

aisément en triglycérides.

8 avec l'aide du Dr Virag, chirurgien cardio-vasculaire, spécialiste des dysfonctionnements sexuels.

Photo Maryline Kabilion



ART CULINAIRE

► Un inventaire des substances bandantes

les thérapies *non-médicamenteuses*

Les difficultés d'érection concernent environ deux millions d'hommes en France (seize millions aux Etats-Unis). Source de réelle détresse elle ne doivent plus être considérées comme une fatalité inexorable. Les hommes séropositifs sont sans doute en proportion davantage concernés que le reste de la population pour plusieurs raisons : la testostérone est piégée par les immunoglobulines (anticorps), certains médicaments ont un effet anti-androgène et l'angoisse, le stress psychologique y contribuent également. La prise en charge de ce problème doit être globale.

Prise en charge

Celle-ci passe par la recherche d'éventuels facteurs de risque (diabète, hypertension artérielle, cardiopathies, troubles anxiodépressifs) et par la recherche de causes iatrogènes : substances toxiques (alcool, marijuana, héroïne), médicaments, bêtabloquants, œstrogénothérapie, psychotropes, mélatonine, mais aussi certains végétaux (voir plus loin). Le terrain ainsi que l'état général physique et psychique doivent être pris en compte. Un bilan endocrinien doit être pratiqué avec mesure de la testostérone libre et de la prolactine.

Le jardin d'Aphrodite

Il convient ensuite d'éliminer ou de diminuer l'usage de certaines substances : sauge, cimifuga, luzerne, houblon, anis. Les boissons anisées (comme le pastis) ou tirées du houblon comme la bière sont donc à proscrire (d'autant plus que, contrairement à une idée tenace, Bacchus est l'ennemi de Vénus). Le gattilier (aussi appelé agneau chaste) est anti-aphrodisiaque en usage prolongé. Il était d'usage de le faire pousser dans les monastères à côté du nénuphar blanc

qui a la même réputation.

On peut essayer quelques-uns de ces végétaux : Asa fétide, catuaba, lentisque, fenugrec, berce spondyle, millepertuis, muguet, roquette, salsepareille, céleri, éléuthérocoque... Les chinois considèrent l'activité sexuelle comme un facteur de longévité. Leur pharmacopée traditionnelle est riche de substances aphrodisiaques : Schizandra sinensis, Panax ginseng, Epi-medium sagittatum.

Cette dernière est appelée yin yang huo (herbe du bouc lubrique). Selon une antique légende, un chevrier observa un jour que ses boucs étaient particulièrement émoussés après avoir brouté cette herbe. Des études scientifiques ont confirmé cette propriété. En revanche, la corne de rhinocéros est sans intérêt dans cette indication, sauf peut-être en greffe.

Le guarana (dit ginseng amazonien) possède des propriétés voisines. Malgré sa haute teneur en caféine, il est régulateur du système nerveux central et n'a que peu d'effets secondaires, de type énervement ou troubles du sommeil. Les autres plantes à caféine (maté, café, thé, kola, gomphrena), les plantes à vitamine C (acérola, cynorrhodon, karkadé, cassis), les plantes à éléments minéraux (ortie, cresson) ont, par leur action tonique générale, un léger effet

internet2

Abbott Inc. s'invite chez Triangle Inc.

Début juin, les laboratoires Abbott, fabricants du Norvir (ritonavir), ont conclu une alliance de 235 millions de dollars avec les laboratoires Triangle qui travaillent sur le développement clinique de plusieurs molécules antivirales contre le VIH et le virus de l'hépatite B. Le but avoué d'Abbott est de se placer, à l'image de Glaxo Wellcome, de Roche et de BMS, comme un laboratoire offrant une solution multi-thérapie antivirale complète contre le VIH.

En tout Abbott et Triangle travaillent sur six molécules anti-VIH, mais dont aujourd'hui une seule, le Norvir, bénéficie d'une AMM. Les cinq autres se trouvent à différents stades du développement clinique. La nouvelle antiprotéase ABT378 d'Abbott et le nucléoside MKC-442 de Triangle sont les plus avancés et ont de bonnes chances d'obtenir une AMM au cours des deux ans à venir. Le FTC de Triangle (un "super" 3TC intéressant) est déjà bien avancé dans les protocoles.

