



Page réalisée par  
Damien Lacroix, Pauline  
Michel et Yolande  
Gauthier

# QUESTIONS

## COMPTOIR

### Est-ce vrai que l'huile de ricin fait pousser les cheveux ?

**Réponse :** L'huile de ricin fortifie les phanères (cheveux, ongles et cils). Réputée pour favoriser la croissance capillaire, elle est indiquée en cas de chute de cheveux, bien qu'aucune étude clinique ne vienne confirmer cette activité. Elle est également indiquée pour régénérer des cheveux abîmés par les permanentes ou décolorations et pour rendre plus doux les cheveux secs, cassants ou fourchus. Elle s'applique seule ou en association à une autre huile végétale, de préférence le soir. Idéalement, on pourra laisser agir toute la nuit en protégeant sa tête avec une serviette et le lendemain matin, rincer avec un shampoing doux. Cette huile pouvant être à l'origine d'allergies, mieux vaut faire un essai sur le pli du coude avant de l'appliquer sur la chevelure.

Sources : [aroma-zone.com](http://aroma-zone.com), « Propriétés et utilisation de l'huile de ricin, oléagineux, corps gras, lipides », 10-5, janv. févr. 2012.

### Le pain de mie a-t-il la même valeur nutritionnelle que la baguette classique ?

**Réponse :** Les ingrédients de base sont les mêmes pour tous les pains : farine, levure, sel et eau. Cuit dans un moule et non pas sur une plaque, le pain de mie renferme en plus des lipides (4,7 g/100 g en moyenne, alors que la baguette courante en contient à peine 1,5 g), mais aussi différents additifs tels émulsifiants et conservateurs. En outre, du lait peut être utilisé en petite quantité pour sa fabrication. Le degré de raffinage de la farine doit par ailleurs être pris en compte. La teneur en protéines, fibres, sels minéraux et vitamines B est d'autant plus élevée que la farine utilisée est complète.

Source : Cerin, table Ciquial 2012.

### L'INTERVIEW



**DR JEAN-MARIE COHEN**, coordinateur national des groupes régionaux d'observation de la grippe (GROG) et consultant pour Open Rome.

### Quels sont les risques de transmission interhumaine du virus grippal aviaire A(H7N9) ?

Actuellement, les virus grippaux A(H7N9) sévissent presque exclusivement chez les volailles. Les foyers épizootiques chinois de cette « grippe aviaire » se sont accompagnés de quelques cas humains, chez des personnes environnées de poulets infectés (marchés, poulaillers, abattoirs) et ayant inhalé des doses très importantes de virus. Les rares humains ainsi infectés n'ont probablement pas transmis ces virus à leurs proches. On se trouve donc dans le même cas de figure que pour la grippe

aviaire H5N1 : la circulation d'un virus grippal bien adapté aux volailles qui ne parvient à infecter des humains que lors d'expositions à des doses infectantes considérables. L'obstacle à cette transmission des volailles aux hommes tient à l'emplacement des sites membranaires sur lesquels les virus peuvent se fixer : pour la grippe A(H5N1), ces sites sont situés sur les cellules muqueuses des bronchioles profondes. De plus, la température qui y règne est plus élevée

que dans le nez, ce qui gêne la réplication des virus grippaux aviaires. Il faut être plus méfiant avec les virus H7 car ils peuvent se fixer non seulement sur les mucocytes des bronchioles profondes mais aussi sur les mucocytes des glandes lacrymales, ce qui explique la fréquence des conjonctivites dans les cas de grippe A(H7N7) et A(H7N9). Cette particularité pourrait faciliter beaucoup leur transmission d'un humain à l'autre et leur adaptation à l'homme.

### Pourquoi, sur les boîtes de Doliprane 300 mg en sachets, le poids maximal est de 30 kg alors qu'il n'est que de 24 kg pour la forme suppositoire 300 mg ?

**Réponse :** La différence de poids maximal inscrit sur l'emballage ne dépend pas de la dose de paracétamol administrée mais de la galénique du produit. La forme sachet et la forme suppositoire n'ont pas les mêmes effets indésirables liés à la voie d'administration. D'après des études cliniques, des anites et des rectites locales peuvent survenir chez l'enfant si la dose est supérieure à quatre suppositoires par jour. La posologie de paracétamol ne doit pas être inférieure à 50 mg/kg/jour pour être efficace. La forme suppositoire ne peut donc être administrée à un enfant de plus de 24 kg. En revanche, un enfant peut prendre jusqu'à 6 sachets par jour, et son poids peut être alors au maximum de 30 kg (posologie recommandée de 60 mg/kg/jour).

Source : RCP Doliprane 300 mg sachets et RCP Doliprane 300 mg suppositoires.