

Zeitschrift: Habitation : revue trimestrielle de la section romande de l'Association Suisse pour l'Habitat

Herausgeber: Société de communication de l'habitat social

Band: 9 (1936)

Heft: 5

Artikel: Le rôle de la peau dans la santé

Autor: Gonzenbach, W. von

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-120316>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 17.05.2025

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

Le rôle de la

PEAU

dans la

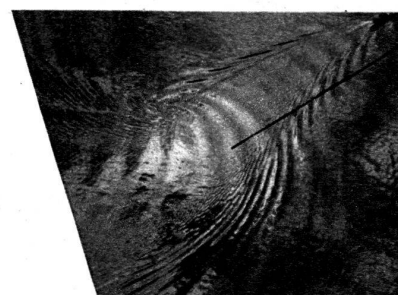
SANTÉ

PAR W. VON GONZENBACH

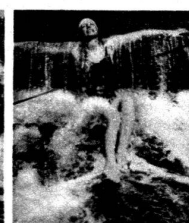
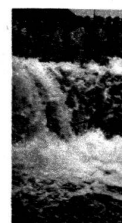
TRADUCTION LIBRE

La santé est l'action commune, harmonieuse et optimale de tous les organes au service de tout l'organisme. Il est donc extraordinaire que la *peau*, malgré ses nombreuses et importantes fonctions hygiéniques, ait été négligée si longtemps et de tant d'hommes.

La peau est un organe de couverture et de protection. Elle s'use constamment par le contact des objets extérieurs, par pression et frottement, aussi sa couche supérieure, l'épiderme, se renouvelle-t-elle plus ou moins rapidement selon le degré d'usure. Sa surface est rendue grasse et souple par la répartition de nombreuses glandes sébacées. La base de l'épiderme est formée par le derme, couche ferme, pourvue de nombreux filaments élastiques, qui prête à l'organe sa fermeté et son élasticité. Le derme contient de nombreux vaisseaux sanguins qui sont reliés entre eux par un réseau de fins vaisseaux capillaires. La peau est ainsi non seulement nourrie, mais elle constitue aussi le régulateur calorifique de l'organisme. En cas de chaleur superflue, elle est fortement congestionnée et laisse échapper au dehors le superflu. L'organisme doit-il,



l'eau stagnante



l'eau courante



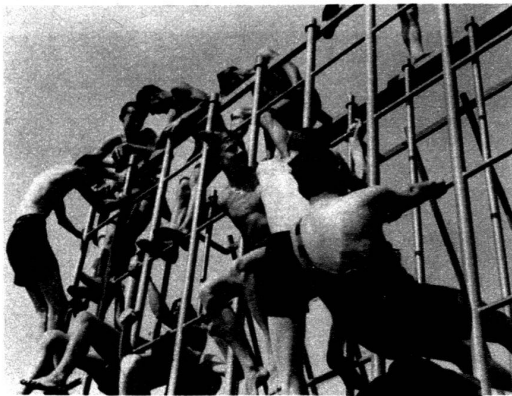
l'eau jaillissante

au contraire, économiser les calories, la peau s'anémie, elle devient pâle. Ce jeu est le résultat de réactions d'une grande sensibilité sur l'annonce des zones chaudes ou froides réparties sur tout l'épiderme. Il va de soi que la peau a encore d'autres possibilités sensorielles, ainsi le toucher et, comme important appareil de protection, la sensation douloureuse.

Lorsque la congestion ne suffit pas au refroidissement, un autre moyen entre en fonction : la transpiration, qui s'effectue par l'intermédiaire des glandes sudoripares réparties dans la peau. Le liquide qu'elles sécrètent s'évapore en arrivant à la surface de l'épiderme et provoque ainsi une forte diminution de température. Dans la transpiration, nous trouvons aussi du sel, des substances odorantes et d'autres qui sont nocives et dont les corps cherchent à se débarrasser. Les glandes sudoripares constituent donc, en quelque sorte, un appareil d'élimination.