Aux termes de l'accord entre les deux firmes Abbott prend une participation de 17% (118 millions de US \$) dans le capital de Triangle et versent en outre à ce dernier 31,7 millions d'US \$ comme participation à la recherche-développement ainsi que 185 millions de dollars de participations programmées aux coûts de développement et de commercialisation futures. En contrepartie Abbott obtient les droits de commercialisation des molécules antivirales de Triangle. Ainsi Abbott espère augmenter son chiffre d'affaires issu des traitements contre le VIH de 250-300 millions de dollars actuellement à 1,5 milliard de dollars dans cinq ans.

Videx (ddI) en une fois par jour obtient son AMM

Début juin les laboratoires américains Bristol Myers Squibb (BMS) ont annoncé l'obtention d'une autorisation de l'European Medicines Evaluation Agency, l'agence européenne du médicament, pour une utilisation en une fois par jour du Videx (ddI). Cette autorisation vient officialiser une pratique déjà très courante consistant à prendre le Videx en une fois par jour (400mg ou 300 mg) au lieu des deux fois par jour (2 x 200 mg) officiellement recommandées mais qui n'étaient plus que rarement prescrites.

En attendant

On le voit, les pistes de recherche sont encore balbutiantes et les réponses forcément incomplètes. Il nous semble pourtant de plus en plus important que chercheurs et cliniciens se mobilisent sur cette question, tant une bonne observance des traitements dépend avant tout d'une bonne qualité de vie. En d'autres termes : vivre oui, mais pas à n'importe quel prix !

Gilles Pernet*

internet3

Deux millions de personnes vivent avec le VIH au Kenya

Au mois d'avril 1999, le ministère de la santé du Kenya a révélé que 2,4 millions d'habitants sont séropositifs et que 24000 cas de sida ont été enregistrés. Un million d'enfants y sont séropositifs.

Les capacités recombinantes du VIH

Des chercheurs de la Johns Hopkins University à Baltimore (Etats-Unis) et du Aids Research Institute de Pune (Inde) ont établi la carte génétique d'une souche indienne du VIH. Ils ont ainsi pu mettre en évidence que le VIH est capable d'échanger des gènes avec différents sous-type existants du virus. Les chercheurs, qui rapportent leur découverte dans le numéro de janvier 1999 du *Journal of Virology*, notent que cette capacité recombinante du VIH augmentera la difficulté de développement d'un vaccin puisqu'un vaccin n'est efficace que contre une structure génétique donnée. Ils ont étudié le VIH prélevé chez six patients indiens récemment infectés et ont trouvé que le sous-type C indien était génétiquement différent des virus du sous-type C trouvés dans d'autres endroits dans le monde.

L'une des souches comprenait un mélange de gènes du sous-type C et du sous-type A du VIH. Le sous-type C du VIH est celui qui est le plus répandu en Inde et en Afrique.

e-mail

Frank Rodenbourg, qui sélectionne et traduit les brèves Internet, peut vous faire parvenir une sélection d'e-mails au quotidien.

Le plus souvent en anglais, ces informations concernent les traitements de l'infection par le VIH, mais aussi des données épidémiologiques, les hépatites, les actions menées par les activistes anglo-saxons et des résultats d'enquêtes. C'est gratuit, à deux conditions : disposer d'une adresse e-mail fonctionnelle et devenir membre de l'association. Contactez le : Frank_RR@compuserve.com Vous pouvez aussi communiquer avec les rédacteurs du journal ou le staff : actreat@worldnet.fr

1 alcaloïdes substances d'une même famille chimique fréquentes chez les végétaux et souvent actives du point de vue pharmaceutique.

2 vasodilatatrice qui provoque une dilatation des vaisseaux sanguins

stimulant sur la fonction sexuelle.

L'écorce de yohimbe contient un alcaloïde¹, la yohimbine. Elle est utilisée comme tonique et aphrodisiaque, en raison d'une action vasodilatatrice sélective au niveau génital. A petites doses, elle est hypertensive, à doses plus fortes, elle est vasodilatatrice certes, mais hypotensive et susceptible de générer divers autres effets ▼

"Le marapuama, plante amazonienne, est connue pour ses effets aphrodisiaques sur les deux sexes. Le bois bandé en est une variété de grande réputation en pays créole

secondaires : troubles du système nerveux central, digestifs et cardio-vasculaires. Il existe une toxicité rénale et des propriétés antidiurétiques de la yohimbine. L'action vasodilatatrice génitale n'est obtenue qu'à des doses très proches des doses toxiques. Cette substance doit donc être utilisée en discontinu et sous strict contrôle médical.

