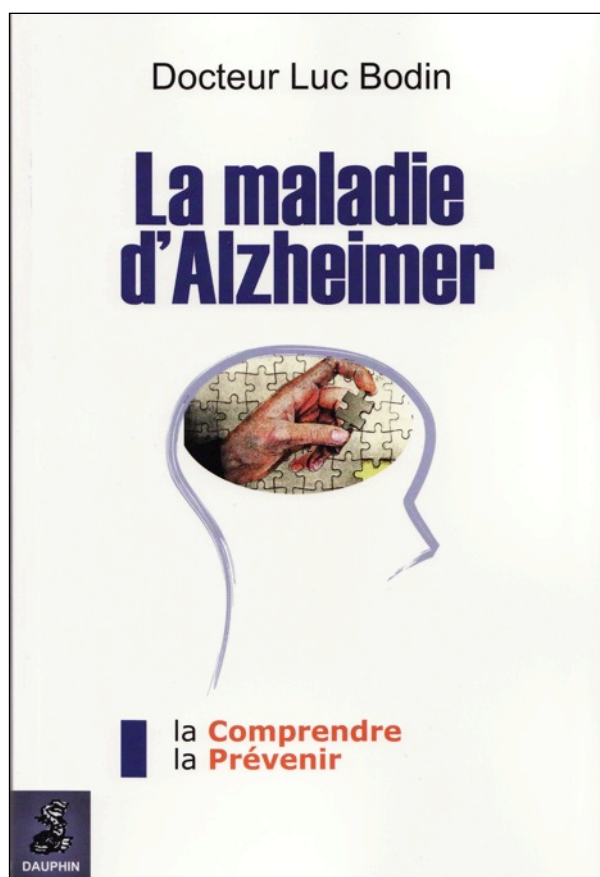


# La maladie d'Alzheimer

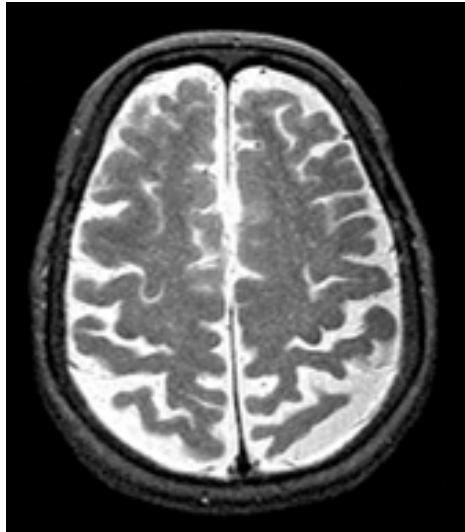
## La comprendre, la prévenir



Conférence du Dr Bodin :

