

### Un gène influence le temps de sommeil

Le gène DEC2 influence notre horloge biologique. On connaissait un gène qui réduisait notre besoin de sommeil. Au lieu de 8 heures, les porteurs du gène n'ont besoin que de 6,5 heures de sommeil en 24 heures, alors que la phase de sommeil profond reste inchangée pour les petits dormeurs et les dormeurs normaux. Une nouvelle mutation du gène DEC2 a été découverte, et le sommeil de 100 paires de jumeaux a été testé: seul un des deux jumeaux était porteur de cette mutation. Outre leur durée de sommeil réduite, le taux d'erreur des petits dormeurs était inférieur de 40% lors de tests après une privation de sommeil de 38 heures, et leur récupération de sommeil était réduite de 1,5 heure.

Source: Deutsche Apotheker Zeitung

Photo: © asierromero, Fotolia.com



### Maux de tête dus au chewing-gum

Des chercheurs israéliens ont réalisé une étude sur 5 garçons et 25 filles d'un âge moyen de 13 ans souffrant de migraines (60%) et de céphalées de tension (40%). L'objectif était de connaître les effets de la mastication de chewing-gum sur une durée de plus de 6 heures par jour. Après un mois sans mâcher de chewing-gum, 19 enfants ne présentaient plus de maux de tête et chez 7 d'entre eux, les troubles étaient nettement atténués. Chez les 20 participants qui ont recommencé à mâcher du chewing-gum à l'issue de l'étude, les céphalées sont rapidement réapparues. Les jeux vidéo, la lecture, le bruit, la fumée, les aliments comme le chocolat, le fromage et l'alcool peuvent aussi causer des maux de tête.

Source: PTA heute

### L'effet Angelina Jolie

L'année passée, la célèbre actrice américaine Angelina Jolie a procédé à une ablation préventive de sa poitrine. La raison: elle est porteuse d'un gène BRCA1 muté. Un

défaut du breast cancer gene (gène du cancer du sein) augmente de 80 à 90% le risque de cancer du sein. La décision d'Angelina Jolie a eu une forte influence sur le comportement de nombreuses femmes: suite à l'annonce de l'opération de l'actrice, le nombre de femmes voulant faire le test génétique permettant d'évaluer le risque de cancer du sein a plus que doublé en Angleterre. A la Charité à Berlin, ainsi que dans bon nombre d'autres hôpitaux universitaires ou centres spécialisés d'Allemagne, les demandes ont été multipliées par deux, voire quatre.

Source: Healthcare Economist, Spiegel online

### Transpiration: le polyester sent plus mauvais

La transpiration initialement inodore est principalement décomposée par des micro-organismes tels que les corynébactéries, les propionibactéries et les microcoques. Il en résulte des odeurs que nous percevons comme désagréables, celles de la transpiration. L'intensité de cette odeur dépend non seulement du nombre de bactéries, mais aussi des vêtements que l'on porte. Chris Callewaert et son équipe de l'Université de Gand ont démontré que les vêtements de sport en polyester sentent nettement plus mauvais que ceux en coton. Explication possible: le tissage moins dense du polyester favorise la multiplication des microcoques.

Source: Deutsche Apotheker Zeitung

### Quand l'alcool a mauvais goût

Habituellement, on n'aime pas ce qui est amer. Pour certaines personnes, les boissons alcoolisées ont un goût si amer et piquant qu'elles ne les aiment pas. Les scientifiques autour de John Hayes de la Pennsylvania State University en ont découvert la raison: deux gènes du récepteur de goût amer et un gène du récepteur de brûlure sont en cause. Les chercheurs expliquent que selon les gènes que nous portons, nous avons plus ou moins de facilité à nous habituer à l'alcool.

Source: scinexx.de

### Les bienfaits du miel

Les vertus cicatrisantes du miel sont connues. Tobias Olofsson et son équipe de l'Université de Lund en Suède ont montré que les agents capables de combattre des micro-organismes sont produits par 13 bactéries lactiques vivant en symbiose dans l'estomac des abeilles. Olofsson a testé les protéines, les acides gras et le peroxyde d'hydrogène individuellement, mais aussi en combinaison, pour combattre différents germes présents dans les hôpitaux. Les résultats étaient positifs. De même, les substances individuelles montraient des effets synergiques dans les combinaisons. En clair: leur effet est décuplé.

Source: Deutsche Apotheker Zeitung