

## NUMERO SPECIAL

# évaluer les médecines différentes

## MCA 1

Une réconciliation  
enfin possible ?

## MCA 2

Une brève  
histoire des MCA 4

## MCA 3

Des conseils  
avant de se lancer 7

## EFFETS 2NDAIRES

Lipodystrophies, 8  
les facteurs de  
risques

## COMPLEMENTES

Vos cellules sont- 9  
elles victimes de  
stress oxydatif ?

## NOUS CONTACTER

01 4367 6600

## FAX

01 4367 3700

## WEB

<http://services.worldnet.fr/acttreat>

## E-MAIL

[acttreat@worldnet.fr](mailto:acttreat@worldnet.fr)

## MINITEL

3614 HIVINFO

## INFO VIH

01 4367 0000

## MINITEL

01 4367 1999

Photo: Alain Libongiat



Depuis le début de l'épidémie, les séropos se tourment en grand nombre vers d'autres médecines, quand la science biomédicale conventionnelle ne leur fournit pas de réponse. Avant

1996, c'était pour essayer de combattre le VIH et ne pas tomber malade. Aujourd'hui, c'est pour essayer de contenir la toxicité des antirétroviraux ou encore gommer les nombreux effets indésirables qu'engendrent l'infection et ses traitements. Certes, les MCA<sup>1</sup> prêtent toujours à controverse, parce qu'elles sont beaucoup moins bien évaluées que les traitements antirétroviraux, voire pas du tout.

Pour certaines thérapies (comme les compléments à base de plantes) se pose aussi le problème des interactions médicamenteuses parfois dangereuses. Nous pensons que les données existantes sur certains compléments nutritionnels (anti-oxydants, silymarine, L-acetyl carnitine, ou omega3...) justifieraient amplement une évaluation clinique. Nous n'acceptons pas en effet que les seules solutions qu'on nous propose aujourd'hui soient d'arrêter ou de changer les antiviraux, ou d'ajouter d'autres médicaments avec leurs risques cumulés de toxicité éventuelle.

Malgré les nombreux appels des associations, ni les laboratoires pharmaceutiques ni les instances de recherche publique comme l'ANRS ne s'engagent dans ces voies de recherche clinique. Pourquoi ? En attendant c'est chacun pour soi (souvent à l'insu du médecin traitant), sur la base d'informations anecdotiques ou de données scientifiques parcellaires. **Évaluer les médecines différentes : plus qu'une éventualité, un devoir.**

Frank Rodenbourg

1. MCA pour "médecines complémentaires et alternatives".

## DOSSIER MCA

## une réconciliation possible ?

A la conférence de Rome des 16 et 17 mars sur les traitements non conventionnels de l'infection à VIH, on s'est interrogé sur la place à accorder aux médecines complémentaires et alternatives (MCA) : pour retarder la prise de traitements antirétroviraux, ou pour aider à combattre leurs toxicités et effets secondaires, par exemple.

en France comme dans les autres pays développés, le recours aux MCA reste controversé. Alors que leurs partisans ont tendance à être critiques ou même méprisants au sujet de la médecine conventionnelle, les sceptiques insistent sur le manque d'études contrôlées et de données scientifiques, et apparentent souvent l'utilisateur de MCA à un fanatique.

Pourtant les faits sont là : de nombreux



DOSSIER MCA. 1

► Un bref aperçu des *thérapeutiques existantes*, et des résistances qu'elles rencontrent au sein du corps médical...

# Médecine conventionnelle et *traitements alternatifs* : une réconciliation enfin possible ?

## abonnement

□ Abonnement à *InfoTraitements* (11 numéros/an) 200 F

Demandeurs d'emploi, rmistes et étudiants : 110 F.  
Résidents à l'étranger : 240 F.

