

VIE PRATIQUE DÉCEMBRE 2012

FEMININ

Mon cahier créatif
LAMPES, LUMIÈRES,
ÉCLAIRAGES:
7 IDÉES À RÉALISER
POUR...

santé & actus

Toutes les news qui vont vous faire du bien

Par Virginie Moussu

LE BIEN-ÊTRE C'EST LA SANTÉ!

Les Français placent la santé en première position des facteurs de bien-être (73%), suivie par la famille (63%). D'après une enquête CSA-Europ Assistance, les trois-quarts des Européens et des Américains considèrent les progrès de la médecine comme la principale raison de l'amélioration du bien-être, juste devant... Internet!

31%

C'est le pourcentage de femmes qui déclarent avoir eu au moins une fois dans l'année un rapport sexuel sans contraception efficace, selon une étude BVA/HRA Pharma. Après un rapport non protégé, seules 20% des femmes ont recours à la contraception d'urgence (CU), car dans 69% des cas elles n'y pensent pas ou ne pensaient pas risquer une grossesse. Des chiffres qui mettent en lumière la méconnaissance de la CU.

ORTHODONTIE: EN TOUTE DISCRÉTION

Un nouveau traitement arrive en France pour les soins dentaires. La marque américaine Invisalign, en vogue auprès des stars hollywoodiennes, débarque en France. Exit les affreux appareils chemin de fer. Des gouttières transparentes, quasi invisibles et amovibles, à changer toutes les deux semaines, se chargent de replacer les dents là où il faut. Une vraie révolution pour les jeunes comme pour les grands.

«MIEUX VIVRE AVEC L'APNÉE DU SOMMEIL»

Mieux vivre avec l'apnée du sommeil

Respirez... soufflez! Michel d'Aniello, pharmacien et victime d'apnée du sommeil, nous donne ses conseils persos mais aussi des explications sur ce syndrome

en forte expansion. Les caractéristiques: fatigue, morosité, somnolence en journée et ronflements la nuit. Ça vous rappelle quelqu'un? Un livre riche de solutions de prévention et d'idées de traitement à base de médecines douces. Éd. Grancher, 15€.