

- Réveils nocturnes pour uriner : quand cela devient-il inquiétant ?
- Maroc : retrait en urgence de la pommade jaune "Orimumycin"

# 7 DAYS SANTÉ & CONSO

11-04-2025



**Le Maroc renforce la santé maternelle et néonatale à travers une campagne nationale de sensibilisation**

# WEB RADIO DES MAROCAINS DU MONDE

ويب راديو مغاربة العالم

+750.000 AUDITEURS PAR MOIS | ÉMISSIONS, PODCASTS & MUSIC

**R212**  
**LDJ**

DISPONIBLE SUR  
**Google Play**



**SCAN ME!**



# Le Maroc renforce la santé maternelle et néonatale à travers une campagne nationale de sensibilisation

**Dans le cadre de la mise en œuvre de la Stratégie de communication pour le changement social et comportemental 2023-2027, élaborée par l'Initiative nationale pour le développement humain (INDH) en partenariat avec le ministère de la Santé et de la Protection sociale (MSPS), une campagne nationale de sensibilisation sur l'importance du suivi et des soins prénatals se déroule du 7 avril au 8 mai.**

**Sous le slogan « Un suivi de grossesse précoce et régulier... pour préserver la santé de la mère et du bébé », une campagne nationale met en lumière l'importance de la santé maternelle et néonatale.**



Cette initiative s'inscrit dans le cadre de la Stratégie de communication pour le changement social et comportemental 2023-2027, menée par l'Initiative Nationale pour le Développement Humain (INDH) en partenariat avec le ministère de la Santé et de la Protection sociale (MSPS), à l'occasion de la Journée mondiale de la santé célébrée chaque 7 avril, dont le thème retenu cette année par l'OMS est la santé des mères et des nouveau-nés.

Cette campagne vise à renforcer les acquis, améliorer les performances en matière de consultations prénatales – reconnues scientifiquement comme un levier essentiel dans la réduction de la morbidité et de la mortalité maternelle et néonatale –, et à élargir les efforts vers l'ensemble des composantes des 1.000 premiers jours de vie, considérés comme une période clé pour le développement optimal des générations futures.

Dans ce cadre, une plateforme de formation en ligne (MOOC), conçue avec le soutien de la Banque mondiale, a été mise en place. Elle porte sur les techniques de counseling et la promotion de bonnes pratiques pendant les 1.000 premiers jours, de la conception jusqu'à l'âge de deux ans. Un premier cycle de formation, à destination des professionnels de santé et des relais communautaires, sera lancé en avril.

Cet engagement s'inscrit dans la dynamique nationale portée par le Nouveau Modèle de Développement et les Objectifs de Développement Durable (ODD) à l'horizon 2030. Le Maroc, avec l'appui de ses partenaires – dont l'INDH, les ministères concernés, l'OMS et les agences onusiennes –, a réalisé des progrès notables : entre 2010 et 2016, le taux de mortalité maternelle a baissé de 35 %, et celui de la mortalité néonatale de 38 %, selon l'Enquête Nationale sur la Population et la Santé Familiale (ENPSF 2018).

La campagne s'appuie sur une stratégie de communication multicanale : diffusion de spots télévisés et radiophoniques en arabe et en amazigh, contenus numériques partagés sur les plateformes du MSPS et de l'INDH, ainsi que des séances de sensibilisation dans les établissements de santé et les centres Dar Al Oumouma. Pour renforcer la mobilisation communautaire, des messages spécifiques seront également relayés lors du prêche du vendredi, dans l'objectif de promouvoir des comportements favorables à la santé et à la nutrition de la mère et de l'enfant.



## Santé : le Maroc renforce ses liens avec la France

Lors de la Journée Franco-Marocaine en Santé, le ministre Amine Tahraoui a salué l'appui de la France dans les réformes du système de santé marocain.

Il a souligné l'importance des échanges médico-scientifiques entre les deux pays et mis en avant les progrès réalisés au Maroc, notamment l'élargissement de la couverture sanitaire obligatoire à plus de 25 millions de citoyens.

Il a aussi insisté sur la nécessité de renforcer la coopération en recherche et innovation pour relever les défis sanitaires futurs.

## Des champignons dans votre nez qui aggravent l'asthme ?

Une étude portugaise révèle que les champignons présents dans le nez — le mycobiote nasal — pourraient jouer un rôle clé dans les maladies respiratoires comme l'asthme et la rhinite.

En comparant des enfants malades à des sujets sains, les chercheurs ont constaté une plus grande diversité fongique chez les premiers, avec des espèces connues pour être allergènes. Certains champignons semblent même s'adapter à l'inflammation. Une molécule produite par ces micro-organismes pourrait devenir une cible thérapeutique.