**Veuillez compléter et détacher ce bulletin, et le renvoyer accompagné de votre règlement par chèque bancaire ou postal à l'ordre d'InfoTraitements /service abonnements 190 bd de Charonne 75020 PARIS**

▼ NOM

▼ PRÉNOM

▼ ADRESSE

▼ CODE POSTAL ▼ VILLE

▼ TÉLÉPHONE (FACULTATIF)

▼ DATE

▼ SIGNATURE

Ces informations font l'objet d'un traitement informatisé et sont destinées aux membres du bureau d'ActionsTraitements ainsi qu'à son service comptable. Conformément à la loi *Informatique et Libertés*, vous disposez d'un droit d'accès et de rectifications des données personnelles vous concernant : pour l'exercer, adressez-vous à Actions Traitements, 190 bd de Charonne 75020 Paris.

médecins et thérapeutes se fondent sur des connaissances traditionnelles pour proposer des traitements sans danger et parfois très efficaces. Officiellement reconnues depuis longtemps dans certains pays européens, comme l'ostéopathie en Grande-Bretagne ou l'homéopathie en Suisse et en Allemagne, elles se sont développées en France ces dernières

années. D'une approche plus intuitive, elles s'appuient sur des résultats empiriques observés chez de nombreux utilisateurs et proposent le traitement individualisé le mieux adapté en prenant en compte l'intégralité de la personne.

adultes français utilise au moins une forme de MCA tandis que plusieurs enquêtes montrent l'intérêt des séropositifs pour les MCA, qu'ils soient en traitement ou pas. Le dernier résumé d'études en date vient d'être présenté à la conférence de février 2001 sur les rétrovirus à Chicago (poster n° 497) et montre que 54% des 324 personnes séropositives

### "En France, l'ordre des médecins reconnaît l'acupuncture, l'homéopathie et l'ostéopathie en tant qu'orientations de la médecine générale"

questionnées par des chercheurs de Cleveland, Ohio, utilisent des MCA. Par ordre décroissant : des vitamines et minéraux, des hormones et des protéines, des plantes, des techniques de massage, de reiki et d'acupuncture. A une plus grande échelle, les enquêtes épidémiologiques européennes *Electhiv-1* (voir *InfoTraitements* n° 68) et *Electhiv-2*, menées respectivement en 1998 et en 2000 auprès de plus de 3000 personnes, donnent des résultats similaires. Nous reviendrons prochainement sur les résultats d'*electhiv-2*, qui viennent d'être présentés à la conférence de Rome.

### Les séropositifs... très intéressés

En France, l'ordre des médecins reconnaît l'acupuncture, l'homéopathie et l'ostéopathie en tant qu'**orientation de la médecine générale**. Vous pouvez trouver les coordonnées de ces praticiens dans les pages jaunes de l'annuaire à la mention *médecins généralistes / orientation acupuncture, homéopathie ou ostéopathie*. Il faut aussi rappeler qu'il n'existe plus depuis 1940 de diplôme d'herboriste reconnu par l'état. Aujourd'hui, il se confirme que près de la moitié des

### Comment définir les MCA ?

Les MCA se réfèrent à une large gamme de traitements, modes de vie et philosophies. Les MCA comprennent les systèmes alternatifs de pratique médicale (par exemple, la **médecine tibétaine**), des **approches nutritionnelles** (par exemple, macrobiotique ou antioxydante), des **techniques manuelles** (par exemple, le massage) et des approches d'union corps/esprit (par exemple, le **yoga** ou le **biofeedback**). En général, *alternatif* signifie l'utilisation préférentielle et unique d'un ou plusieurs types de MCA, par exemple la médecine chinoise au lieu de la médecine occidentale. *Complémentaire* signifie l'utilisation supplémentaire de MCA en plus de la médecine conventionnelle occidentale, comme lorsqu'une personne séropositive prend des plantes en plus des médicaments antirétroviraux.

En ce qui concerne le VIH, les MCA peuvent être définies comme n'importe quel traitement utilisé par les personnes séropositives dans une indication non approuvée par l'AFSSAPS (*Agence Française de Sécurité Sanitaire des Produits de Santé*). L'enseignement des MCA en France n'est pas assuré dans la plupart des facultés de médecine. Elles ne sont en général pas dispensées dans le cadre des consultations médicales dans les hôpitaux de l'assistance publique. En outre, bien que l'**homéopathie** ou l'**ostéopathie** soient parfois couvertes par l'assurance maladie, les traitements par les MCA ne sont d'habitude remboursés ni par la sécurité

