



Comment éviter d'être blessé par un airbag ?

Depuis 1952, date de dépôt du brevet par l'américain John W. Hedrik et l'allemand Walter Linderer, les effets bénéfiques de l'airbag ont été largement vérifiés. La combinaison de la réduction de la vitesse avec la ceinture de sécurité et l'airbag a diminué considérablement le risque pour les automobilistes de mourir dans un accident.

Il arrive cependant que le déclenchement de l'airbag traumatise la face, l'oreille, les yeux ou le crâne.

Pour éviter ces effets indésirables rares mais regrettables, quelques précautions s'imposent :

- Boucler toujours la ceinture de sécurité (elle évite d'être violemment projeté contre l'airbag en expansion)
- Imposer aux enfants de rester assis et attachés dans un siège adapté à leur taille et à leur âge
- Placer le ou les sièges d'enfant solidement fixés, le plus au centre possible de la banquette arrière
- Ne pas couvrir l'espace qui reçoit l'airbag par des objets (qui, au moment de l'expansion deviendraient des projectiles)
- Interdire au passager avant de voyager avec les pieds appuyés sur le tableau de bord
- Tendrer les mains sur le volant de façon à ce qu'elles ne soient pas sur le trajet de l'airbag en cas d'expansion
- Si vous portez des lunettes, choisissez des verres en polycarbonate (les lunettes cassées par l'airbag blessent les yeux)
- Attention aux bagues : les mains posées sur le visage par instinct protecteur peuvent être projetées violemment sur les yeux lors de l'expansion de l'airbag
- Ne pas fumer en voiture : l'airbag peut vous faire avaler votre cigarette et provoquer ainsi des brûlures internes graves

Source : Lucio MACI. Dommages corporels provoqués par l'explosion d'un airbag. La revue du Praticien, vol 58, 30 novembre 2008



Le Doc' du doc

Podomètre

Appareil portatif permettant de compter le nombre de ses pas.

Les médecins commencent à se demander s'ils ne devraient pas conseiller à leurs patients de compter les pas qu'ils font. En effet, les campagnes de prévention incluent « trente minutes de marche par jour » et « manger mieux - bouger ». La pratique d'une activité physique régulière est une excellente protection contre toutes sortes de problèmes de santé mais elle reste le fait d'une minorité. En examinant les résultats de 8 études épidémiologiques sur les effets bénéfiques de la marche, les statisticiens se sont aperçus que les utilisateurs de podomètres maigrissent plus vite que les non utilisateurs et que leur tension artérielle s'améliore davantage.

Ces effets bénéfiques sont probablement dû au fait que les porteurs de podomètre marchent plus que les autres. Par ailleurs, l'effet incitateur est plus marqué dans la « marche loisir » que dans la « marche au travail ».

Moralité : il n'y a pas que le premier pas qui compte.

Source : Thomas Similowski. Les podomètres sont-ils utiles ? Concours Médical, tome 130, n°15 du 7 octobre 2008

Météo antibio

Risques

- | | |
|---------------------|-----------|
| - Grippe | en baisse |
| - Bronchiolite | faible |
| - Inf respiratoire | en baisse |
| - Gastro-entérite | en baisse |
| - allergies pollens | faible |

Source : <http://www.grog.org>
et <http://www.pollens.fr>

La grippe sur la pente descendante

Pendant que certains vacanciers font de la descente dans nos belles montagnes, l'activité de la grippe diminue progressivement. La semaine dernière, en France métropolitaine, 1.052.000 personnes ont consulté un médecin généraliste ou un pédiatre pour une infection respiratoire aiguë (IRA). Un quart de ces patients était infecté par la grippe. Globalement, sur l'ensemble de la métropole, l'activité grippale est redescendue en dessous du seuil épidémique à l'exception de la Bourgogne, de Champagne-Ardenne, de Languedoc-Roussillon, de Midi-Pyrénées et de Poitou-Charentes. En PACA, la grippe circule sur un mode infra-épidémique mais elle reste localement épidémique à Marseille. Dans les stations de ski françaises, chez les vacanciers consultant les médecins vigies du GROG Ski pour une IRA, le virus grippal est détecté dans 50% des cas. En Suisse, en Italie et en Autriche, l'épidémie de grippe n'est pas terminée mais la décrue est nette.

En pratique, la grippe est toujours active en France mais l'épidémie est en train de se terminer.

Source : www.grog.org.