## Diabète : reprise d'insuline en 48h grâce à un médicament

Des chercheurs australiens ont découvert que deux médicaments anticancéreux approuvés par la FDA peuvent relancer la production d'insuline en seulement 48 heures.

En ciblant une enzyme clé, EZH2, ces traitements permettent de reprogrammer certaines cellules pancréatiques en cellules bêta productrices d'insuline.

Cette avancée pourrait transformer la prise en charge du diabète de type 1. Le recours à des médicaments déjà utilisés pour d'autres maladies accélère le développement clinique et offre un nouvel espoir aux patients.







## Conçu en hiver, mince à vie ?

Une étude japonaise révèle que la saison de conception pourrait influencer le métabolisme à l'âge adulte.

Les personnes conçues en hiver activeraient plus efficacement leur graisse brune, un tissu qui brûle des calories pour produire de la chaleur. Ce phénomène favoriserait une dépense énergétique accrue et un risque moindre de surpoids.

Les chercheurs évoquent une piste épigénétique liée aux conditions environnementales au moment de la fécondation.

## Maroc : retrait en urgence de la pommade jaune "Oriumycin"

Les autorités sanitaires marocaines ont ordonné le retrait urgent de plusieurs lots de la pommade Oriumycin 1 %, communément appelée « pommade jaune », après la détection d'un défaut de consistance pouvant nuire à la santé des patients. Les lots concernés sont les 22043, 22046 et 1001. L'Agence marocaine des médicaments a demandé aux pharmacies et établissements de santé d'arrêter immédiatement sa distribution, de retourner les stocks et de fournir un rapport détaillé du retrait, accompagné d'un procès-verbal de destruction.



## Cheveux qui tombent au printemps : faut-il s'inquiéter ?

Le changement de saison ne concerne pas que les plantes, nos cheveux aussi. Le printemps, tout comme l'automne, est une période souvent marquée par une chute capillaire plus importante. Cette perte reste généralement temporaire et naturelle. Elle correspond à la reprise du cycle pileaire après une phase de repos hivernale, appelée phase télogène, où les follicules cessent momentanément de produire de nouveaux cheveux.



# Réveils nocturnes pour uriner : quand cela devient-il inquiétant ?

**Se lever la nuit pour uriner est souvent perçu comme un petit désagrément, mais cela peut être un signe de votre santé. À partir de quand faut-il s'inquiéter et comment y remédier ?**

**Le corps humain est conçu pour réduire la production d'urine la nuit afin de favoriser un sommeil ininterrompu.**

**Toutefois, il n'est pas rare de devoir se lever pour vider sa vessie une fois, ce qui reste généralement sans inquiétude. Mais si ce besoin se répète fréquemment pendant la nuit, il peut s'agir d'une condition appelée nycturie, un symptôme plutôt qu'une maladie.**

**La nycturie peut être causée par divers facteurs, allant de l'âge à des troubles plus sérieux.**



### **Les causes possibles**

Plusieurs raisons peuvent expliquer les réveils nocturnes fréquents. Par exemple, pour les hommes, l'élargissement de la prostate, souvent lié à l'âge, peut comprimer l'urètre, ralentissant l'évacuation de l'urine et empêchant une vidange complète de la vessie.

- Le diabète, en augmentant le taux de sucre dans le sang, pousse les reins à produire davantage d'urine, même pendant la nuit.
- Les troubles cardiaques, comme l'insuffisance cardiaque, modifient aussi la circulation des fluides dans le corps, augmentant la production d'urine en position allongée.
- Le rôle des hormones est également crucial. L'hormone antidiurétique (ADH) est censée ralentir la production d'urine la nuit, mais son dysfonctionnement, souvent dû au vieillissement ou à certaines pathologies, peut perturber ce cycle naturel.

### **Comment limiter la nycturie ?**

Si les réveils nocturnes sont fréquents, certains ajustements peuvent améliorer la situation.

- Evitez de boire trop de liquides le soir, surtout les boissons diurétiques comme le thé ou l'alcool, qui stimulent la production d'urine.
- Créez une « zone tampon » de 2 à 3 heures avant de vous coucher, durant laquelle vous limitez l'ingestion de liquides.
- 

De plus, il est bénéfique de renforcer les muscles du plancher pelvien grâce à des exercices réguliers, ce qui vous aidera à mieux contrôler votre vessie la nuit.

