

EXCLUSIF NOUS AVONS RETROUVÉ LE FRÈRE SDF DE MADONNA

Dépôt Bruxelles X • Belgique : 1,40 € • G.D.L. : 1,45 €.

CINÉ
TELE
REVUE

L'AMOUR
est dans le pré

**MIREILLE
& MICHEL**

Les dessous
de leur rupture

HALLOWEEN

Le délire
des stars

NOTRE
DV
HARRY
ET LES REVENIRS
(1^{er} partie)
8,70
€
EN PLUS
DE VOTRE
MAGAZINE

Les **DESPERATE HOUSEWIVES** bientôt sans emploi !

- LES LARMES DE LYNETTE
- Une nouvelle saison forte en RÉVÉLATIONS

EXTREME

Les Borlée préparent les I.O. sur un glacier islandais



SAUVEZ VOTRE DOS

Une grande firme pharmaceutique lance une campagne pour mieux faire connaître la spondylarthrite ankylosante sous-diagnostiquée et donc sous-traitée en Belgique.

Cette maladie est pourtant source de déformation particulièrement douloureuses et invalidantes. Elle touche surtout les articulations de la colonne vertébrale (d'où le nom de « colonne en bambou » sur le cliché radiographique). La campagne Back in play, lancée avec le soutien de l'ancien footballeur Paul Van Himst, a pour objectif de favoriser le dépistage et d'encourager les personnes à risque à aller consulter un spécialiste. Cette pathologie concerne un Belge sur deux cents et multiplie par trois l'éventualité de devoir cesser toute activité professionnelle. Une conséquence d'autant plus dramatique qu'elle atteint d'abord les patients jeunes. Après quelques années, la mobilité est déjà réduite. Pourtant, il faut compter en moyenne sept ans avant l'établissement du diagnostic: autant de temps perdu et durant lequel des dégâts irréversibles sont occasionnés. Ramsès II et l'écrivain Bernard Werber font partie des victimes de cette affection.

Le site www.backinplay.be incite à jouer à un jeu de football tout en informant des symptômes de la maladie. Un test santé permet de détecter si on est à risque.

Le voici :

- Une douleur/raideur dorsale apparue progressivement.
- Une douleur/raideur apparue tôt le matin, qui dure plus de 30 minutes.
- La sensation de se sentir mieux en bougeant et moins bien au repos.
- Des perturbations du sommeil, en particulier lors de la seconde moitié de la nuit, à cause de la douleur.
- Une persistance des symptômes ci-dessus durant plus de trois mois.
- Des symptômes ayant commencé pour la première fois avant l'âge de 40 ans.

Si vous avez répondu oui à quatre symptômes typiques décrits ici, nous vous conseillons de consulter un médecin.

Une cause majeure de cécité

Le glaucome, une affection caractérisée par une élévation de la tension oculaire, s'il n'est pas soigné, peut rendre aveugle. Seule une consultation ophtalmologique permet de le détecter.

L'humeur aqueuse est un liquide fabriqué quotidiennement par l'œil. Chaque jour, la quantité produite est égale à celle éliminée. Les glaucomes surviennent lorsqu'on en produit trop ou qu'on l'élimine mal. La tension oculaire augmente et cause une détérioration du nerf optique. Cela va d'un brouillage de la vue (avec apparition de halos) à une perte irréversible de la vision.

Normalement, l'élimination du liquide aqueux s'effectue dans l'angle irido-cornéen, situé entre l'iris (partie colorée de l'œil) et la cornée (membrane transparente qui entoure l'avant du globe oculaire). Cet angle peut être ouvert ou fermé.

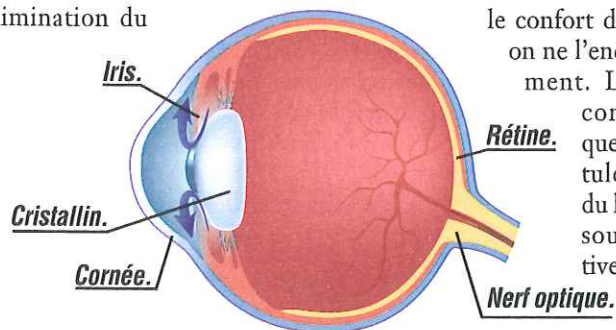
Le glaucome à angle ouvert représente, dans nos contrées, 90 % des cas. Il ne s'accompagne d'aucune douleur ni d'aucun symptôme particulier. Il est impossible de savoir si l'on est atteint d'une forme débutante de cette maladie sur base des signes que l'on peut observer soi-même. Seul un examen auprès d'un ophtalmologue permet de le détecter et d'agir quand il est encore temps. Contrairement au premier, et beaucoup plus rare, le glaucome à angle fermé (ou glaucome aigu) ne passe pas inaperçu. Il se manifeste par l'apparition soudaine d'une douleur sourde et persistante, associée à des nausées et des troubles de la vision. C'est une urgence médicale, imposant une intervention immédiate.

FACTEURS DE RISQUE

Age (plus de 40 ans), antécédents familiaux ou traumatiques, cataracte, tumeur oculaire, diabète, hypertension artérielle, maladie cardiaque...

TRAITEMENT

Un collyre sera prescrit à vie. Si celui-ci s'avère insuffisant, il faut alors réaliser une intervention chirurgicale tout à fait bénigne pour diminuer la pression et stabiliser la vue. L'opération dure une heure et le temps passé en clinique est de quatre ou cinq heures. Une anesthésie locale est pratiquée : des médicaments sont donnés pour le confort de l'opéré, mais on ne l'endort pas totalement. L'intervention consiste à pratiquer une petite fistule d'évacuation du liquide oculaire sous la conjonctive. ■



LES BONS CONSEILS DE JULIEN

STOPPER LE HOQUET

Causé par des spasmes incontrôlables du diaphragme, le hoquet n'est pas si facile à interrompre malgré la quantité importante de trucs de grand-mère qui circulent. On pense, par exemple, à boire un verre d'eau la tête baissée, à bloquer sa respiration ou à se faire peur... Rien de sérieux et des idées parfois saugrenues! Le but caché de ces astuces est de réussir à focaliser son attention sur une action précise afin de stopper les spasmes. L'efficacité laisse cependant à désirer. En aromathérapie, on préconise l'utilisation d'huiles essentielles réputées pour leurs vertus antispasmodiques. On peut ainsi appliquer au doigt une seule goutte d'huile essentielle de basilic ou d'estragon pure sous la langue. Les spasmes atténués, le hoquet cesse rapidement. Attention, le goût est puissant et ce conseil ne convient pas pour les enfants en dessous de 6 ans ni pour les femmes enceintes.



Spécialiste des huiles essentielles et du bien-être au naturel, Julien nous propose chaque semaine ses bons tuyaux. Ces conseils ne remplacent aucunement l'avis d'un médecin, seul apte à poser un diagnostic et à soigner.

Tous les conseils bien-être de Julien et des recettes en vidéo sur www.lessentieldejulien.com