

Santé

# Quels examens avant de concevoir un bébé ?

L.R.A.  
Libreville/Gabon

**Vous n'avez aucun problème pour faire des bébés, mais vous ne voulez prendre aucun risque en vous assurant que vous-même et votre bébé ne courrez aucun danger une fois qu'il sera dans votre sein ? Quels examens pré-conceptionnels vous faut-il faire ? L'Union a posé la question à Léonie B., sage-femme au centre de Santé maternelle et infantile (SMI) de Louis.**

**VOUS** avez décidé de faire un bébé ? Avant de vous lancer dans ce projet de grossesse, il est nécessaire de se rassurer qu'on n'est pas porteur du VIH. Non que la maladie empêche de faire des bébés. Mais, entendu qu'elle peut se transmettre à l'enfant pendant la grossesse, lors de l'accouchement ou de l'allaitement, il est mieux de se rassurer. Même si ce dépistage n'est pas obligatoire, il est conseillé pour les deux partenaires. Une simple prise de sang et l'on est sorti de l'ignorance. La toxoplasmose est causée par un microbe présent dans les selles du chat. Elle peut avoir des conséquences graves sur le fœtus pouvant entraîner des malformations ocu-



Photo : L.R.A.

**L'idéal avant de concevoir un enfant est de faire des examens pour se rassurer que tout va bien.**

lares, cérébrales. Certains enfants peuvent avoir des retards psychomoteurs, des problèmes de langage, la surdité. La toxoplasmose peut également entraîner un avortement spontané, un retard de croissance, une mort fœtale, un accouchement prématuré. Si on

découvre que la femme enceinte en est porteuse, on va la mettre sous traitement durant la grossesse pour éviter que l'enfant ne soit contaminé. Aussi, est-il impératif d'en avoir le cœur net avant de mettre bébé en route. La rubéole, infection tou-

chant la peau et les ganglions lymphatiques, est grave chez les femmes enceintes, en raison de son effet possible sur l'enfant à naître. Elle peut entraîner des malformations fœtales. Il est donc nécessaire de savoir. Mais si l'on a été vacciné ou qu'on a souffert de la maladie enfant, c'est que l'on est immunisé.

L'hépatite B est aussi dans la gamme des examens à faire avant de mettre sur les rails l'aventure bébé. Avec un fort risque de transmission mère-enfant de 90%, l'hépatite B multiplie les risques de prématurité ou de décès néonatal. Le geste efficace de prévention est la vaccination. Assurez-vous donc que vos vaccins sont à jour. Le risque d'hépatite C doit aussi être éliminé. Une unique prise de sang permet de savoir si on est atteint de l'une ou l'autre des hépatites. Vous l'aurez donc compris :  tre enceinte se prépare. Mais pas de stress inutile. C'est un moment unique. Il faut juste mettre de son côté toutes les chances de bien vivre ce moment.

Brèves

**Sucer la tétine de son bébé réduit le risque d'allergie**

Tous les parents ne sucent pas la tétine de leur bébé pour la nettoyer lorsqu'elle tombe par terre. Pourtant, cela pourrait être bénéfique pour la santé de leur enfant. Cela réduirait notamment le risque d'asthme et d'allergie ! C'est ce que conforte le résultat d'un travail de l'American College of Allergy, Asthma and Immunology de Seattle. Les chercheurs supposent ainsi que les parents qui nettoient la tétine en la suchant, transmettent des bactéries buccales saines dans la salive, ce qui affecterait le développement précoce du système immunitaire de leur enfant. Ils n'appellent pas pour autant à utiliser cette technique comme unique méthode de nettoyage des tétines. Et précisent que des travaux plus poussés sont nécessaires.

**Un régime pauvre en glucides peut aider à maintenir la perte de poids**

Lorsque l'on fait un régime pour perdre du poids, il est difficile de maintenir cette perte sur le long terme. Le corps s'adapte à la nouvelle alimentation, il a besoin de moins d'énergies, le nombre de calories brûlées est alors plus faible. D'après une récente étude publiée dans le journal The BMJ, si, dans le cadre d'un régime pour perdre du poids, on réduit le taux de glucides, le nombre de calories brûlées augmentera, et la perte de poids sera maintenue. Pour les chercheurs, il s'agit d'une avancée majeure dans le cadre de la lutte contre l'obésité.

