

Avez-vous un nez dans l'intestin ?

Cher(e) ami(e) de la Santé,

Ce matin, je suis tout excité.

Les médias n'en parlent pas, mais les scientifiques viennent de faire une découverte qui pourrait révolutionner la médecine.

Grâce au séquençage du génome, les chercheurs se sont aperçus que nous avions des récepteurs *olfactifs* partout dans notre corps : sur la peau, dans notre foie, notre prostate ou nos intestins. ^[1]

C'était une surprise de taille.

Jusqu'à une période récente, on croyait qu'il n'y en avait que dans notre nez. C'était logique, puisque les récepteurs olfactifs, comme leur nom l'indique, servent d'abord à nous faire percevoir les *odeurs*, agréables ou repoussantes.

C'est parfois une question de vie ou de mort, par exemple si ça sent le brûlé dans votre cuisine...

Mais les récepteurs olfactifs que l'on a trouvés dans le reste de notre corps jouent un rôle totalement différent.

Et vous allez voir, cette découverte ouvre la voie à une méthode révolutionnaire pour soigner et guérir... grâce aux odeurs et aux molécules aromatiques !

Constipation, intestin irritable : mangez-vous assez « odorifiant » ?

Commençons par l'intestin, le roi de tous nos organes.

Cela fait à peine 10 ans que l'on sait qu'il contient des récepteurs olfactifs.

Et il se trouve que ces récepteurs *modulent la production de sérotonine* dans l'intestin. ^[2]

Pourquoi c'est intéressant ? Parce que de nombreux problèmes de santé sont liés à un problème de sérotonine dans l'intestin : diarrhées, constipation, nausées, intestin irritable... et même diverticules et cancer du côlon !

Peut-être suffirait-il d'activer ces récepteurs olfactifs pour mieux agir sur ces problèmes ?

C'est exactement ce que les chercheurs ont essayé de faire, avec des molécules odorantes de thymol

(thym), d'eugenol (clou de girofle) et de bourgeonal (muguet).

Et le résultat a dépassé leur espérance : grâce à ces odeurs, ils ont observé une multiplication par 10 de la production de sérotonine dans l'intestin !

Voilà qui confirme au minimum l'intérêt d'ajouter des épices et aromates à vos repas !

Mais ce qu'on a découvert tout récemment sur la **peau** est encore plus spectaculaire.

Sauvez votre peau grâce aux odeurs

En 2014, une équipe de chercheurs allemands a cherché à activer les récepteurs olfactifs que nous avons sur la peau – car nous en avons sur la peau aussi ! ^[3]

Pour cela, ils ont utilisé une odeur extraite du bois de santal, un arbre précieux de la médecine ayurvédique (*l'huile essentielle de bois de santal est d'ailleurs une des plus utilisées au monde, pas seulement pour son parfum envoûtant ou sa puissance antivirale, mais aussi pour soigner... des problèmes de peau !*).

Eh bien quand les scientifiques ont appliqué leur extrait de Santal sur des cellules de la peau, ils ont observé un phénomène remarquable : les forces d'auto-guérison de la peau se sont immédiatement activées !

Ils ont rapporté une hausse de la prolifération cellulaire de 32 % et une migration plus rapide des cellules de la peau de près de 50 %... deux phénomènes qui accélèrent la guérison des blessures !

Et vous savez à quoi ce petit miracle me fait penser ?

À ce qui est arrivé à René-Maurice Gattefossé, le fondateur de l'aromathérapie française.

L'histoire est célèbre : ce chimiste a été victime en 1910 d'une explosion dans son laboratoire, et s'est retrouvé gravement brûlé.

Atteint de gangrène, il n'a dû sa survie qu'à une idée lumineuse : appliquer de l'huile essentielle de *lavande vraie* sur ses plaies.

En quelques semaines, ses blessures étaient guéries, sa peau était réparée... et il a consacré la fin de sa vie à vanter la médecine par les huiles essentielles, qu'il a baptisé « aromathérapie » !