1. Nos parutions antérieures sur les MCA : Bien utiliser les compléments nutritionnels, Y. Béhar, *InfoTraitements* 62, novembre 1998. L'acide alpha-lipoïque, un puissant antioxydant, Y. Béhar, *InfoTraitements* 63, décembre 1998. La glutamine, un acide

aminé indispensable, Y. Béhar, *InfoTraitements* 68, mai 1999. La carnitine pour compléter l'action des antirétroviraux, G. Famularo, *Journal of the peripheral nervous system*, 1998, vol.3, n°3, 227-229 traduction Y. Béhar, *Info-Traitements* 72, sep-

tembre 1999. Intérêt d'une supplémentation en carnitine et acétyl-carnitine, Y. Béhar, *InfoTraitements* 73, octobre 1999. Buyers clubs : mode d'emploi, F. Rodenbourg, *InfoTraitements* 67, avril 1999.

sociale ni par les mutuelles ou assurances privées. Les MCA n'ayant souvent pas été rigoureusement évalués selon les critères occidentaux médicaux et scientifiques, cela justifie aux yeux de beaucoup de médecins, d'infirmières et d'une partie du grand public le scepticisme à leur sujet. Cependant, la popularité des MCA continue à croître : approximativement la moitié des adultes utilisent une MCA. L'*Organisation Mondiale de la Santé* estime que 80% des personnes dans le monde utilisent un type de traitement apparenté aux MCA. En même temps, les praticiens de médecine conventionnelle deviennent plus familiers avec les MCA. En août 1997, la revue médicale *Nature* révélait que 80% des étudiants en médecine américains demandent plus de formation sur ces sujets.

## Un large éventail

Les systèmes alternatifs de pratique médicale incluent l'acupuncture, l'ostéopathie, l'homéopathie, la naturopathie, la médecine tibétaine et la médecine traditionnelle chinoise.

**L'acupuncture et la médecine énergétique chinoise.** Pratiquées depuis plusieurs milliers d'années, elles sont fondées sur l'idée que l'énergie circule dans le corps humain selon des trajets déterminés, les méridiens, et que la perturbation de cette circulation est à l'origine des symptômes. L'acupuncteur cherche à rétablir l'équilibre perturbé en stimulant certains points des méridiens avec de très fines aiguilles – acupuncture – ou par la pression des doigts – acupressure.

**L'homéopathie.** Mise au point à la fin du XVIII<sup>e</sup> siècle par un médecin allemand, Samuel Hahnemann, elle se fonde sur le principe que "les semblables soignent les semblables" : tout trouble psychique ou physique peut être traité par des quantités infimes d'une substance qui à plus forte dose provoquerait les mêmes troubles chez une personne en bonne santé. Tous les remèdes homéopathiques sont constitués à partir de dilutions dites hahnemaniennes au dixième ou au centième, elles-mêmes fortement

rediluées après utilisation. L'homéopathie prend également en compte la notion de terrain, c'est-à-dire les particularités de chaque individu avec son histoire familiale, personnelle, son tempérament, son mode de vie, etc. ; elle s'attache plus à déterminer la façon dont la personne réagit aux troubles dont elle souffre et à la soigner globalement qu'à traiter ces troubles en tant que tels. Un récent article publié dans le prestigieux journal *The Lancet* conclut que les effets de l'homéopathie ne sont pas attribuables à un effet placebo, et préconise des études cliniques. Il faut rappeler que la sécurité sociale rembourse à 100% la consultation chez un médecin homéopathe et les médicaments qu'il prescrit.

**L'ostéopathie.** Elle repose sur une connaissance anatomique et sensible du corps, en particulier le système ostéo-articulaire des muscles et des

**biloba.** Les trois dernières sont vendues en pharmacie.

**L'aromathérapie** fait appel aux huiles essentielles de certaines plantes, plus concentrées en principes actifs.

**La naturopathie** quant à elle, propose de traiter les maladies par des moyens naturels, comme la nutrition et des changements de style de vie (arrêt de la cigarette, de drogues et d'alcool, sommeil équilibré, etc.) et touche à la connaissance de la prévention des symptômes, au maintien en bonne santé. Elle cherche à réduire les effets secondaires des traitements par une **intervention diététique ou alimentaire**, comme le régime végétarien ou macrobiotique et le **recours à une alimentation antioxydante** complétée par des suppléments de **vitamines** – surtout le bêta-carotène et les vitamines A, B et E, la N-acétyl-cystéine – et des **minéraux**

