

Le conseil du Dr GROG

EXOTISME ET MOUSTIQUES

Au moment des vacances de printemps, les organisateurs de voyages s'ingénient à proposer des séjours exotiques à prix réduits. N'oubliez pas que, pour les moustiques, les climats tropicaux permettent de transmettre le paludisme toute l'année... Avant de partir, vérifiez s'il y a du « palu » dans l'endroit où vous allez, demandez à votre médecin quel médicament prendre à titre préventif en tenant compte de votre destination, n'oubliez pas de commencer à le prendre dès le départ (« en montant dans l'avion »).

Une fois sur place, sortez couverts (manches longues), n'hésitez pas à utiliser ces affreuses crèmes qui ont le mérite de faire fuir les moustiques et, pendant la nuit, abritez votre lit sous une moustiquaire. L'exotisme ? Une maladie pour les touristes complètement piqués...

Source : Open Rome

Le Dico du doc

AUTO-QUESTIONNAIRE

Rien à voir avec une enquête chez votre garagiste... Il s'agit ici d'évaluer par vous même si vous avez un risque particulier « d'attraper une maladie particulière ». La mise au point de ce type d'outil médical est beaucoup plus compliquée qu'il n'y paraît. L'auto-questionnaire le plus simple et le plus performant est probablement celui qui a été mis au point par des psychiatres écossais. Il ne comporte que 4 questions. Faites-le, vous allez voir, c'est très percutant :

- Avez-vous déjà ressenti le besoin de diminuer votre consommation de boissons alcoolisées ?
- Votre entourage vous a t'il déjà fait des remarques au sujet de votre consommation ?
- Avez-vous déjà eu l'impression que vous buviez trop ?
- Avez-vous déjà eu besoin d'alcool dès le matin pour vous sentir en forme ?

Si vous répondez « OUI » 2 fois ou davantage, la probabilité d'une consommation excessive et d'une éventuelle dépendance à l'alcool est très élevée !

A noter : depuis que l'auteur de ce numéro du Doc' du jeudi a fait ce test, il a sérieusement diminué sa consommation de pastis...

Source : Wallace P, Haines A. Use of questionnaire in general practice to increase the recognition of patients with excessive alcohol consumption. *British Medical Journal*, 1985, 290: 1949-1953.

Météo antibio

Risque de

- | | |
|--------------------|-------------|
| - Grippe | très faible |
| - Bronchiolite | très faible |
| - Inf respiratoire | faible |

L'envoi intempestif aux « laboratoires spécialisés grippe » de virus grippaux datant de 1957 semble n'avoir fait aucune victime. Plus d'articles terrifiants que de mal.

C'est la bonne époque pour s'enrhumer, s'enrouer ou, même, avoir un torticolis (le célèbre « coup de froid » en voiture quand on roule toutes vitres ouvertes à cause de la chaleur).

Les spécialistes de la veille sanitaire guettent aussi les infections liées aux climatiseurs mal entretenus (légielloses, etc.).

En cas d'infection respiratoire d'allure grippale, votre médecin sera peut être obligé de vous prescrire un antibiotique. Dans ce cas, pensez à lui demander s'il y a un risque en cas d'exposition au soleil, même faible. Ce serait trop bête de prolonger votre « grippette » par une photosensibilisation, c'est à dire l'apparition d'une éruption cutanée rouge généralisée !