

TOP Santé

JUILLET 2025 - N° 418 - TOPSANTE.COM

NOS SOLUTIONS POUR MIEUX MANGER ET LIMITER LA PRISE DE POIDS

- ➔ LES ASTUCES POUR GAGNER DU TEMPS
- ➔ DES IDÉES DE REPAS SAINS ET ÉQUILIBRÉS

ACNÉ, ROUGEURS, ECZÉMA...

Problèmes de peau
et signes de l'âge...

Je traite les deux !

**TRANSPORTS
SANITAIRES PARTAGÉS**
UNE NOUVELLE MESURE
QUI COMPLIQUE LA VIE
DES PATIENTS

**+ CAHIER
MÉDECINE**
30 PAGES DE SANTÉ
PRATIQUE

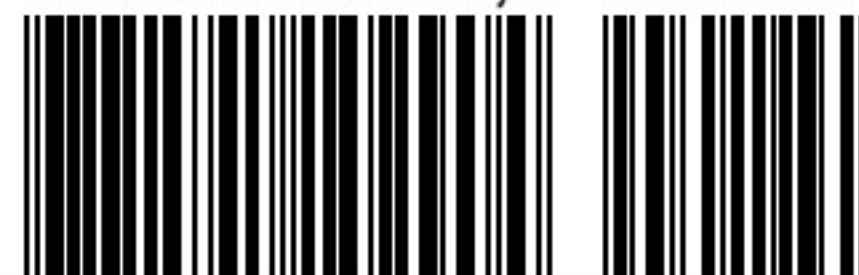
MÉDECINES
DOUCES
LES BIENFAITS
DE LA THÉRAPIE
ASSISTÉE PAR
LES ANIMAUX

VULNÉRABILITÉ
DES PERSONNES ÂGÉES
MIEUX PROTÉGER
NOS AÎNÉS

L'ASSIETTE
IDÉALE CONTRE
L'ARTHROSE

DIABÈTE, INFARCTUS, AVC... LUTTER CONTRE LES RISQUES LIÉS AU SYNDROME MÉTABOLIQUE

- ➔ Comment il est impliqué dans de nombreuses maladies
- ➔ Adopter une bonne hygiène de vie pour s'en protéger
- ➔ Se faire dépister pour mieux se faire soigner





Étude

Médecines douces et dérives sectaires

En avril dernier, la Miviludes (Mission interministérielle de vigilance et de lutte contre les dérives sectaires) publiait son rapport d'activité 2022-2024, constatant des saisines toujours plus nombreuses, notamment dans le domaine de la santé. Le traitement du cancer concernerait la majeure partie des signalements reçus en santé. « *Les personnes fragilisées par cette pathologie peuvent être sensibles à des pratiques faisant la promotion de "soins" sans chimiothérapie, un traitement lourd et redouté* », indique le rapport. Parmi ces « traitements miracles », l'urinothérapie (ou amaroli), consistant à boire son urine, ou encore la

« déprogrammation biologique », cite le rapport. Ces dernières années, les « soins de support » se sont aussi particulièrement développés « *et connaissent à leur tour des dérives sectaires* », poursuit la Miviludes. Un constat qui incite à la plus grande vigilance, notamment de la part de l'entourage. Rappelons également que la loi du 10 mai 2024 instaure un délit de provocation à l'abstention ou à l'abandon de soins, ainsi qu'un délit de provocation à adopter des pratiques présentées comme ayant une finalité thérapeutique alors qu'elles exposent celui qui les suit à des risques graves ou au décès.

Source : Miviludes.

NOUVEAUTÉ UN STICK ANTI-MAUX DE TÊTE

Le mal de tête commence à poindre ? On dégaîne ce stick pratique à glisser dans son sac.

Composé à 100 % d'huiles essentielles biologiques, pures et intégrales, il soulage rapidement les maux de tête grâce à une action locale antidouleur, anti-inflammatoire et relaxante. Sans oublier les effets réfrigérants de la menthe, les bénéfices olfactifs, avec un vrai coup de boost, ainsi que la facilité d'application du roll-on. Une solution nomade et rapide pour toutes les tensions crâniennes à l'origine des céphalées, utilisable dès 7 ans.

Roll-on maux de tête, 8,90 €, Pranarôm (5 ml), Pranarom.fr



Spécial sauge

On aime !



ANTIDÉMANGEAISON

Un soin enrichi en infusion de sauge, lait d'avoine et eau d'orge pour une sensation de fraîcheur immédiate et des démangeaisons apaisées. Pratique : l'embout pour une application ciblée.

Sérum capillaire apaisant bio, 13,95 € (40 ml), Body Nature, Body-nature.com



ANTICHUTE

Bio, sans sulfate ni silicone, cet après-shampooing associe l'huile de graine de pin maritime aux feuilles de sauge pour renforcer les follicules, limiter la casse et freiner la chute de cheveux.

Soin démêlant, 28 € (250 ml), Océopin, Océopin.com



ANTIODEUR

Eaux florales d'hamamélis et de sauge, huiles essentielles d'agrumes, miel, propolis, cristal d'alun : c'est la formule naturelle de ce déodorant antitranspirant. On aime son petit format roll-on.

Déodorant À bras le corps, 11,40 € (50 ml), Propolia, Propolia.com



2,9

MILLIARDS D'EUROS, C'EST LE CHIFFRE D'AFFAIRES DU MARCHÉ DES COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES EN 2024, SOIT UNE CROISSANCE DE 5,7 % PAR RAPPORT À 2023.

Source : Synadiet.

PAR JULIE MARTORY