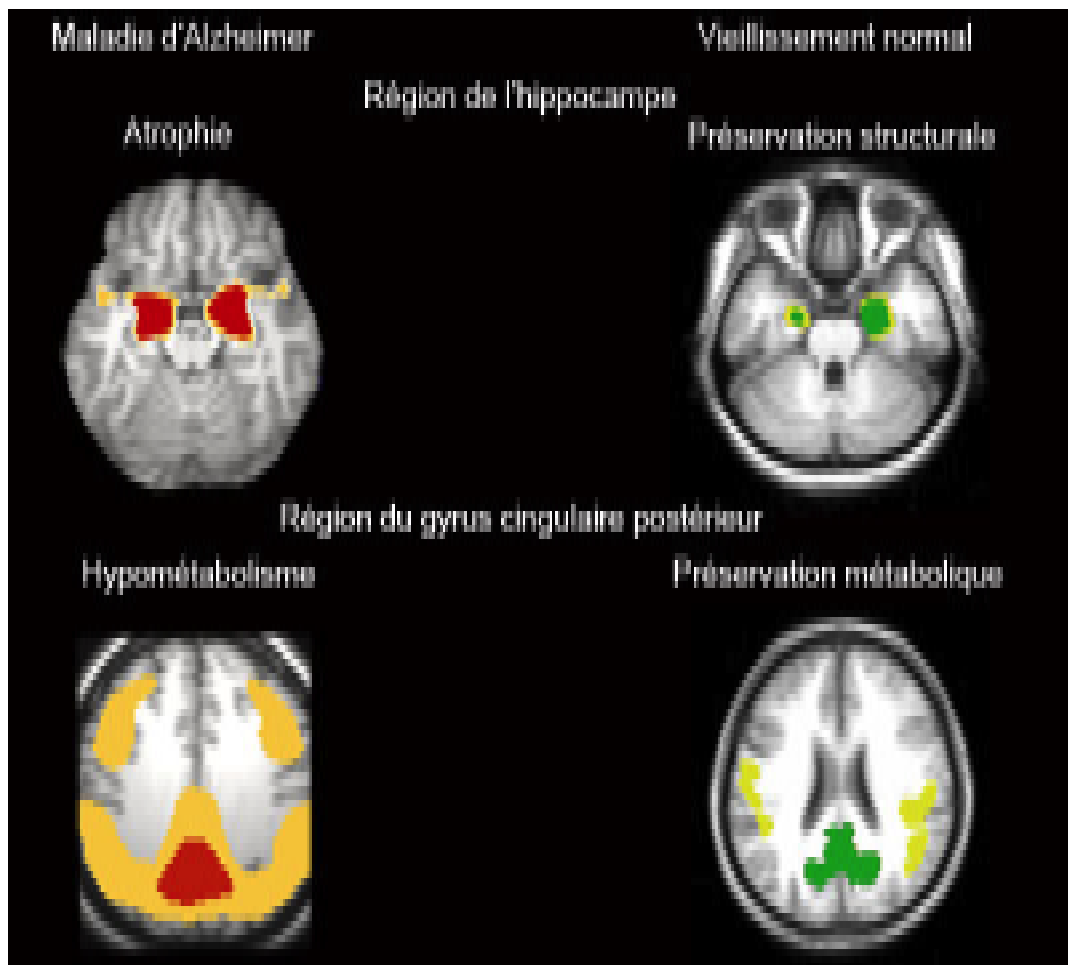
[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

- ♥ **Aujourd'hui** : 860.000 personnes atteintes en France (1 personne sur 73).  
 130.000 nouveaux cas par an – 1,3 millions en 2020  
 Après 65 ans la maladie d'Alzheimer touche 1 personne sur 10.  
**Pourquoi autant de personnes et pourquoi si rapidement ?**



- ♥ Notre cerveau pèse 1500 gr et 30 milliards de neurones. (plicature, régénération, plasticité cérébrale)
- ♥ Découverte en 1906 par le neuropathologiste allemand ***Alois Alzheimer (1864-1915)***, (observation du cas de Mme Auguste D.)
- ♥ ***Définition*** : La MA est une maladie du cerveau qui entre dans la catégorie des démences, c'est à dire une « détérioration intellectuelle », « ***une diminution irréversible des facultés intellectuelles, en particulier une altération de la mémoire, de la pensée abstraite, du jugement et de la personnalité*** ».
- ♥ La maladie d'Alzheimer se caractérise par :
- la ***mort progressive des cellules nerveuses*** (région de l'hippocampe)  
 → diminution du poids du cerveau jusqu'à 25 %.
  - des ***lésions dégénératives caractéristiques*** :
    - \* une accumulation de ***plaques sessiles ou amyloïdes***,
    - \* une ***dégénérescence neuro-fibrillaire, constituée de protéines anormale « tau »***
    - \* la ***diminution de la neurotransmission de l'acétylcholine***.
- ♥ ***Espérance de vie*** entre 2 à 20 ans (***moyenne de 7 ans***).

♥ **La maladie d'Alzheimer est bien une maladie**, et non processus normal de vieillissement.



*Les régions cérébrales les plus atteintes sur le plan structural et fonctionnel dans la maladie d'Alzheimer (en rouge, à gauche) correspondent aux régions les mieux préservées au cours du vieillissement normal (en vert, à droite). Il s'agit de l'hippocampe et du gyrus cingulaire postérieur. PHOTO INSERM E 218*

