

Etre « hors normes » n'est pas une maladie !

Chaque personne est un cas particulier. Les normes correspondent aux caractéristiques les plus fréquemment rencontrées dans une population donnée, à un moment donné, dans un lieu donné et à un âge donné. Il suffit souvent de changer d'endroit pour ne plus être dans les normes. Ainsi, un pygmée, de taille normale parmi les autres pygmées, est anormalement petit s'il vit aux Pays-Bas.

Les normes médicales ne sont que des points de repères rudimentaires. Leur principal intérêt est d'ordre statistique. Elles permettent aux médecins de détecter des anomalies pouvant constituer un signal d'alarme annonçant la survenue d'une maladie, mais elles ne sont pas, en soi, une maladie.

Par exemple, surveiller la taille et le poids des nourrissons permet de détecter un problème de croissance, mais tous les médecins ont connu des nourrissons trop petits et trop maigres devenus, après une enfance sans problème, grands et gros à l'âge adulte.

Source : Open Rome

« Norme sanitaire »

Ensemble de caractéristiques considérées comme signe de bonne santé (chez les humains) ou de bonne qualité (dans l'industrie et l'environnement). Exemples :

- La norme médicale est de boire 1 litre d'eau par jour.
- La norme européenne de concentration dans l'air de particules fines PM2,5 (diamètre inférieur à 2,5 microns) est une concentration moyenne annuelle inférieure à 2,5 microgrammes par mètre cube d'air.

Les normes sont définies pour garantir la bonne santé d'une population :

- boire beaucoup trop d'eau peut provoquer une maladie rénale, la potomanie ;
- respirer beaucoup de particules fines peut altérer les bronches et les poumons.

Cependant, les normes sont comme les médicaments : elles ont des limites et il faut savoir s'en méfier. Ainsi :

- Quant on fait des efforts physiques intenses, il faut boire beaucoup plus que ce qui est normal ; si on se contente d'un litre d'eau par jour, on risque une déshydratation pouvant conduire à une hospitalisation.
- Les études sur les effets de la pollution aérienne montrent que respirer quotidiennement de l'air contenant un taux permanent de particules fines légèrement inférieur à la norme européenne peut nuire à la santé.

Les normes sont utiles mais il faut en connaître les limites et les prendre pour ce qu'elles sont : une aide à réfléchir, et ce qu'elles ne sont pas : une directive à suivre à la lettre.

Source : Open Rome

Météo antibio

Risques

- | | |
|--------------------|-------------|
| - Grippe | très faible |
| - Covid19 | moyen |
| - Bronchiolite | en baisse |
| - Inf respiratoire | moyen |
| - Gastro-entérite | faible |
| - Allergie pollens | moyen |

Sources : RNSA, Santé Publique France, Behcl

Météo régionale : <https://epidmeteo.fr>



Quiz

« vaso-constricteur » ?

Cochez la ou les bonnes réponses

- serrement de gorge
- allergie aux fleurs coupées
- petit serpent venimeux aimant l'humidité
- médicament interdit en France.

Solution en ligne sur

<https://openrome.org/ddj/annee/2021>

Pour s'abonner :

<https://openrome.org/abonnement/ddj>