

Propolis : une merveille de la nature pour rester en bonne santé

Connaissez-vous la propolis ? C'est un produit de la ruche, merveilleux pour votre santé, qui devrait être présent dans toutes les familles.

Les produits de la ruche ne sont hélas pas assez connus. Ils permettraient pourtant des économies non négligeables pour notre système de santé.

Savez-vous pourquoi ? Parce qu'ils ne possèdent pas l'AMM, l'autorisation de mise sur le marché des produits de santé, laquelle est complètement ficelée par les experts du ministère et les laboratoires pharmaceutiques. Ils veulent que tout un chacun se gave de médicaments remboursés par notre système de santé. Vous pouvez le vérifier dans les maisons de retraite avec tout ce qui est prescrit inutilement à nos personnes âgées.

Voilà pourquoi les produits de la ruche sont si peu connus. Je vais donc me charger de vous en parler...

Mais avant cela, permettez-moi de vous dire quelques mots sur les vaccins.

Il ne faut jamais désespérer d'une ministre, surtout quand on ne craint pas de la stimuler avec des arguments scientifiques (la santé), économiques (moins cher) et citoyens (respecter la loi).

Marisol Touraine a fait un premier pas en prenant enfin conscience de la pénurie du seul vaccin obligatoire, le DTP sans aluminium, mais ce n'est pas suffisant.

Une vraie transparence sur les stocks de vaccins

Dans son communiqué du 28 janvier, qui reste ambigu, à l'attention du grand public et des laboratoires pharmaceutiques, elle précise qu'elle obtient des engagements des laboratoires dans la lutte contre la pénurie de vaccins, « un phénomène insupportable et inacceptable ».

Le communiqué précise :

« Les fabricants de vaccins et le Comité de vaccination du LEEM (Les Entreprises du médicament, syndicat du milieu pharmaceutique) ont pris devant la ministre les engagements suivants : communiquer régulièrement l'état des stocks de vaccins comprenant des valences obligatoires, en temps réel en cas de difficulté d'approvisionnement, et en faire un bilan régulier dans le cadre du comité d'interface présidé par le Directeur général de la santé ».

Cela n'est pas suffisant.

Évidemment, les laboratoires comme la ministre n'ont pas évoqué le DTP sans aluminium que 820 000 mamans attendent chaque année en France avec impatience, et plus largement en Europe et même au delà vu le nombre de mails que nous recevons de partout.

Vous êtes à ce jour 779 101 à avoir signé la pétition « Vaccin obligatoire : les Français piégés par la loi et les laboratoires ! » que j'ai lancée avec l'Institut pour la protection de la santé naturelle (IPSN) en mars dernier « <http://petition.ipsn.eu/penurie-vaccin-dt-polio> » et le nombre de signataires augmente sans cesse.

Faudra-t-il que nous poussions chaque famille signataire à aller harceler et bloquer les pharmacies pour obtenir ce qu'elles réclament ?

Faudra-t-il proposer quelques pièces jaunes dans une tirelire pour aider les laboratoires à refabriquer ce qu'elles attendent ?

Ces solutions un peu extrêmes sont à envisager si nous n'obtenons pas satisfaction rapidement.

Nous restons vigilants face aux lobbies puissants des laboratoires et à la ministre qui a déjà fait la preuve d'obstinations déraisonnables en matière de politique familiale, mesures qui assombrissent l'avenir de nos familles et de la médecine française par des décisions démagogiques et dangereuses.

L'abeille, le chercheur et le chirurgien

Revenons maintenant aux produits de la ruche et à la propolis, à travers cet entretien que j'ai réalisé avec Nicolas Cardinault, qui est chercheur, docteur es sciences, spécialisé en nutrition humaine.

Quel parcours professionnel et scientifique [1] avez-vous suivi pour vous passionner pour les produits de la ruche et devenir un expert international au service de la santé humaine ?

NC : C'est Patrice Percie du Sert, spécialiste international des produits de la ruche, qui m'a convaincu du bien-fondé de son approche par les abeilles et du potentiel « santé » de leurs produits sur des bases scientifiquement avérées. Je dirige actuellement la recherche et le développement chez Pollenergie (www.pollenergie.fr), proche d'Agen. Il sort en moyenne une publication internationale tous les deux jours sur les produits de la ruche. Ces produits n'ont pas fini de livrer tous leurs secrets pour notre santé.

La propolis, c'est quoi ? Pourquoi dit-on que c'est une merveille pour la santé humaine ?

NC : Il s'agit d'une substance résineuse récoltée et transformée par l'abeille. Elle la

prend sur les bourgeons et sur la résine des arbres.

Par son étymologie, le mot (Pro : en avant... Polis : cité) nous amène à considérer la ruche comme une entité sociale : par extension c'est ce qui est à l'entrée de la ruche. On peut rencontrer aussi le qualificatif de « cire noire » dans des textes anciens. La propolis est donc une substance résineuse constituée de divers produits végétaux mélangés avec les sécrétions salivaires de l'abeille.

