

Chère lectrice, cher lecteur,

Qui dit été dit vacances. Les destinations lointaines sont de nouveau accessibles et nous attirent. Si vous souhaitez partir loin, renseignez-vous sur les éventuels risques pour la santé dès que vous planifiez votre voyage. Car la diarrhée, les nausées et, selon la destination, les maladies tropicales s'invitent souvent au programme. Nous vous expliquons comment prévenir ces maladies et, en cas de symptômes, comment les atténuer – par des comportements adéquats, une alimentation optimale ou des produits de la pharmacie. Il est également important de savoir face à quels symptômes il faut solliciter l'aide d'un médecin.

Même si les vacances à l'étranger figurent de nouveau tout en haut de notre «wish list», nous avons aussi, chez nous en Suisse, de petits trésors qui valent bien le détour, à commencer par les treize sites classés au patrimoine mondial de l'UNESCO, que nous vous présentons dans notre sujet phare. Et que seraient les vacances sans énigmes et casse-têtes pour faire passer le temps plus vite?! Nous vous avons préparé une petite collection de problèmes à cogiter pour changer du quotidien.

L'été, c'est aussi la saison des baignades. Si vous voulez éviter les accidents, retenez les six règles d'or à respecter. Ce numéro d'astreaPHARMACIE vous apprendra tout ce à quoi il faut faire attention dans, sur et au bord de l'eau, et vous fournira bien d'autres informations d'actualité autour de votre santé.

Je vous souhaite une lecture aussi divertissante qu'enrichissante... et des vacances d'été reposantes.

Cordialement,



Jürg Lendenmann
Rédacteur en chef adjoint