

# 7 DAYS SANTE & CONSO

**20-05-2024**



***Appendicite : reconnaître les signes d'alerte***

**L'CO2j**  
R212



**+750.000**  
AUDITEURS PAR MOIS

**LA WEB RADIO**

**#MDM**

**DES MAROCAINS  
DU MONDE**

ÉMISSIONS, PODCASTS & MUSIQUE

DISPONIBLE SUR  
**Google Play**



**SCAN ME!**

# Mon dermato ou ma grand-mère pour faire disparaître les verrues ?

Les verrues, ces petites excroissances cutanées bénignes causées par le virus du papillome humain (VPH), touchent une large part de la population. Elles peuvent apparaître sur différentes parties du corps, notamment les mains, les pieds, et même le visage. Bien que généralement inoffensives, les verrues peuvent être esthétiquement gênantes ou douloureuses. Heureusement, il existe de nombreux traitements pour les éliminer, allant des méthodes médicales aux remèdes maison.

Cependant, l'efficacité de ces traitements varie considérablement, et il est parfois nécessaire de consulter un professionnel de santé.

Parmi les traitements médicaux les plus couramment utilisés, on retrouve l'acide salicylique. Disponible en pharmacie sans ordonnance, il s'applique directement sur la verrue et agit en la dissolvant couche par couche. Ce traitement est efficace, mais nécessite de la patience et une application régulière sur plusieurs semaines.

Le cryothérapie, ou traitement par le froid, est une autre méthode populaire. Réalisée par un dermatologue, elle consiste à appliquer de l'azote liquide sur la verrue, la gelant ainsi et provoquant sa destruction. Cette méthode est rapide et souvent efficace, mais peut nécessiter plusieurs séances.

Pour les verrues résistantes, les dermatologues peuvent recourir à l'électrocoagulation ou au laser. L'électrocoagulation utilise un courant électrique pour brûler la verrue, tandis que le laser vaporise les tissus infectés. Ces techniques sont généralement réservées aux verrues récalcitrantes et peuvent laisser des cicatrices.

Les traitements immunothérapeutiques, bien que moins courants, sont également utilisés, notamment pour les verrues multiples ou difficiles à traiter. Ils visent à stimuler le système immunitaire pour qu'il attaque le virus responsable des verrues.

**Quand consulter un professionnel de santé ?**

Il est recommandé de consulter un dermatologue dans plusieurs situations. Si la verrue est douloureuse, si elle change d'apparence ou de couleur, ou si elle saigne, il est important de chercher un avis médical. De plus, si les verrues se multiplient rapidement ou ne répondent pas aux traitements en vente libre après plusieurs semaines, une consultation s'impose. Les personnes ayant un système immunitaire affaibli, comme les patients sous traitement immunosuppresseur ou ceux atteints du VIH, devraient également consulter un médecin, car elles sont plus susceptibles de développer des complications.



## Les traitements de grand-mère :

En parallèle des traitements médicaux, de nombreux remèdes de grand-mère existent pour tenter de venir à bout des verrues.

L'application de ruban adhésif est l'un des plus célèbres. Ce remède consiste à couvrir la verrue avec du ruban adhésif pendant plusieurs jours, puis à enlever le ruban et à frotter la verrue avec une pierre ponce. Le processus est répété jusqu'à la disparition de la verrue. Bien que des études aient montré des résultats mitigés, certains trouvent ce traitement efficace.

L'ail est un autre remède populaire. On l'applique écrasé directement sur la verrue et on le recouvre d'un pansement. L'ail contient des composés soufrés qui pourraient avoir une action antivirale. Cependant, il faut faire attention car l'ail peut irriter la peau.

Le vinaigre de cidre est également souvent recommandé. On imbibe une boule de coton de vinaigre de cidre et on la fixe sur la verrue avec un pansement, à laisser en place pendant quelques heures chaque jour. Le vinaigre peut aider à décomposer la verrue, mais comme pour l'ail, il peut provoquer des irritations cutanées.

Enfin, certains recommandent d'utiliser la sève de figuier, qui contiendrait des enzymes capables de détruire la verrue. Cependant, ces méthodes manquent souvent de preuves scientifiques solides et leur efficacité varie d'une personne à l'autre.

## Akdital : Marrakech s'offre l'Hôpital International Ibn Nafis



Le groupe Akdital, leader du secteur privé de la santé au Maroc, inaugure son nouvel établissement phare à Marrakech : l'Hôpital International Ibn Nafis. Doté d'une capacité de 100 lits et équipé des technologies médicales les plus avancées, cet hôpital s'impose comme une référence en matière de soins oncologiques.

Spécialisé dans la lutte contre le cancer, l'Hôpital International Ibn Nafis propose une gamme complète de traitements de pointe, allant de la chimiothérapie à la radiothérapie en passant par la curiethérapie et l'immunothérapie. Il abrite également des pôles d'excellence en hématologie, greffe de moelle osseuse, chirurgie carcinologique, radiologie, médecine nucléaire, sénologie et endoscopie.

