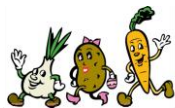


Sommaire – Conséquences du déséquilibre de l'écosystème intestinal

M.1

« La base d'une alimentation personnalisée »

- M.1 Sommaire -
- M.50 Conséquences de la dysbiose
- M.51 Conséquences de l'hyperperméabilité intestinale
- M.54 Surcharge hépatique



Conséquences du déséquilibre de l'écosystème intestinal

M.50

« La base d'une alimentation personnalisée »

Conséquences de la dysbiose

La dysbiose est une vraie maladie de l'écosystème intestinal : divers micro-organismes prolifèrent et acquièrent une virulence qui perturbe la santé :

- Peut entraîner un développement excessif de bactéries nuisibles ou de levures (candida).
- Origine de **troubles digestifs** :
 - Syndrome du côlon irritable,
 - Ballonnements
 - Rots
 - Constipation
 - Diarrhée
 - Spasmes
 - Colites
 - Mauvaise haleine (expiration des gaz intestinaux volatils),
 - Candidose digestive, vaginale

Elle entraîne une diminution de la synthèse de vitamines du groupe B, de vitamine K, d'enzymes digestives.

Le rôle de la flore sur l'immunité fait que son altération compromet nos défenses générales et favorise certaines allergies.



Conséquences du déséquilibre de l'écosystème intestinal

M.51

« La base d'une alimentation personnalisée »

Conséquences de l'hyperperméabilité intestinale

Un grand nombre de réactions allergiques et/ou inflammatoires :

- Allergies et Intolérances

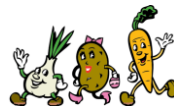
⇒ **Allergie alimentaire** (présence d'IgE spécifiques).

Les allergies correspondent à des réactions exacerbées de défense de l'organisme contre des substances habituellement bien tolérées.

S'il y a perméabilité intestinale, ces substances vont franchir la membrane et se comporter comme des agresseurs, entraînant : dermatite atopique, eczéma, urticaire, asthme, rhinite, conjonctivite.

Les aliments le plus souvent incriminés : lait de vache, œuf, poissons, arachide, noix, céréales, fruits (fraise, melon, kiwi...), légumes...

⇒ **Intolérances alimentaires** : elles diffèrent des allergies par l'intervention des Immunoglobulines G (IgG). Elles se manifestent au niveau des muqueuses et entraînent des signes généraux. Les aliments incriminés sont ceux que l'on consomme quotidiennement : produits laitiers, céréales à gluten, kiwi, œufs... Les intolérances sont le reflet d'une insuffisance digestive en enzymes.



Conséquences du déséquilibre de l'écosystème intestinal

M.52

« La base d'une alimentation personnalisée »

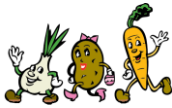
Conséquences de l'hyperperméabilité intestinale

⇒ **Inflammation** : La formation de complexes antigène-anticorps phagocytés entraîne la production de molécules pro-inflammatoires qui en excès se répandent via la voie sanguine dans l'ensemble des tissus des différents organes.

L'inflammation est une réaction physiologique de l'organisme assurant sa protection, celle-ci doit être aiguë, locale et adaptée. A partir du moment où elle devient chronique, générale, inadaptée ou mal contrôlée, elle aboutit à une situation pathologique. On retrouve ainsi toutes les maladies en « ite » : sinusite, rhinite, arthrite, artérite, colite, conjonctivite, cystite

⇒ **Maladies auto immunes** : Sclérose en plaque, thyroïdite d'Hashimoto, Maladie de Basedow, Polyarthrite rhumatoïde, Maladie de Crohn, Rectocolite hémorragique, Lupus érythémateux, Diabète insulino-dépendant de type 1, syndrome de Goujerot-Sjögren, périartérite noueuse, maladie de Behçet, sclérodermie, spondylarthrite ankylosante, maladie de Still, myasthénie...