C'est seulement à l'issue de cette transformation que cette résine devient « Propolis ». Les abeilles la récoltent d'abord pour colmater les trous de la ruche afin d'en assurer l'étanchéité. Ainsi la ruche est plus stérile que le plus stérile de vos blocs opératoires.

Si un lézard ou une petite souris gourmands de miel parviennent à entrer dans la ruche, la reine ou des abeilles vont la piquer pour la tuer et aucune abeille n'aura la force de la sortir de la ruche. Les abeilles seront chargées par la reine d'embaumer les cadavres.

On ne constate aucune putréfaction, démontrant ainsi que la propolis bloque tout développement microbien. Cette observation a permis d'établir les premières propriétés biologiques de la propolis et son utilisation par les différentes civilisations à travers les siècles. À sa mort, les Egyptiens enrobaient leur pharaon de propolis, ce qui nous permet de retrouver aujourd'hui leurs momies quasiment intactes.

On peut trouver autant de propolis qu'il y a de biotopes car les abeilles vont aller récolter toutes sortes de résines végétales dans leur écosystème pour former cette sorte de ciment antiseptique, doté également de bien d'autres qualités.

Mais attention, en cas de conditions climatiques extrêmes, il est aussi possible que les abeilles puissent aller prélever des goudrons qui possèdent ce caractère collant mais qui seront toxiques pour elles. Vous comprenez ainsi qu'il faut bien choisir la propolis en fonction de son origine géographique.

Pourquoi différentes couleurs ? Ne risque-t-on pas des fraudes par ajouts de colorants ?

NC : Dans ce monde du « tout marketing », c'est un moyen ludique de différencier les divers types de propolis (un peu au même titre que les codes couleurs pour les valeurs nutritionnelles qui sont une arnaque supplémentaire destinée à plaire aux consommateurs). Il est clair que cela peut constituer une simplification qui, au final, pourra favoriser une potentielle fraude s'il n'y a pas d'obligation d'étiquetage d'origine géographique et botanique sur les produits. Nous ferons tout pour l'obtenir.

Comment la récolte-t-on ?

NC : Pollenergie a mis en place un cahier des charges très strict sur la récolte de la propolis de peupliers avec ses apiculteurs. Cette propolis n'est récoltée que sur des

grilles alimentaires, sur un intervalle de temps court pendant lequel il n'y a aucun traitement de la ruche afin de ne pas risquer de contaminer la propolis. Cette récolte est rapidement placée en congélation afin de préserver les actifs de la propolis jusqu'au moment de son extraction.

Vous vérifiez donc sa pureté en recherchant quels types de polluants elle peut contenir ?

NC : Chez Pollenergie, nos matières premières sont analysées par un laboratoire indépendant accrédité au Cofrac (Phytocontrol), spécialisé dans la détection des différents polluants et métaux lourds. Ainsi, nos matières premières sont screenées pour 150 pesticides différents et 4 métaux lourds, ce qui nous permet de garder et de ne commercialiser que la meilleure propolis.

Vous connaissez ses nombreuses vertus pour notre santé. Pouvez-vous nous expliquer de manière simple mais scientifique l'intérêt de la propolis pour la santé humaine ?

NC : La propolis n'est pas une molécule isolée mais une substance complexe renfermant de nombreuses molécules provenant spécifiquement d'une plante particulière. Et donc chaque plante-source n'apporte pas les mêmes molécules.

Il n'est pas possible de généraliser une activité pharmacobiologique à la propolis en général, mais seulement à une propolis particulière, car cette activité pharmacobiologique est souvent due à la présence de telle ou telle molécule.

Plusieurs composés peuvent avoir des activités identiques mais avec des niveaux d'efficacité différents. La qualité de la propolis est capitale. C'est une substance qui attire fortement tous les composés lipophiles (qui aiment les graisses) tels que pesticides et métaux lourds. Il faut donc bien sélectionner la propolis.

Les propriétés pharmacobiologiques de la propolis décrites dans la littérature scientifique (toute source botanique confondue) sont nombreuses et démontrées scientifiquement : antibactérienne, antivirale, antifongique, antioxydante, anesthésiante (elle devrait être plus utilisée par les chirurgiens-dentistes et les stomatologues), anti-inflammatoire, anti-angiogénique, immunomodulatrice, antitumorale.

Ces activités démontrées in vitro comme in vivo dans des modèles animaux porteurs de tumeurs sont donc utiles tant dans des pathologies bénignes que malignes, en particulier pour stimuler les défenses immunitaires...

Au Japon, les Instituts du cancer en consomment 500 tonnes par an et en France pas un gramme ! Comment expliquez-vous cette différence ?

Effectivement, une majorité de la production de propolis de *Baccharis* est exportée vers le Japon (80 %) [2]. Une étude de 2005 rapporte que 48 % des brevets se rapportant à la propolis proviennent du Japon, qui est le pays à la plus forte activité inventive autour de cette substance naturelle. En Asie, et particulièrement au Japon, le

rapport de la médecine avec les produits naturels est très différent de ce que l'on peut constater dans notre culture occidentale, et peut être encore plus en France.