L'établissement se distingue par ses équipements ultramodernes, comprenant deux appareils de radiothérapie de dernière génération (Halcyon et EDGE), 41 fauteuils de chimiothérapie, 8 boxes de réanimation polyvalente et 6 blocs opératoires à la pointe de la technologie.

L'Hôpital International Ibn Nafis place le patient au cœur de ses préoccupations. Une équipe médicale expérimentée et un personnel paramédical dévoué assurent une prise en charge globale et personnalisée, en accordant une attention particulière au bien-être physique et psychologique des patients. La médecine intégrative est mise en avant, avec des groupes de parole, des séances de massage, de yoga et des activités artistiques.

## Nouvelles directives de l'OMS pour prévenir les infections liées aux cathéters

L'OMS publie des directives pour prévenir les infections liées aux cathéters périphériques, soulignant les risques graves comme la septicémie. Jusqu'à 70 % des patients hospitalisés nécessitent un cathéter, les rendant vulnérables aux infections. La résistance aux antibiotiques aggrave la situation, contribuant à une mortalité élevée. Le respect des règles d'hygiène est crucial pour éviter ces tragédies, selon l'OMS.

## Nouvel hôpital oncologique à Marrakech

Le groupe Akdital a ouvert l'Hôpital international Ibn Nafis à Marrakech, spécialisé en oncologie avec une capacité de 100 lits. Doté d'équipements de pointe tels que la radiothérapie et la chimiothérapie, l'hôpital offre des traitements avancés et personnalisés pour les patients atteints de cancer.

Les services comprennent la chirurgie carcinologique, la médecine nucléaire et la greffe de moelle. Conforme aux normes internationales, l'établissement vise à fournir des soins de qualité et une prise en charge complète des patients.

## Meanwhile, sur Facebook



## Quels aliments consommer pour nettoyer votre foie naturellement ?



TAP HERE

## Le Ksar, au Club Med Marrakech La Palmeraie

Henri Giscard d'Estaing, Président du Club Med, et Madaëf ont inauguré, jeudi 16 mai, le tout nouvel espace famille, Le Ksar, situé au cœur du Club Med Marrakech Palmeraie.

Après 16 mois de travaux et un investissement total d'environ 210 millions de dirhams (soit près de 20 M d'€), Madaëf et Club Med ont inauguré jeudi 16 mai la nouvelle « Oasis Famille » : Le Ksar.

L'espace, baptisé le Ksar, du nom des villages fortifiés marocains, a ouvert ses portes en avril 2024.

Cette « Oasis famille » est une véritable extension du Resort pour enrichir l'expérience de séjour en tribu.

## Vers un accord mondial sur les pandémies

Les gouvernements mondiaux poursuivent les discussions sur un accord pandémique avant l'Assemblée mondiale de la Santé du 27 mai 2024. Les réunions, en format hybride, aborderont l'accès aux agents pathogènes, la prévention des pandémies et la coordination financière.

Le Dr Tedros Adhanom Ghebreyesus a salué l'engagement des pays à conclure un accord historique pour éviter de futures crises sanitaires.

## La cuisine : source insoupçonnée de pollution identifiée dans les grandes villes

La cuisine émerge comme une source majeure de pollution dans les grandes villes, selon une étude à Las Vegas. Les émissions de composés organiques volatils (COV) des cuisines équivalent à celles des voitures à essence. Cette pollution, négligée dans les modèles de prévision, contribue au smog et pourrait affecter le réchauffement climatique.

## Le réchauffement climatique menace la production d'avocats

La production mondiale d'avocats est menacée par le réchauffement climatique, avec plus de la moitié des cultures au Mexique et en Afrique en danger. Selon une étude de Christian Aid, la production d'avocats pourrait chuter de 41 % d'ici 2050 en raison des conditions météorologiques extrêmes.

Les avocats nécessitant beaucoup d'eau, les régions touchées par la sécheresse, comme le Michoacán au Mexique et le Burundi, subissent déjà des baisses de production, entraînant une hausse des prix.

## Cannabis licite : mise en vente en juin des premiers produits dérivés

Les produits dérivés à base de cannabis font désormais leur entrée sur le marché. Des tablettes de chocolat à base de cannabis seront ainsi disponibles sur le marché marocain.

## Le Maroc va doubler sa capacité énergétique d'ici 2027

Le Maroc prévoit d'investir 7 milliards de dollars pour ajouter 9 GW à sa capacité énergétique installée actuelle qui est de 11 GW, d'ici 2027, a déclaré le 15 mai la ministre de l'Énergie, Leila Benali. Les énergies renouvelables représenteront 6,5 GW de cette capacité ajoutée, selon Mme Benali, citée par Reuters et qui s'exprimait lors d'une conférence sur les batteries organisée à Rabat. La capacité renouvelable du royaume est actuellement de 4,5 GW, soit 37,6 % de la capacité totale, selon l'autorité de régulation de l'électricité. Il faut dire que depuis 2009, environ 6 milliards de dollars ont été investis dans les énergies renouvelables dans le but d'augmenter leur part dans le mix énergétique du pays à 52 % d'ici 2050.