Le marapuama ou muira-puama, plante amazonienne, est connue pour ses effets aphrodisiaques sur les deux sexes, en raison de ses propriétés antistress et vasodilatatrice². Le bois bandé en est une variété de très grande réputation en pays créole ; il en existe diverses sortes. Le jus de calebassier, le jus de canne-à-sucre, la lysimaque, la paroka sont aussi réputés pour les mêmes raisons.

On peut aussi utiliser des huiles essentielles (mais modérément car les

principes actifs y sont plus concentrés) : bois-de-rose, cannelles de Chine et de Ceylan, basilic, cabreuva, coriandre, thym du Maroc, fenouil, girofle, menthe poivrée, muscade, sarriette, myrte, romarin, ylang ylang. Le maniement de ces plantes réputées aphrodisiaques est délicat. Il existe des effets secondaires et des contre-indications à connaître pour un grand

— La liqueur aphrodisiaque

45 g de zeste de citron non traité, 35 g de thym, 20 g de cannelle, 15 g de vanille, 10 g de coriandre, 10 g de macis de muscade. Faites macérer 2 semaines dans deux litres d'alcool à 40°, ajoutez un sirop (2 kg de sucre par litre d'eau), mélangez, filtrez.

— Le plat aphrodisiaque (chinois) (voir encadré)

Les thérapies sexuelles

Les thérapies sexologiques sont issues des travaux de W. Masters et de V. Johnson, de psychiatres comportementalistes et de médecins sexologues. Le principe de base est que l'on vise à améliorer l'érection par un travail psychologique impliquant la participation des deux partenaires. Durant plusieurs séances sont analysés l'éducation sexuelle, le mode de communication affective et érotique, les techniques amoureuses, les besoins et les désirs de chacun.

Les prescriptions comportementales sont variées : informations, éducation, exercice de sensibilisation sensorielle, injonction paradoxale, exercices de stimulation, relaxation, musicothérapie, fantasmothérapie. Les psychothérapies individuelles sont indiquées en cas de troubles névrotiques dépressifs ou autres et chez la personne seule. Ces traitements permettent à l'homme de mieux comprendre sa sexualité et celle de son ou sa partenaire, de diminuer, voire d'annuler l'angoisse de la performance, et d'améliorer psychologiquement et physiquement la relation sexuelle.

Les progrès de l'exploration de l'impuissance et surtout la compréhension des troubles de l'érection permettent de traiter efficacement bon nombre d'hommes. Les moyens thérapeutiques sont variés mais le soutien psychologique doit exister dans tous les cas. Les impuissants devaient autrefois se résigner. A l'heure actuelle, ils peuvent bénéficier de nombreuses thérapeutiques adaptées et efficaces.

Lionel Royon

nombre de ces végétaux. Pour un usage prolongé, il est nécessaire de consulter un médecin connaissant les plantes.

S'exposer au soleil provoque une baisse de sécrétion de la mélatonine laquelle exerce un effet dépressif sur la sexualité. Ce qui explique le regain d'ardeur lorsque les jours rallongent.

La cuisine d'Aphrodite

Voici quelques exemples de gastronomie amoureuse :

— Un plateau de fruits de mer

— L'ail et l'oignon crus ou macérés dans de l'huile d'olive.

— Le vin à l'oignon : 330 g d'oignon haché, 100 g de miel liquide, 600 ml de vin blanc : faites macérer 48 h et filtrez. Buvez (avec modération).

Encadré 1. Une recette chinoise de plat aphrodisiaque

1. Ingrédients

410 g de foie de veau en tranches

2 morceaux de poisson

2 morceaux de pâte de soja molle

1 tête de chou coupée en morceaux

2 bonnes poignées d'épinards

6 ciboules

sel, poivre, vin, vinaigre

15 g d'épimédium sagittatum (herbe du bouc lubrique)

2,25 l de bouillon de poulet.

3/4 de litre d'eau

2. Instructions

Porter l'épimédium à ébullition dans l'eau et laisser mijoter jusqu'à ce qu'il reste un tiers du liquide.

Conservé le bouillon et jeter la pulpe. Prendre un litre de bouillon de poulet, le porter à ébullition, ajouter le bouillon d'épimédium, saler, poivrer, ajouter vin et vinaigre suivant le goût. Ajouter les autres ingrédients et porter à nouveau à ébullition. Consommer chaud. Ajouter le reste des ingrédients suivant les besoins au cours du repas.