Elles proviennent d'une réaction immunitaire contre une ou plusieurs molécules constituant du soi (organe ou tissu) considérée comme un ennemi (antigène), entraînant une production d'anticorps contre cette molécule-antigène. **Les récepteurs présents à la surface des cellules immunitaires, ne reconnaissent pas ou reconnaissent mal ces molécules-antigènes et entrent « en guerre », entraînant à terme une destruction plus ou moins importante de nos propres tissus.**



Conséquences du déséquilibre de l'écosystème intestinal

M.53

« La base d'une alimentation personnalisée »

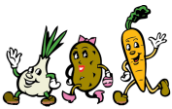
Conséquences de l'hyperperméabilité intestinale

⇒ **Fatigue par carence en micronutriments**

Les fonctions d'absorption perturbées entraînent une mauvaise assimilation des micronutriments nécessaires au bon fonctionnement de l'organisme (vitamines, minéraux, fer, calcium, acides gras essentiels, etc....). Cette mauvaise assimilation aboutit à des états de fatigue pouvant aller jusqu'à l'anémie – en fait les outils de notre organisme (hormones, enzymes...) manqueront de matériaux de base pour travailler.

Il ne suffit donc pas de se supplémenter en vitamines et minéraux, il convient de s'intéresser d'abord et avant tout à l'intégrité de sa muqueuse intestinale pour une assimilation optimale des micronutriments.

Le rôle de l'intestin dans les pathologies auto-immunes s'affirme tous les jours, et les maladies auto-immunes progressent toujours dans notre société.



Conséquences du déséquilibre de l'écosystème intestinal

M.54

« La base d'une alimentation personnalisée »

Surcharge hépatique

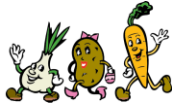
La dysbiose et la perméabilité intestinale produisent un excès de toxines, qui sont récupérées par le foie.

Ce surcroît de travail ralentit le métabolisme hépatique et donc diminue les sécrétions biliaires, la production d'enzymes, et par voie de conséquence, la digestion est moins efficace.

Le foie subissant un surcroît de travail chronique, épuisé, il laisse passer progressivement un grand nombre de déchets métaboliques dans le sang. C'est un « sang pollué » qui va nourrir nos différents tissus et organes. Cette énergie déployée pour la détoxination influence le bon fonctionnement des cellules (réparations, synthèse, régénérations), et induit la production de radicaux libres.

Les troubles de la détoxination se manifestent par :

- Des nausées, des céphalées,
- Des myalgies, (douleurs musculaires)
- Une intolérance inhabituelle à l'alcool ou au café,
- Une digestion difficile,
- Une sensibilité anormale aux parfums ou odeurs.



Conséquences du déséquilibre de l'écosystème intestinal

M.55

Surcharge hépatique

Face à cette intrusion toxique, l'organisme va tenter d'éliminer ces substances nocives par d'autres voies d'élimination naturelles, les émonctoires : peau, poumons, reins, intestin.

Quand la capacité de la voie d'élimination est dépassée, on assiste au dépôt de ces substances dans les tissus (muscles, articulations, cerveau, vaisseaux...).

C'est la théorie « d'encrassement ou intoxication des tissus » défendue par le Docteur Jean Seignalet.

Cela entraîne des troubles fonctionnels digestifs, mais aussi des troubles extradiigestifs :

- Douleurs ostéo-articulaires, musculaires, tendineuses,
- Infections à répétition : cystites, infections ORL, pneumopathies, viroses,
- Troubles du comportement.

Une perméabilité intestinale altérée entraîne le passage accru de peptides ou de grosses molécules (de type caséine ou gliadine) dérivées de l'alimentation à travers la muqueuse intestinale, et ceci pourrait être impliqué, parmi d'autres facteurs, dans les anomalies du comportement, schizophrénie, autisme, hyperactivité, de même que : Troubles de l'humeur : dépression, Apathie, Troubles circulatoires, Acné, Obésité.

On peut donc voir que le (GAPS) syndrome entéro-psychologique (Dr. N. Campbell) est un responsable insoupçonné et est en relation avec de nombreuses maladies.