## Marrakech : campagne contre la fraude alimentaire

Suite à l'intoxication alimentaire mortelle qui est survenue à Marrakech, une campagne anti-fraude alimentaire est lancée. Le propriétaire du snack incriminé est arrêté et sera jugé pour son implication présumée.

Cette initiative vise à sensibiliser les commerçants sur les normes d'hygiène. Des produits alimentaires non conformes sont saisis et des manquements aux normes sanitaires sont découverts lors des inspections. L'objectif est d'assurer la sécurité alimentaire des habitants de Marrakech.

## Meanwhile, sur Facebook



# Appendicite : reconnaître les signes d'alerte

*Dans les méandres de l'abdomen, un organe discret peut parfois devenir le protagoniste involontaire d'une intrigue médicale : l'appendice.*



Imaginez-vous, un jour comme les autres, confronté soudainement à une douleur abdominale lancinante, qui semble émaner de nulle part et vous envelopper de son emprise insidieuse.

Cette douleur, souvent accompagnée de nausées, de vomissements et d'une sensibilité accrue au toucher, peut sembler énigmatique, voire alarmante.

Et c'est dans ces moments de confusion et d'urgence que l'appendicite se révèle, une condition qui ne connaît pas de quartier et exige une réponse rapide et précise.

**Mais qu'est-ce donc que l'appendicite, cette affection abdominale qui peut sembler à la fois familière et mystérieuse ?**

L'appendice, souvent dépeint comme un organe superflu, réside discrètement dans le coin inférieur droit de l'abdomen.

Bien que sa fonction dans le corps humain reste énigmatique, son importance devient évidente lorsqu'une inflammation survient.

Son emplacement discret et son rôle potentiel dans le système immunitaire suscitent un intérêt continu dans la communauté médicale.

## Les signaux d'alerte

La douleur abdominale, souvent le premier signe de l'appendicite, peut commencer de manière vague autour du nombril avant de migrer vers le bas et la droite de l'abdomen.

Cette douleur, accompagnée de sensibilité au toucher, de nausées, de vomissements et parfois de fièvre, constitue un signal d'alarme pour de nombreuses personnes.

Cependant, la variabilité des symptômes peut parfois compliquer le diagnostic, nécessitant une évaluation médicale approfondie.

L'obstruction de l'appendice, souvent due à une accumulation de matières fécales, une infection bactérienne ou d'autres facteurs, déclenche le processus inflammatoire caractéristique de l'appendicite.

Cette obstruction entraîne une stagnation des fluides et des bactéries dans l'organe, favorisant leur prolifération et déclenchant une réponse immunitaire.

## Stratégies de prévention

Bien que prévenir l'appendicite puisse sembler difficile, adopter un mode de vie sain peut contribuer à réduire le risque de complications abdominales.

Maintenir une alimentation équilibrée riche en fibres, en liquides et en probiotiques, ainsi que pratiquer une bonne hygiène intestinale, peut aider à prévenir l'obstruction de l'appendice et à réduire le risque d'inflammation.

L'appendicite, bien qu'elle puisse sembler intimidante, est une condition gérable avec une intervention médicale appropriée.

En comprenant ses mécanismes sous-jacents, en reconnaissant ses symptômes et en explorant les options de traitement disponibles, les individus peuvent aborder cette affection avec confiance et prendre des décisions éclairées concernant leur santé abdominale.

# Good news of the week 🙏

## Le Maroc au Sommet mondial de l'hydrogène 2024



**Une délégation marocaine de haut niveau, dirigée par Mme Leila Benali, Ministre de la Transition Énergétique et du Développement Durable, a représenté le Royaume du Maroc lors du Sommet mondial de l'hydrogène 2024 à Rotterdam, aux Pays-Bas, du 13 au 15 mai 2024.**

**Cet événement d'envergure internationale, organisé par le Conseil de l'énergie durable en partenariat avec le gouvernement néerlandais et d'autres opérateurs locaux, a rassemblé des leaders mondiaux de l'énergie et des représentants gouvernementaux pour promouvoir l'hydrogène vert et accélérer la transition énergétique mondiale.**

**A noter que lors de ce Sommet mondial, Mme Benali et M. Rob Jetten, Ministre du Climat et de la Politique Énergétique, vice-premier ministre, gouvernement des Pays-Bas, ont apposé leurs signatures sur un plan d'action dédié aux énergies renouvelables et à l'hydrogène vert pour la période 2024-2025.**

# I - W E E K

## L'HEBDOMADAIRE EN BRÈVES



# +25.000

## LECTEURS PAR SEMAINE

Retrouver tous les anciens numéros de notre I-WEEK sur : [www.pressplus.ma](http://www.pressplus.ma)

[f](#) [@](#) [x](#) [d](#) [in](#) [v](#) @lodjmaroc



SCAN ME!