



Des plantes pour la prévention de la maladie d'Alzheimer et de divers cancers

Kurt HOSTETTMANN

Professeur Honoraire Université de Genève – CHAMPEX-LAC (Suisse)

Orateur : Kurt HOSTETTMANN

Le déclin des fonctions cognitives lié à l'âge conduit très souvent à la maladie d'Alzheimer qui affecte actuellement plus de 20 millions de personnes dans le monde. Il existe des médicaments pour ralentir la progression de la maladie (inhibiteurs de l'acétylcholinestérase, mémantine), mais pas encore pour la guérir. Récemment, diverses plantes et aussi des fruits ont montré un effet préventif intéressant. Il s'agit du ginkgo, du thé vert, de la myrtille, de la fraise, de la pomme, du safran, du curcuma et du romarin. Cette dernière plante est citée par William Shakespeare dans Hamlet comme « bonne pour la mémoire ». Des travaux cliniques très récents ont montré que l'inhalation d'huile essentielle de romarin conduit à un taux plasmatique élevé de 1,8-cinéole qui est associé à une augmentation des performances cognitives. Pour la prévention du cancer de la prostate, le lycopène, issu de la tomate, a déjà été cité. Une étude épidémiologique récente, réalisée avec près de 48 000 hommes, a montré une association nette entre la consommation de café et la réduction du risque du cancer de la prostate. Ce risque est diminué de 60% pour les hommes qui consomment au moins 6 tasses de café par jour ! Les polyphénols sont responsables de l'effet protecteur et non la caféine : pas de différence entre consommation de café normal et café décaféiné. La consommation de fraises réduit les lésions précancéreuses de l'œsophage d'après une étude clinique récente.

Abstract

The decline of age-related cognitive functions leads often to Alzheimer's disease which affects up to 20 millions people worldwide. Several drugs are available to slow down the progression of the disease (inhibitors of acetylcholinesterase, memantine) but none for curing it up to now. Recently, several plants have shown a preventive effect. Among them are ginkgo, green tea, blueberry, strawberry, apple, saffron, turmeric and rosemary. This plant is mentioned by William Shakespeare in Hamlet : « There is rosemary, that's for remembrance ». Recent clinical studies have shown that inhalation of essential oil leads to a high plasmatic concentration of 1,8-cineole which is associated with an increase of the cognitive performances. For the prevention of prostate cancer, lycopene from tomato has already been reported as efficient. A recent epidemiological study , conducted with almost 48 000 men, has shown a clear association between coffee consumption and decrease of the risk of prostate cancer. The risk is reduced by 60% in men who consumed at least 6 cups of coffee per day ! The protective effect is due to polyphenols and not to caffeine : there was no difference between consumption of normal coffee and decaffeinated coffee. The consumption of strawberries reduces precancerous lesions of the esophagus according to a recent clinical study.