

Patient:

Date:

Tuesday 23rd April 2019

Commentaires :

- Vous avez souhaité prendre un RV dans le cadre de la Médecine Fonctionnelle en raison de difficultés pour perdre le poids acquis durant la récente grossesse, à savoir 20 kilos dont vous n'avez perdu que la moitié. Vous souffrez d'une rétention d'eau importante (« *gonflée, pleine d'eau* ») ainsi que d'autres plaintes telles anxiété, motivation faible, manque de mémoire et de concentration, pieds *glacés*, acné...
- Vous êtes bien consciente d'une probable origine alimentaire car vous avez hérité vos habitudes d'une « *mère très 'féculents'* » et vous admettez que « *le blé est votre drogue* ». La question s'est posée, dès la première entrevue, de savoir si cela convient à votre génotype apoE, en particulier dans le contexte d'une origine polynésienne. La réponse est non : les allèles E3 imposent une « *high-fat/low-carb diet* ».
- Donc, vous faites fausse route depuis des années et l'addition s'avère déjà très lourde avec trois gros problèmes de santé détectés par cette analyse biologique exhaustive. En premier lieu, sans surprise vu la surconsommation de **blé, céréales, féculents, fructose, sucres rapides, boissons sucrées, colas**, on constate un grave excès d'hémoglobine glycosylée (HbA1c) pour votre âge, déjà proche du 'prédiabète'.
- Cela entraîne une fermentation intestinale excessive à l'origine d'une prolifération microbienne dont des bactéries Gram - sécrétant le redoutable *lipopolysaccharide* (LPS). Cette endotoxine augmente la perméabilité intestinale d'autant plus facilement que la **gliadine** contenue dans le **gluten** provoque elle aussi un '*leaky gut*'. Il s'agit donc de suspendre temporairement la consommation des **céréales à gluten** (plus de réduire celle des autres **céréales**) pour permettre un rétablissement de la barrière intestinale.
- Tout ce dérèglement de l'écosystème intestinal, affectant tant la paroi ('*leaky gut*') que le microbiote (*dysbiose intestinale*), alimente certainement le phénomène que l'on appelle *stress oxydant* et qui peut être comparé à l'acier qui rouille (rien à voir avec le stress émotionnel, même si celui-ci n'aide pas). Il s'exprime par la forte oxydation du 'mauvais' cholestérol LDL, aussi facteur de risque cardiovasculaire.
- Notre programme inclut donc des aliments antioxydants spécifiques et des phytonutriments sélectionnés pour leur capacité à juguler l'oxydation du LDL, soit resvératrol (RSXPY), quercétine (QCWPY), curcumin (CQHPY) et berbérine (BBTPY). Les deux derniers font partie, aux côtés des probiotiques (FM12SJ), du traitement intestinal en raison de leurs remarquables activités antimicrobiennes et anti-inflammatoires.
- La perte de poids viendra d'une bonne diète qu'il faudra mettre en œuvre avec l'aide du nutritionniste, mais aussi d'un soutien de votre activité métabolique de base. C'est le rôle de notre traitement tant thyroïdien que surrénalien. Ce dernier est basé sur la pregnenolone qui vous fait défaut à cause d'une surconsommation de l'hormone de stress cortisol (manque de métabolites urinaires / 17-OH-stéroïdes).
- Le soutien thyroïdien n'a pas de composante hormonale grâce à la bonne tenue de votre génotype DIO2. Il se base sur les cofacteurs (iode, zinc, sélénium, magnésium) et la plante ayurvédique guggul (CMNPY).

Georges MOUTON MD