## LES CAUSES DE LA MALADIE DE ALZHEIMER

- \* **L'âge et le sexe.**
- \* **L'hérédité:**
  - Les formes familiales (moins de 9% - âge précoce)  
autosomique dominante du gène APP (ch. 21)
  - Les formes sporadiques, (gène de l'apo-lipoprotéine E – ch.19)
- \* **Certains médicaments :**
  - médicaments anticholinergiques,
  - médicaments sédatifs, anti-douleurs
- \* **Les facteurs de risque vasculaire non contrôlés :** HTA, AVC, diabète, cholestérol, triglycérides, sédentarité, tabagisme (50%)...
- \* **D'autres facteurs de risque :**
  - les antécédents de traumatisme crânien,
  - les antécédents de dépression,
  - un faible niveau d'études,
  - le stress,
  - l'alcool, le tabac et les autres drogues.
  - des carences en vitamines (B et E), oligoéléments, AGE
  - une absence de rêves lors du sommeil
  - les rayonnements radioactifs
  - les métaux (mercure, zinc, fer et les toxines)
  - le syndrome d'apnée du sommeil,
  - la Sclérose Latérale Amyotrophique (SLA)
  - la baisse du taux de sérotonine,
- \* **Les champs électromagnétiques :**
  - les champs électromagnétiques de basse fréquence :  
mélatonine, mémoire, sommeil, immunité..
  - Les hyperfréquences ou micro-ondes : barrière hémoméningée. destruction des neurones (Santini)
- \* **L'aluminium** (publication du groupe Paquid : rapport entre aluminium dans eau de boisson – MA – plaques amyloïdes)
- \* **L'aspartam** (acide aspartique et phénylalanine : neurotoxiques),
- \* La maladie d'Alzheimer serait une **nouvelle sorte de diabète.**
- \* **Une bactérie :** la *Chlamydia Pneumoniae*.

## LES EFFETS PROTECTEURS CONTRE LA M.A.

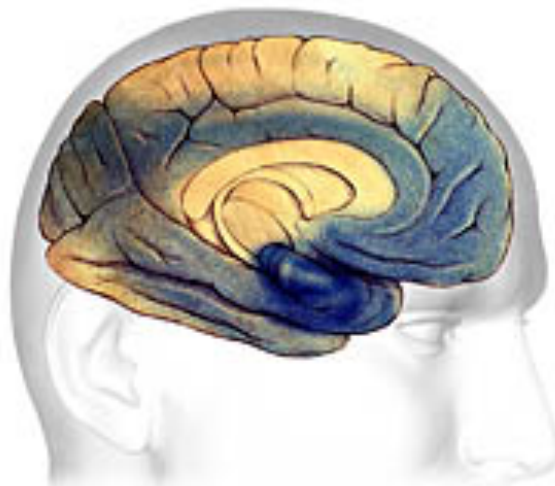
- \* **Les traitements antihypertenseurs et hypocholestérolémiants,**
- \* **Les traitements inflammatoires non stéroïdiens (AINS),**
- \* **Un niveau d'éducation élevé,**
- \* **Des activités physiques et sociales,**
- \* **Les antioxydants :** vitamine C et E, AGE contre les Radicaux libres.
- \* **De petites quantités de vin ou de bière,**
- \* **Le tabac à petites doses.**

## SYMPTOMES DE LA MALADIE DE ALZHEIMER

- ♥ **La pré-maladie** dure en moyenne 3 à 4 ans : déficit de la mémoire
  - persistant et non simple trouble de l'attention.
  - caché ou minimisé par la personne +/- dépression et anxiété.
  - vus sur les tests neuropsychologiques.
  
- ♥ **Puis maladie** : apparition successivement de troubles du langage, de l'attention, du caractère, , de l'orientation temporo-spatiale.
  - avec des périodes possibles d'accalmie.
  
- ♥ **Au stade avancé** : perte de l'autonomie, de la communication, des troubles moteurs, de la déglutition... dénutrition...

**Au total, le diagnostic de maladie d'Alzheimer peut être évoqué devant :**

- 1- une perte de mémoire,
- 2- et au moins un autre signe de perturbation parmi les fonctions intellectuelles suivantes:
  - trouble du langage,
  - trouble de l'attention,
  - trouble du jugement,
  - incapacité à exécuter des tâches complexes,
  - désorientation dans le temps et dans l'espace.
  - anxiété,
  - dépression.



## LE DIAGNOSTIC DE MALADIE D'ALZHEIMER

- ♥ **Plainte** de la famille ou de la personne.
- ♥ **Examen clinique** généralement normal.
- ♥ **Evaluation mnésique** :
  - Mini Mental State Examination (MMSE)
  - le Test de l'horloge : dessiner une horloge indiquant 5 heures moins le quart.
  - le Test des cinq mots. (par exemple : pâquerette, chien abricot, pantalon, accordéon).
- ♥ **Examens complémentaires**, (diagnostics positif et différentiel)
  - Prise de sang : normale.
  - EEG ralenti.
  - Scanner et IRM cérébral : atrophie cérébrale.
  - Epreuve par les antidépresseurs sérotoninergiques.