L'épiderme et le derme sont reliés aux muscles et os par un tissu cellulaire dans lequel se forme la graisse qui égale et arrondit la surface apparente extérieure. La peau

échauffé naturellement



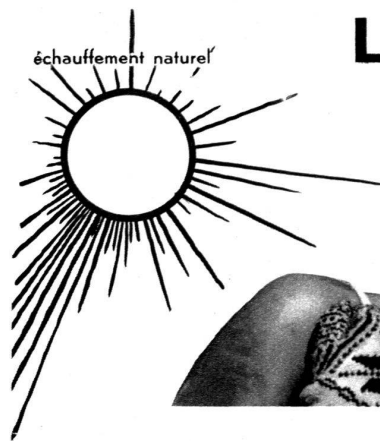
échauffé artificiellement



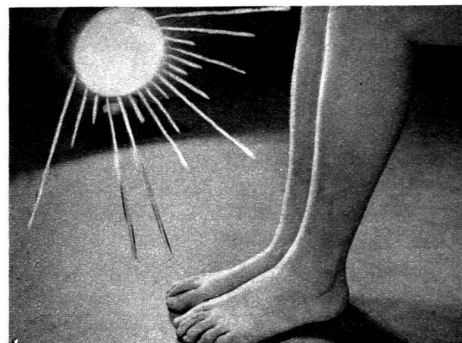
AIR

LUMIÈRE

échauffement naturel



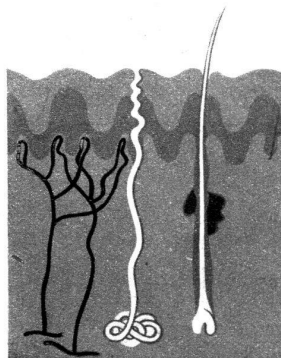
échauffement artificiel



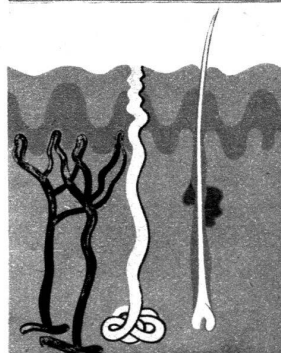
remplit donc encore une fonction esthétique. Le système capillaire participait autrefois à cette fonction en même temps qu'à celle de régulateur de température ; cette toison s'est retirée sur quelques parties du corps : tête, sourcils, etc.

L'homme étant un être *diurne*, la peau remplit encore le rôle de récepteur des rayons solaires. La chaleur de ces rayons pénètre assez profondément au travers de la peau, y facilite la circulation du sang et, par conséquent, son alimentation et la conservation de sa texture. Le mystérieux ultra-violet est transformé dans les couches superficielles en énergie chimique et crée des matières vitales particulières (vitamines). La peau se protège contre l'excès des rayons superflus par la pigmentation.

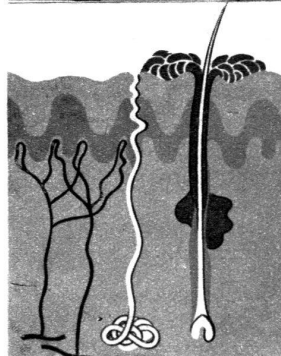
Notre peau est donc un organe multiple ; aussi devons-nous la soigner. Le lavage journalier la nettoie des corps gras, des résidus de transpiration et des déchets de l'usure. Le bain d'air active doucement, le bain d'eau plus activement le jeu de la circulation sanguine et endurecit. Le bain de soleil enfin crée des matières salubres et une sensation de bien-être.



Influence des radiations sur la peau



Les rayons caloriques solaire traversent toute l'épaisseur de la peau et pénètrent jusqu'aux muscles : meilleure circulation du sang, raffermissement de la peau mieux nourrie.



Les rayons ultra-violets se transforment dans l'épiderme en énergie chimique et produisent des substances vitales (vitamines).