Je suis sûr que ce grand visionnaire aurait sauté de joie s'il avait su que, 100 ans plus tard, on découvriraient des récepteurs olfactifs sur la peau et partout dans notre corps.

Mais ce qu'il y a de vraiment révolutionnaire, c'est que ces récepteurs pourraient aussi être une clé pour vaincre le cancer !

Des molécules aromatiques pour vaincre le cancer ?

Cela fait quelques années que les chercheurs observent avec sidération l'impact des huiles essentielles sur les cellules cancéreuses : dans une éprouvette, elles stoppent leur prolifération.

Mais on ne savait pas pourquoi, ni comment.

Désormais, on sait que ce petit miracle est dû au moins en partie... aux récepteurs olfactifs de nos cellules... et de nos cellules cancéreuses !

En 2015, une équipe menée par le Pr Hanns Hatt a appliqué du « citronellal » sur des cellules cancéreuses du foie.

Le citronellal est une molécule aromatique qui appartient à la famille des « terpènes » et que l'on retrouve massivement dans l'huile essentielle de citron.

Très vite, le citronellal a fortement augmenté la concentration de calcium de ces cellules cancéreuses, grâce au récepteur olfactif OR1A2.

Et savez-vous ce qui se passe quand une cellule cancéreuse reçoit une entrée massive de calcium ? Eh bien elle s'arrête de proliférer... et peut même être forcée de se suicider (on appelle cela l'apoptose) !

Et c'est exactement ce que les chercheurs ont observé : au contact du citronellal, beaucoup de cellules cancéreuses se sont arrêtées de proliférer et se sont suicidées.

Et la bonne nouvelle, c'est que cela ne concerne pas seulement le citronellal... et pas seulement le cancer du foie non plus !

En 2016, des chercheurs ont étudié l'impact de l'arôme de Santal (encore lui !) sur les cellules d'un cancer très grave, la leucémie myéloïde chronique (LMC). ^[4]

L'arôme de santal a activé les récepteurs olfactifs OR2AT4... et là aussi, cela a réduit la prolifération des cellules cancéreuses et conduit au suicide (apoptose) de bon nombre d'entre elles !

Pour les chercheurs qui ont mené l'étude, cela ne fait aucun doute : « *Ce mécanisme offre de nouvelles options thérapeutiques pour le traitement de la leucémie myéloïde chronique* » - un cancer jusqu'à présent incurable !

C'est d'autant plus remarquable que tous les cancers sont potentiellement concernés.

Vous comprenez mieux mon enthousiasme !

Déjà en 2009, on avait découvert qu'un récepteur olfactif de la prostate était activé par le *beta-ionone*, un composé chimique de la famille des *terpènes*, que l'on trouve dans beaucoup d'huiles

essentielles, dont celle de rose de Damas.^[5]

Avec exactement le même phénomène prometteur : une augmentation rapide du calcium dans la cellule cancéreuse, ce qui stoppait sa progression.^[6]

Cela commence à faire beaucoup pour ne pas être une simple « coïncidence », non ?

Vous comprenez pourquoi je m'emballe depuis plusieurs semaines sur le pouvoir incomparable des huiles essentielles !

Car elles sont précisément constituées de « molécules odorantes » puissantes, capables d'activer nos récepteurs olfactifs partout dans notre corps.

C'est un effet qu'aucun autre médicament ou remède naturel ne peut avoir !

Et le plus incroyable, c'est que l'activation des récepteurs olfactifs n'est qu'une voie parmi d'autres de leur efficacité.

C'est par d'autres modes d'action biochimiques plus « classiques » qu'elles produisent tous les bienfaits qu'on leur connaît déjà : anti-infectieuses, anti-bactériennes, anti-inflammatoires, anti-douleur, etc.

Voilà pourquoi je suis convaincu que c'est une médecine incomparable.

Comme le grand Dr Jean-Pierre Willem, je pense vraiment que les huiles essentielles seront la médecine du 21ème siècle !

Vraiment, je vous invite de tout cœur à apprendre à les utiliser (ou à mieux les utiliser), si vous ne le faites pas déjà.

Bonne santé,

Xavier Bazin