## LE TRAITEMENT DE LA MALADIE D'ALZHEIMER

- ♥ Le **Ginkgo Biloba**.
- ♥ Les inhibiteurs de l'acétylcholinestérase, ou « **anticholinestérase** ».
  - Cognex\* Aricept\* Exelon\* Reminyl\*
  - antagonistes des récepteurs glutamatergiques : Ebixa\*
- ♥ Un **antagoniste des récepteurs glutamatergiques** NMDA (N-Méthyl-D-Aspartate). Mémantine : Ebixa\*
- ♥ **A l'étude** : molécules visant en particulier les plaques amyloïdes (Alzheimed\*), des inhibiteurs des bêta-sécrétases, des inhibiteurs de la Butyrylcholinestérase (BChE)...
- ♥ **En cas de besoin** :
  - antidépresseurs sérotoninergiques,
  - sédatifs comme le méprobamate (Equanil\*).
  - somnifères : zopiclone (Imovane\*) ou zolpidem (Stilnox\*)
  - Sulbutiamine (Arcalion\*)
- ♥ **Une surveillance nutritionnelle** (Poids ++)
- ♥ **Une prise en charge somatique** : mémoire, mobilisation, orientation, parole, ergothérapie, kinésithérapie, psychothérapie.
  - **automobile, argent, médicaments, appareils électroménagers +++**

## PREVENTION DE LA MALADIE D'ALZHEIMER

- ♥ **Supprimer tous les facteurs de risque** : médicaments sédatifs et cholinergiques, HTA, cholestérol, diabète, triglycérides, aluminium, métaux lourds, champs électromagnétiques, radiations, stress, tabagisme, alcools, drogues, aspartam, insomnie, sédentarité...
  
- ♥ **Fournir au cerveau les éléments nutritifs essentiels** :
  - \* **eau**, (neurone : 80 à 85%)
  - \* **sucre lents** (éviter les sucres rapides),
  - \* **protéines**,
  - \* **nutriments** (vitamines, minéraux, oligoéléments)
    - les **antioxydants** : vitamines ACE,  $\beta$ -carotène, acide  $\alpha$ -lipoïque,
    - les **oligoéléments** : zinc, sélénium, phosphore
    - les **vitamines B** (levure de bière, pain complet, légumineuses),
  - \* **magnésium**,
  - \* **oxygène** (cerveau utilise 20%) - activité physique – air ionisé.
  - \* **graisses polyinsaturées  $\omega 3$  et  $\omega 6$**  (peau sèche = neurone sec)
  - \* **circulation cérébrale** : ginkgo biloba
  - \* **régime méditerranéen** (biologique) (*Annales de neurologie* avril 2006),
  
- ♥ **Nettoyer l'organisme** :
  - \* **amélioration de la digestion**,
  - \* faire de **l'exercice physique** (3f/semaine - diminution du risque de 63%),
  - \* **élimination des toxines et métaux lourds** (chélation) : chlorella, chardon marie, ail, aloé véra, spiruline, poconéol 1+5+7
  
- ♥ **Stimuler et protéger les neurones** :
  - \* **silicium organique** (régénération).
  - \* **acides aminés** : phénylalanine, méthionine, acide glutamique, taurine, tryptophane... neurotransmetteurs.
  - \* **homéopathie** : Tabacum, Acide phosphoricum, Kali phos, Baryta carb.
  - \* **plantes** : Panax Ginseng, Galanthus nivalis (perce neige), Vinca minor (petite pervenche), Alnus glutinosa (aulne glutineux)...
  - \* **fortifiants** : gelée royale, sérum de Quinton, Orge verte, spiruline...
  - \* **lécithine de soja** contient des phospholipides, phosphatidylcholine, phosphatidylinositol, acides aminés, vitamines B.
  - \* **Poconéol 2** (nerveux) + **5** (détoxication) + **7** (drainage hépato-rénal),
  - \* **huiles essentielles** : citron et sauge + lavande.
  - \* **RF actif\* Nervo et équisanté** : 1 à 2 tablettes de chaque/ jour
  - \* **ostéopathie**,
  - \* **stimuler sa mémoire**,

