les marchés aux légumes de New York.

Vers un cerveau toujours jeune

Il semblait établi que les neurones du cerveau (plusieurs milliards) mouraient dès les premières heures de la vie. Des biologistes de l'Université de Yale viennent de découvrir un facteur de croissance capable de régénérer les neurones endormis par le temps qui passe. Chez les souris. Si cette découverte pouvait s'appliquer à l'homme, on disposerait d'armes efficaces contre des maladies encore mystérieuses: Alzheimer, Parkinson ou Huntington.

Mariage prometteur

Prélude à la fin de la guerre autour de Paris, entre hôpitaux publics et cliniques privées: un accord entre «le monstre» Antoine Béclère (140 000 journées d'hospitalisation par an), et l'aimable Centre chirurgical Marie Lanelongue (champion européen de la greffe du cœur-poumon, 60 par an). Espoir: un nouveau bond en avant de la cardiologie et de la chirurgie cardiaque.

Remède simple contre l'insomnie

En Europe et en Amérique, un adulte sur trois dort mal. Le «New York Times» cite l'exemple de Phyllis Rubin, une secrétaire qui, après vingt ans de valériane ou autre hypnotique, a trouvé sa solution: occuper ses quatre heures d'insomnie à lire, écrire, coudre et faire le ménage. «Mon appartement est le plus propre et le mieux rangé de New York et ne j'ai plus d'angoisse.»