**Si malgré ces changements, vous vous réveillez encore fréquemment la nuit pour uriner, il est conseillé de consulter un médecin.**





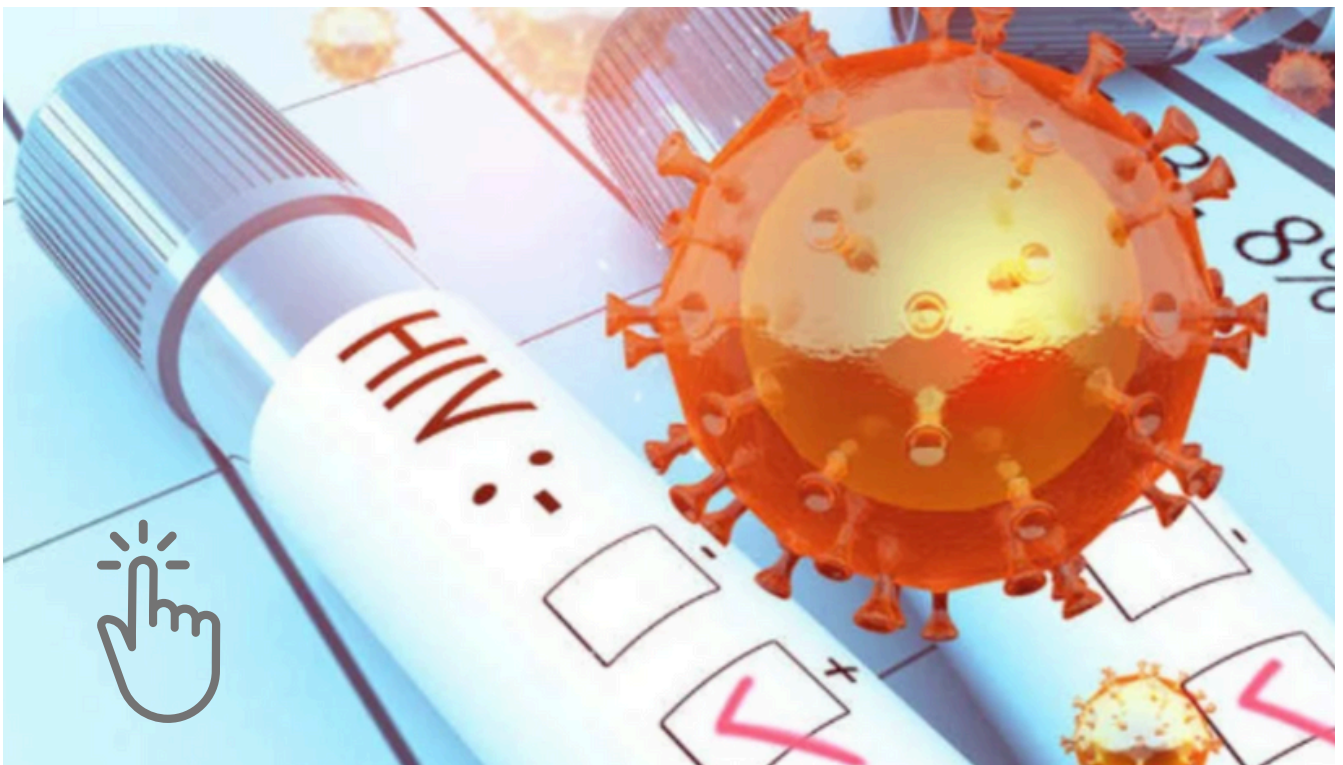
## Good news of the week



### Lutte contre le VIH : le Maroc enregistre des avancées majeures grâce à une stratégie inclusive

**Doté d'un nouveau Plan stratégique intégré pour le VIH, les IST et l'hépatite virale (2024-2030), le Maroc enregistre des progrès significatifs dans la lutte contre le VIH, avec une baisse de 35 % du taux d'infection entre 2010 et 2023. Ces résultats encourageants contrastent avec une tendance régionale préoccupante marquée par une augmentation des nouvelles infections, selon le dernier rapport de l'Alliance mondiale d'organisations gouvernementales et non gouvernementales Frontline AIDS.**

**Selon Frontline AIDS, le Maroc se positionne aujourd'hui comme un acteur déterminé dans la lutte contre le VIH, notamment grâce à la mise en œuvre d'un nouveau Plan stratégique intégré (2024-2030) couvrant le VIH, les IST et l'hépatite virale. Ce plan se distingue par une approche inclusive, qui place les populations clés au cœur des politiques de santé, en les impliquant activement dans leur conception et leur mise en œuvre. Piloté par le groupe de travail technique national, ce dispositif permet à la société civile de jouer un rôle central dans la riposte nationale, contribuant ainsi à l'amélioration notable du paysage sanitaire.**



***Cliquer sur l'image pour lire cet article au complet***

---



**+ 1.000.000**

Personnes touchées par mois



@lodjmaroc