## CONCLUSIONS :

### ♥ Des cas de plus en plus nombreux :

- des cas de MA de plus en **plus précoces (avant 50 ans)**
- des MA *sans* démence : notion de **Déclin Cognitif Léger (MCI)** présente des lésions de type Alzheimer dans l'hippocampe. Cependant ces MCI n'évoluent pas toutes vers la maladie d'Alzheimer.
- Le **vieillessement de la population**  
→ **importance de la prévention de la MA**

### ♥ Diagnostic plus précoce – nouveaux critères :

## PISTES DE RECHERCHE :

- \* **Le Café** : 3 tasses/jour chez les femmes préviennent MA,
- \* **Le Cannabis** : prévention MA,
- \* **La Nicotine**.
- \* **Le Vaccin** contre la maladie d'Alzheimer (plaques amyloïdes).
- \* **La régénération** des cellules nerveuses (cellules souches).  
+ **Spasticité** neuronale.
- \* La découverte du rôle des **Astrocytes**.
- \* La **Acétyl L Carnitine (ALC)** : action sur mémoire et circulation.
- \* la **CDP Choline** ; action sur acétyl choline et phspholipides,
- \* La **NADH** : action sur l'énergie du neurone,
- \* La **phosphatidyl choline** : précurseur de l'acétyl choline,
- \* Les **phospholipides** constituant des membranes neuronales.





**LIVRES DU DR LUC BODIN**

**Le Dr Luc Bodin est l'auteur :**

**de nombreux livres d'informations médicales :**

- . *Ho'oponopono, le secret des guérisseurs hawaïens.*  
Éditions Jouvence (2011)
- . *L'EFT, emotional freedom technique.*  
Éditions Jouvence (2011)
- . *Vous avez dit cancer ?* (œuvre collective)  
Éditions Jouvence (2010)
- . *Mieux lire et comprendre vos analyses biologiques.*  
(2<sup>e</sup> édition)  
Éditions du Dauphin (2010)
- . *Le guide de la médecine globale et intégrative.*  
Éditions Albin Michel (2009)
- . *Bien nourrir son cerveau.*  
Éditions du Dauphin (2009)
- . *La fibromyalgie et le syndrome de fatigue chronique.*  
Éditions du Dauphin (2009)
- . *Quand le cancer disparaît.*  
Éditions Trédaniel (2009)
- . *Réussir à guérir.*  
Éditions du Dauphin (2008)
- . *10 solutions naturelles pour aider à guérir du cancer.*  
Éditions le Temps Présent (2008)
- . *L'alimentation, un renfort indispensable contre le cancer.*  
Éditions du Dauphin (2008)
- . *Cancer et plantes d'Amazonie.*  
Éditions Testez (2008)
- . *Mieux vivre la thérapie du cancer.*  
Éditions du Dauphin(2007)
- . *La maladie d'Alzheimer : la comprendre, la prévenir.*  
Éditions du Dauphin (2007)
- . *Mieux lire et comprendre vos analyses biologiques.*  
Éditions du Dauphin (2006)
- . *Pour en finir avec les infections et les allergies récidivantes.*  
Éditions le Temps présent (2006)
- . *Cancer : du diagnostic à l'annonce...*  
Arkhana Vox (2006)
- . *Cancer : causes (physiques et psychiques), formation et développement du cancer.*  
Arkhana Vox (2005)

**de livrets téléchargeables *gratuitement***  
**sur le site [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)**

- . *Gouvernement mondial***  
Éditions Terre des rêves (2011)
- . *Plantes et cancer.***  
Éditions Terre des rêves (2011)
- . *Tests de mémoire.***  
Éditions Terre des rêves (2011)
- . *Préparez-vous au changement***  
Éditions Terre des rêves (2011)
- . *Traitements naturels dans le cancer.***  
Éditions medecine-demain (2009)
- . *Se protéger des champs électromagnétiques.***  
Éditions medecine-demain (2009)
- . *Aliments, vitamines et calories.***  
Éditions medecine-demain (2009)
- . *Cancer, mode d'emploi***  
Éditions medecine-demain (2008)
- . *Une bonne alimentation***  
Éditions medecine-demain (2008)

***Les sites personnels du Dr Luc Bodin :***

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

[www.conseilslucbodin.com](http://www.conseilslucbodin.com)

[www.livreslucbodin.com](http://www.livreslucbodin.com)

[www.preparezvousauchangement.com](http://www.preparezvousauchangement.com)