

Le don du sang en chiffres

Chaque jour en France 10 000 dons sont nécessaires pour soigner 1 million de malades. Les besoins augmentent d'environ 2 à 3 % par an. Ainsi entre 2002 et 2012, les besoins de globules rouges ont progressé de 29 %. Près de la moitié des patients transfusés (47 %) sont atteints d'une maladie du sang ou d'un cancer. Et 35 % subissent une opération chirurgicale.

- 1 597 460 donateurs de sang en 2016.
- 46 % des transfusés sont des femmes.
- 272 031 nouveaux donateurs en 2016.
- 80 % des produits transfusés sont des globules rouges.
- L'âge moyen d'un receveur est de 65 ans.

En 2014, 572 443 patients ont bénéficié d'une transfusion. Chaque patient reçoit en moyenne 5 produits sanguins labiles (PSL). Le groupe O- ne représente que 6 % de la population. Ce sang est très recherché. Les donateurs peuvent donner globules rouges et plaquettes à de très nombreux receveurs de Rhésus + et -. Les produits sanguins servent aussi à fabriquer des médicaments. Plus de 200 maladies sont soignées à partir de produits issus du plasma.

Durée de vie des PSL

Plaquettes : 5 jours.

Globules rouges : 42 jours.

Plasma : 365 jours.ont les cellules se détruisent et sont remplacées par un tissu fibreux.

anform !



Le distrayant hand spinner

Phénomène marketing depuis presque 2 ans, le hand spinner a été créé par Catherine Hettinger, en 1997, pour aider sa fille atteinte de myasthénie (maladie entraînant des faiblesses musculaires).

Cette sorte de toupie à 2, 3 ou 4 branches, tenue entre 2 doigts, est considérée comme un objet de bien-être, voire ayant des vertus santé, car les utilisateurs restent concentrés sur sa rotation. Il aurait ainsi aidé des autistes, des hyperactifs, des stressés, etc.

Il procure une sensation étrange mêlant force centrifuge, équilibre et résistances qui attirent l'attention de son usager. Le fascinant parfois. Les roulements à billes utilisés permettant souvent une rotation plus longue que sur les toupies habituelles.

Les études scientifiques restent absentes pour l'instant sur le sujet. Seuls de nombreux témoignages révèlent à la fois des effets sur certaines personnes et à la fois une absence totale d'effets. Ce jouet reste donc une occupation qui peut vous soustraire de votre solitude, vous permettre de passer le temps ou vos nerfs, vous fasciner comme la bonne vieille toupie en bois. Si c'est le cas, pourquoi s'en priver ?

anform !

Métier : naturopathe

La naturopathie a officiellement été créée en 1885 par John Scheel. Les soins prodigués au patient sont personnalisés (phytothérapie, aromathérapie, massothérapie, iridologie...) mais, comme son nom l'indique, exclusivement issus de la nature.

Formation

Le naturopathe doit être formé en pathologie, botanique, phytothérapie, nutrition, psychologie, techniques manuelles... Ce qui implique une solide formation post-bac d'environ 5 ans. Votre formation devra être agréée par la Fenhaman (Fédération française de naturopathie). Toutefois, en France, cette profession n'est pas réglementée.

Débouchés

Le naturopathe peut travailler en cabinet, comme cadre libéral, seul ou accompagné. Il peut aussi exercer dans un système de soin comme en cure thermale, en centre thalasso, centre de remise en forme, spa... Mais il intervient également en entreprise où son efficacité dans la gestion du stress est de plus en plus recherchée. Une consultation en naturopathie peut vous coûter entre 40 et 200 euros selon l'endroit et la réputation du praticien. Lequel reçoit environ 8 à 10 patients maximum par jour.

Qualités

Très à l'écoute, désireux d'aider, de soulager, techniquement compétent, patient et compréhensif...

anform !

L'arbre à thé, puissant antibactérien

La plante est découverte par James Cook, en 1770, lors de son voyage en terres australes, dont le premier réflexe tout britannique est d'en faire... du thé ! D'où son nom. À ne pas confondre avec le théier. Ses nombreuses vertus rapidement révélées incitent le gouvernement de sa majesté à fournir une fiole d'HE de *tea tree* à ses combattants de la Première Guerre Mondiale.

Bienfaits

L'HE de *tea tree* (arbre à thé) est un puissant antibactérien à large spectre. Assez large pour atteindre des micro-organismes résistants aux antibiotiques. Elle est aussi un antifongique (candidose, pieds d'athlète, onychomycoses), un antiviral (nombreux virus dont l'influenza (grippe)), un immunostimulant, et un antiparasitaire (infections vaginales, intestinales et cutanées).

Maux concernés

Scarlatine, coqueluche chez l'enfant, rougeole, maux de gorge, infections ORL et urinaires, coups de soleil, brûlures de la radiothérapie, infections buccales, mycoses, herpès, oreillons, caries, coup de fatigue, circulation sanguine, parasites et poux, peau grasse et acné...

anform !