Au Japon, les bienfaits de cette substance font d'une part l'objet de nombreuses recherches officielles avec des financements publics ou privés, et d'autre part son utilisation en indication santé est beaucoup plus souple. Tous les moyens thérapeutiques disponibles pour guérir et/ou soulager le patient sont employés, qu'ils soient de provenance pharmaceutique ou naturelle. Les deux n'étant pas systématiquement antagonistes comme on le voit en France.

Faudrait-il que la propolis obtienne comme tout médicament une AMM (autorisation de mise sur le marché) ?

NC : Non, je ne suis pas favorable à cela. Toutes les études sont unanimes, l'activité d'extrait de propolis entier est toujours meilleure que les molécules isolées qu'elle contient. C'est une substance naturelle qui doit rester dans le domaine public. Cependant son utilisation dans un cadre de santé devrait être réglementée. En effet, tous les produits naturels ne sont pas spécialement bons pour votre santé et il en est de même avec la propolis si celle-ci est de mauvaise qualité et/ou contaminée.

Un minimum d'identification de l'origine botanique, d'absence de substances potentiellement toxiques et une standardisation en principes actifs serait un bon début pour crédibiliser cette substance auprès du milieu médical et des patients, et faire le tri face à tous les produits sur le marché.

Nicolas Cardinault : Vous, chirurgien, connaissez bien les vertus cicatrisantes du mélange propolis + miel...

Henri Joyeux : C'est très exact. Les vertus cicatrisantes du miel sont bien connues et maintenant bien établies. Comme mon regretté collègue le Pr Descottes, du CHU de Limoges, j'utilise du miel pour la cicatrisation des plaies, y compris infectées. Le miel permet une cicatrisation plus rapide, avec moins de complications, et des cicatrices plus esthétiques. Des miels médicaux ont donc été développés depuis, répondant aux normes de la pharmacie hospitalière. L'ajout d'un extrait de propolis de qualité dans le miel renforce l'activité antimicrobienne du miel.

Jeune chirurgien en coopération au Maroc, j'avais pu sauver une jambe vouée à être amputée chez un jeune qui avait une fracture ouverte au dessus du genou, comme je le rapporte dans le livre « Les Abeilles et le chirurgien » Ed Rocher.

Il a été établi que la propolis française était intrinsèquement plus riche que d'autres variétés. C'est donc la grande diversité botanique en France qui permet à la propolis d'être aussi intéressante du point de vue de ses actifs, ses origines plus variées lui apportant de multiples flavonoïdes à l'action antioxydante et stimulant les défenses immunitaires.

D'ailleurs une partie de la gamme, nommée « Propolis Intense » ou Propolis pure à

mâcher, annonce la couleur : de purs produits au plus proche du matériau d'origine, les garanties d'un laboratoire en plus : www.propolia.com en Languedoc-Roussillon.

Dans cette gamme notamment, je vous conseille deux compléments alimentaires pensés pour ceux qui recherchent la meilleure qualité de propolis :

La teinture-mère de propolis sous forme liquide

La poudre de propolis ultra, qui se mélange très facilement à du miel pour une prise quotidienne au petit-déjeuner par exemple. Elle existe aussi en gélules.

Il y a également une gamme de soins cutanés plus élaborés encore, comme le « Baume des quatre saisons », un produit de massage concentré en propolis et en huiles essentielles dont j'ai vérifié l'efficacité chez des patients porteurs d'hémorroïdes hémorragiques ou non, ou de fissures anales, ou encore l'Energie vitale que j'utilise régulièrement, incontournable aux changements de saisons à raison d'une cuillerée à chaque petit-déjeuner, pendant tout l'hiver.

J'ai pu découvrir récemment une magnifique publication quant à l'intérêt du Chewing-gum propolis qui évite les caries dentaires chez les enfants et le Dentifrice propolis, un must pour les gencives et l'haleine, et le Sirop pour la gorge le grog de l'Apiculteur, comme le Spray buccal propolis menthe ou Nasal purifiant et les Gommages de propolis, un véritable choix selon les besoins.

Je recommande aussi tous les produits à la propolis de www.secretsdemiel.com au Centre de la France

Le complexe propolis et miel : utilisé avec des résultats remarquables – que j'ai pu vérifier – dans le cadre des infections respiratoires à répétition, en particulier celles observées chez les enfants atteints de mucoviscidose.

L'élixir impérial : ampoule de propolis et gelée royale.

Le sirop à l'extrait de propolis : pour calmer la toux et dégager les voies respiratoires.

Le sirop Api'bee bien protégé : pour renforcer les défenses des enfants (avec propolis et thym)

L'extrait de propolis liquide

Les gommages de propolis

Le Secret d'Elise : baume à la propolis pour cicatriser et pour les problèmes de peau

Le spray buccal et spray nasal

Le Baume des abeilles : baume pectoral à la propolis et huile essentielle d'eucalyptus pour dégager les voies respiratoires.