## "La phytothérapie utilise des plantes médicinales sous forme de préparations comme par exemple des décoctions mais aussi des gélules ou des extraits liquides

tissus de soutien qui les protègent et les relie entre eux. Par une "écoute" du corps et par des manipulations – tantôt très réduites, à peine perceptibles, tantôt plus énergiques – l'ostéopathe traite non seulement les affections ostéoarticulaires, mais aussi de nombreux troubles physiques ou psychiques.

**La phytothérapie.** C'est le traitement des maladies par les plantes médicinales utilisées sous forme de décoctions, infusions, macérations ou sous forme de gargarismes et de cataplasmes. Elle repose généralement sur des traditions séculaires. Des préparations sous formes de comprimés, de gélules ou d'extraits liquides sont aussi disponibles. Les plantes généralement utilisées par les séropositifs avant la prise de traitement ou pour gérer les effets secondaires incluent notamment **l'échinacea, la réglisse, la racine de ginseng, le charbon marie, la yohimbine, le ginkgo**

**appropriés** – zinc, cuivre, sélénium, magnésium, calcium. A contrario, il faut déconseiller toute supplémentation en fer qui a des effets pro-oxydants. La plupart des antioxydants et des minéraux sont remboursés par la sécurité sociale sur prescription médicale. La N-acétyl-cystéine est également remboursée par la sécurité sociale ; préférer la marque *Mucomyst*, car elle ne contient pas d'édulcorant. Rappelons que l'Agénérase (amprenavir) contient déjà de fortes doses de vitamine E, et qu'il est inutile d'en rajouter.

Yves Béhar

## biblio1

- **Fairfield KM.** Patterns of use, expenditures, and perceived efficacy of complementary and alternative therapies in HIV patients. *Arch Intern Med.* 1998 Nov 9; 158(20): 2257-64.
- **Eisenberg DM.** Trends in alternative medicine use in the United States, 1990-1997. *JAMA* 1998; 280-92.
- **Sparber A.** Use of complementary medicine by adult patients participating in HIV clinical trials. *J Altern Complement Med.* 2000 Oct;6(5):415-22.
- **Linde K.** Are the clinical effects of homoeopathy placebo effects? A meta-analysis of placebo-controlled trials. *Lancet* 1997;350: 834-43.
- **Müller F.** Virological and immunological effects of antioxidant treatment in patients with HIV infection. *European Journal of Clinical Investigation* 30(10), 905-914.
- **Kaiser JD.** Complementary therapies in HIV disease. *Altern Ther Health Med* 1996 Jul; 2(4): 42-6.
- **Treitinger A.** Decreased antioxidant defence in individuals infected by hiv. *Eur. J Clin Invest.* 2000 May;30(5):454-9.
- **Cossarizza A.** Mitochondria alterations and dramatic tendency to undergo apoptosis in peripheral blood lymphocytes during acute HIV syndrome. *AIDS.* 1997 Jan; 11(1): 19-26.
- **Mokrzycki MH.** Lactic acidosis associated with stavudine administration: a report of five cases. *Clin Infect Dis.* 2000 Jan;30(1):198-200.20
- **Favier A.** Groupe de Recherches sur les Pathologies Oxydatives, Faculté de Pharmacie, Université de Grenoble. *Antioxidant status and lipid peroxidation in patients infected with HIV.* *Chem.-Biol.* 20Interact. 1994, 91-3 (165-180).
- **Georgiou NA.** Inhibition of HIV-1 replication in human mononuclear blood cells by iron chelators deferoxamine. *J. Infect Dis* 2000 Feb; 181(2): 484-90.
- **Scarpini E.** Effect of acetyl-L-carnitine in the treatment of painful peripheral neuropathies in HIV+ patients. *J Peripher Nerv Syst.* 1997;2(3):250-2.
- **Rayman MP.** The importance of selenium to human health. *Lancet*, 2000; 356: 233-41.