

Tiques d'automne...

À l'automne on va volontiers cueillir des champignons en forêt, mais en faisant bien attention d'écarter les impropres à la consommation.

En revanche on ne pense pas toujours à prendre garde aussi à la piqure de tique.

Petits acariens de couleur brun-noir et de la taille d'une tête d'épingle, les tiques aiment loger en effet dans les sous-bois, la végétation basse. De là elles guettent le passage d'un homme ou d'un animal à sang chaud, se fixent sur sa peau et la percent pour sucer le sang de son hôte.

Voilà pourquoi il est important au retour de la cueillette des champignons de bien examiner soigneusement votre peau sans oublier le cuir chevelu.

Source : Open Rome.

Le Dico du doc



Adipocyte



Nom donné aux cellules vivantes qui stockent les calories sous forme de graisse.

Les spécialistes de l'évolution des espèces ont constaté que, chez les animaux apparus il y a très longtemps (la mouche drosophile par exemple), les adipocytes servent à la fois au stockage de la graisse, à la lutte contre les infections et à la digestion des aliments.

Chez les mammifères, apparus 25 millions d'années plus tard, ces 3 fonctions sont perfectionnées et assumées par des cellules plus spécialisées : adipocytes pour stocker la graisse, globules blancs contre les infections, cellules du foie pour la digestion.

Chez les humains de la préhistoire, soumis à des phases de disette, la survie de l'espèce humaine a été rendue possible par le maintien partiel des 3 fonctions primitives des adipocytes, ce qui leur a permis de profiter au maximum de la moindre calorie.

En Europe, à partir du XIV^{ème} siècle, la disparition progressive de la disette a modifié la sélection naturelle. Une partie de la population a survécu avec des adipocytes moins efficaces (à l'ère moderne, ces « adipocytes amoindris » sont devenus un atout, car ils permettent de ne pas trop grossir malgré une alimentation très riche).

En revanche, les sujets dont les adipocytes sont restés hyperperformants, comme pendant la préhistoire, stockent davantage de graisse, ce qui provoque obésité et diabète.

Source : Wifredo Ricart. 25^{ème} Reunion de la Red Centinela de Castilla y Leon, Burgos, Espagne, 8 oct. 2013

Météo antibio

Risques

- Grippe faible
- Bronchiolite très faible
- Inf respiratoire en hausse
- Gastro-entérite faible
- Allergies pollens faible

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

« La grippe, ce n'est pas rien. Alors, je fais le vaccin »

Du 12 octobre au 15 novembre 2013, l'Assurance Maladie met en œuvre une campagne d'information intitulée « La grippe, ce n'est pas rien. Alors, je fais le vaccin » à la radio, dans la presse et sur Internet.

Le vaccin grippal demeure un moyen sûr, et le moyen le plus efficace, pour prévenir la maladie et protéger les populations.

Même s'il ne permet pas toujours d'éviter la maladie, le vaccin réduit le risque de complications graves ou de décès.

Ce vaccin est pris en charge à 100% par les régimes de l'assurance maladie pour les personnes les plus vulnérables : personnes âgées de 65 ans et plus, certains malades chroniques, femmes enceintes, personnes atteintes d'obésité sévère...

Si vous êtes dans ce cas et si vous n'avez pas reçu de bon de prise en charge, votre médecin traitant peut vous en imprimer un.

Selon le réseau des GROG, la situation est très calme sur le front de la grippe.

C'est donc le bon moment pour se faire vacciner.

Sources : www.grog.org et
www.sante.gouv.fr/campagne-de-vaccination-contre-la-grippe-saisonniere-2013.html