

Les nouveaux objets futés de la santé

Observance, surveillance, prévention... Les dispositifs médicaux à l'usage du grand public ont le vent en poupe. Tour d'horizon. PAR C. GABILLAT ET F. RIGAL

Le marché des appareils santé est en plein boom. Pour soulager ses douleurs, prévenir certaines pathologies ou conserver ses médicaments : gadget ou nécessité ? Tour d'horizon de ces nouveaux outils de la santé, avec l'avis d'Isabelle Castera, pharmacienne à Paris.

DES PATCHS ANTIDOULEUR QUI TRAITENT PAR MICROCOURANTS

Déjà très employé en kinésithérapie, le traitement par microcourants se démocratise grâce à la mise au point de deux patchs électrodes auto-adhérents reliés par un câble. Baptisé Painmaster MCT, ce système est indolore. Il peut être utilisé 300 heures contre les douleurs dorsales, articulaires ou musculaires, les maux de tête ou les douleurs prémenstruelles.

Disponible sur le site www.AtlantisMedicalSystems.fr au prix de 29,90 €.

L'avis de la pro : il est préférable de demander l'avis du kiné qui maîtrise davantage le sujet.

LE GANT D'AUTOPALPATION DU SEIN

Conçu pour examiner ses seins, le gant d'autopalpation Seinsensitive aide à détecter précocement les cancers du sein. Il est fourni avec un DVD de démonstration, un livret explicatif, un calendrier et une pochette pour l'accrocher dans la douche.

Le kit d'autopalpation est vendu 19,90 € sur le site www.comptoir-de-vie.com.

L'avis de la pro : la démarche est intéressante... tant qu'on n'oublie pas d'aller voir son gynécologue une fois par an !

LA LUMIÈRE INFRAROUGE POUR DÉCONTRACTER LES MUSCLES

Un concentré de chaleur à très faible énergie. C'est ce que proposent aujourd'hui les lampes à infrarouge lointain (IRL), dont l'une des dernières-nées de Medisana. Non contente de sti-

muler la circulation sanguine, elle décontracte les muscles et apaise les douleurs.

Autour de 36 € dans les magasins Boulanger et sur internet (Cdiscount.com, Amazon.fr et Rueducommerce.fr).

L'avis de la pro : probablement inoffensive, cette lampe n'est pas vendue par des professionnels de santé : l'efficacité est-elle bien prouvée ?

LA CEINTURE CHAUFFANTE LONGUE DURÉE ET RECHARGEABLE

La ceinture chauffante Urgo fonctionne avec des recharges qui libèrent une chaleur constante pendant huit heures. Extensible et fermée par un scratch, elle s'adapte à toutes les tailles. Détente assurée pour tous les maux de dos.

En pharmacie, 13,55 € avec ses quatre recharges.

L'avis de la pro : la chaleur a fait ses preuves pour soulager les tensions musculaires. De plus, celle-ci semble assez économique.

L'AUTOTENSIONNÈME CONNECTÉ

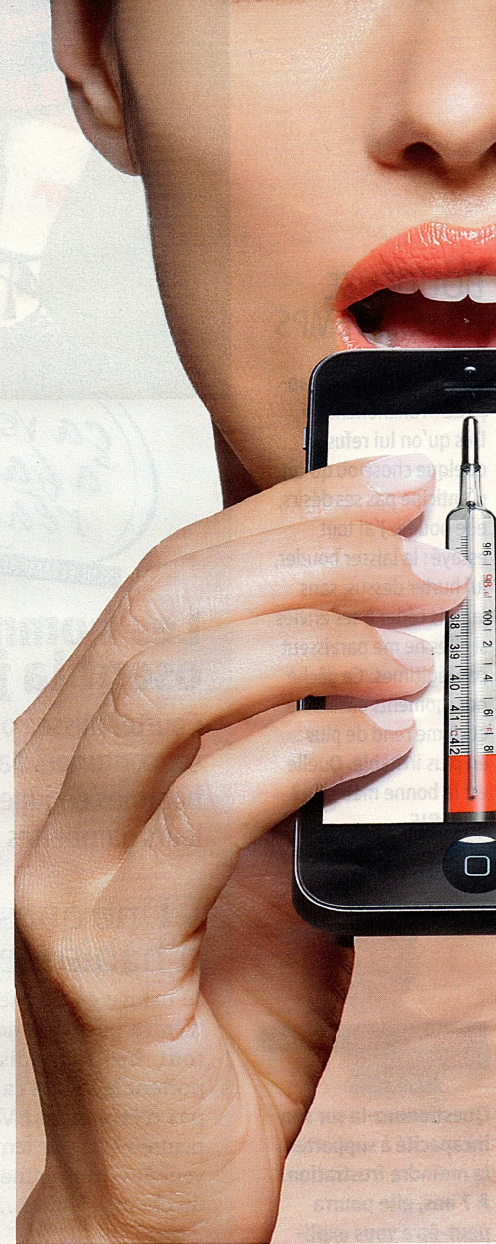
Avec les tensiomètres sans fils et entièrement automatiques d'iHealth, la surveillance de la tension artérielle devient un jeu d'enfant. Grâce au Bluetooth et à l'application mobile iHealth MyVitals, ils permettent l'automesure de la tension artérielle, et la transmission directe des données sur les appareils Apple et Android.

Disponibles en version brassard (99 €) ou poignet (79 €) sur www.ihealthlabs.fr. L'application iHealth MyVitals est disponible gratuitement sur l'App Store et Google Play.

L'avis de la pro : l'hypertension touche davantage les personnes âgées, moins intéressées par les applis portables, mais cet autotensionnème pourra aussi attirer un patient jeune qui doit se surveiller.

LA BROSSÉ À DENTS INTELLIGENTE

Avec ses six modes de brossage, ses cinq brossettes, sa connexion Bluetooth, son système d'avertissement et son minuteur, L'Oral B Black 7000 permet un brossage sur mesure, et



vous prévient même quand vous devez changer de zone de brossage. Son prix ? Autour de 252 €. Mais la PowerUp Sensitive de Philips, avec minuteur intégré et brossettes Pro Results, qui réalise 15 000 mouvements/minute, est également performante. Et elle ne coûte que 40 €.

L'avis de la pro : le modèle haut de gamme est cher, mais une brosse à dents électrique est toujours efficace pour bien prendre soin de sa santé dentaire.

LA GOUTTIÈRE QUI EMPÊCHE DE RONFLER

Dix millions de Français ronflent... au grand dam de leur conjoint, le plus souvent. Il existe une solution : les appareils dentaires mandibulaires. En permettant une légère avancée de la mâchoire inférieure, ces gouttières seraient efficaces dans 80 % des cas. On en trouve aujourd'hui des prêtes à porter réglables.

Somnolis, Somnofit, Oximed, Oniris, disponibles en pharmacie ou sur www.oscimedsa.com et www.oniris-ronflement.fr. Entre 30 et 100 €.

L'avis de la pro : le dispositif joue sur la mâchoire, alors demandez d'abord l'avis de votre ORL, ou de votre médecin si vous souffrez d'apnée du sommeil. L'usage de ces gouttières ne doit pas affecter votre traitement habituel.