**Les corps des magazines, une source d'inspiration pour les Français les plus jeunes**

Si une écrasante majorité de Français (78%) affirme ne pas être influencée par les canons de beauté, à savoir les modèles de corps exposés dans les magazines et les publicités, les plus jeunes (18-24 ans) sont nombreux à vouloir y ressembler (46%). C'est l'un des constats établis par le premier volet de l'étude "Entre apparence(s) et identité(s): le corps, une vitrine de soi ?" des zooms de L'Observatoire Cetelem, rendu public mardi 6 novembre. Et au Gabon, qu'est-ce qui influence les jeunes ?

Rassemblées par L.R.A.

Bien- tre

# L'huile de cam lia pour atténuer l'effet moussieux des cheveux !

L.R.A.  
Libreville/Gabon

**QUI** se rappelle que nous avons entamé, il y a peu, une aventure huiles végétales pour vous les livrer avec leurs spécificités. Il est question, semaine après semaine, de vous aider à choisir celle qui convient à vos cheveux et aux problèmes qu'ils peuvent connaître. Eh bien, cette aventure n'est pas arrivée à son terme. Nous la poursuivons donc aujourd'hui avec l'huile de cam lia. Selon notre confrère en ligne Doctissimo, l'huile de cam lia est issue des graines d'arbres à thé. Il est donc bon d'opter pour ses soins ga nant et hydratant.   appliquer directement en masque sur vos longueurs avant les shampoings, ou bien en sérum sur les pointes après coiffage. Vous souhaitez protéger et



Photo : DR

**L'huile de cam lia est recommandée pour les cheveux moussieux.**

hydrater vos nuages, tout en atténuant l'effet moussieux (aspect cotonneux et

désordonné) ? C'est l'huile qu'il vous faut. Adoptez-la sans hésiter !

**RAYON D'OR**  
WWW.RAYONDOR-BAGAGES.FR

**Jusqu'à -50%\***  
\*sur le prix de vente conseillé

<b>Dépositaire :</b>	<b>EVASION LIGHT</b>	<b>DELSEY</b>	<b>KIPLING</b>	<b>LACOSTE</b>
	<b>EASTPAK</b>	<b>AMERICAN TOURISTER</b>	<b>TED LAPIDUS</b>	<b>TANN'S</b>
	<b>SAMSONITE</b>	<b>HERSCHEL</b>	<b>DESIGUAL</b>	<b>IKKS</b>

**Nos 7 boutiques sur Paris**

* M <sup>o</sup> République 176, rue de Temple PARIS 5 <sup>e</sup> Du lundi au samedi de 10h � 19h30 Tél. : 01.42.32.02.39	* M <sup>o</sup> St-Lazare 60, rue de Launay PARIS 9 <sup>e</sup> Du lundi au samedi de 10h � 19h30 Tél. : 01.40.76.32.39	* M <sup>o</sup> Rennes 115, rue de Rennes PARIS 6 <sup>e</sup> Du lundi au samedi de 10h � 19h30 Tél. : 01.42.04.20.83	* M <sup>o</sup> Pérès 38, rue de l'Annonciation PARIS 13 <sup>e</sup> Du lundi au samedi de 10h � 19h15 Tél. : 01.43.20.69.71	* M <sup>o</sup> Alesia 72, rue du Général Leclerc PARIS 11 <sup>e</sup> Du lundi au samedi de 10h � 19h30 Tél. : 01.43.39.61.22	* M <sup>o</sup> Gare de l'Est 81, Bd de Strasbourg PARIS 10 <sup>e</sup> Du lundi au samedi de 10h � 19h30 Tél. : 01.43.36.12.72	* M <sup>o</sup> Gare du Nord 1, Bd de Denain PARIS 10 <sup>e</sup> Du lundi au samedi de 10h � 19h30 Tél. : 01.43.24.98.72
--	--	--	---	---	--	--

**PAS D'ENVOI - VENTE EXCLUSIVE DANS NOS MAGASINS - DETAXE   L'EXPORTATION**