

Malaises et maladies

Le candida albicans

par Céline Arsenault

NDLR. : Un nombre croissant de chercheurs, parmi lesquels ceux du DAN (Defeat Autism Now), soupçonnent que l'autisme soit le résultat d'un trouble du métabolisme pouvant entraver le bon fonctionnement du cerveau. En nous appuyant sur l'interaction probable entre les systèmes digestif, immunitaire et cérébral dans la manifestation de l'autisme, nous aborderons ici la prolifération du candida albicans soupçonnée d'intervenir dans cette relation. On a mis en évidence chez de nombreux enfants autistes une présence anormalement élevée de la levure qui amplifie les problèmes de comportement, d'attention, de concentration et d'agitation. Ceux-ci réagissent donc souvent favorablement à une médication anti-Candida et aux traitements basés sur un régime alimentaire.

Le candida albicans, souvent associé à un champignon microscopique, est un micro-organisme de la famille des levures que l'on retrouve normalement dans l'organisme humain en quantité relativement limitée. A l'état normal, cette levure vit en harmonie sur les muqueuses de nos organes digestifs, dans notre bouche, notre estomac et nos intestins sans y causer le moindre trouble. La candidose est un envahissement anormal de candida albicans (et la présence des toxines qu'il produit comme l'acétaldéhyde ou autres) dans l'organisme, causé le plus souvent par un usage répétitif d'antibiotiques ou par un excès de sucre et de gluten dans l'alimentation. La flore intestinale microbienne normale qui vit en symbiose avec le reste de l'organisme empêche la multiplication excessive des levures. Tant que notre défense immunitaire se maintient, notre environnement microbien demeure dans les limites de la normale.

Les symptômes reliés à ce déséquilibre sont nombreux. Entre autres, le cerveau peut être affecté par les toxines du candida, causant ainsi des pertes de mémoire, des changements d'humeur et des difficultés de concentration. L'individu devient dépressif, frustré et anxieux. Les cinq sens sont affectés. Un test papier/crayon avec une liste de symptômes peut nous indiquer s'il y a lieu d'investiguer dans le sens de la candidose. Par la suite, on peut effectuer dans le milieu médical un examen microscopique de prélèvements (croûtes, sécrétions), une culture sur milieu spécifique ou encore une analyse de selle. Cette dernière peut être négative même en présence de candidose. Dans le milieu de santé alternatif, un test qualitatif fait au microscope à partir d'une goutte de sang de la personne (test Heitan Lagarde)*peut aussi donner de bonnes indications sur la candidose.

Selon Daniel Crisafi, n.d., PhD, cinq étapes sont nécessaires pour contrôler le candida :

1. Affamer la levure

La levure se développe surtout avec les sucres et les amidons ainsi qu'avec les céréales riches en gluten comme le blé, l'avoine, le seigle ou l'orge de même qu'avec les produits laitiers. Il faut donc restreindre la consommation de ces aliments et, à l'occasion, les enlever complètement de l'alimentation pour une certaine période.

2. Équilibrer la flore intestinale

L'intestin étant le lieu de prédilection de la prolifération du candida, il faut rétablir une flore intestinale saine et abondante en ajoutant des bactéries lactiques avec une concentration de 5 à 10 milliards de bactéries par jour. Noter que les capsules de yogourt ne contiennent pas suffisamment de bactéries pour refaire la flore convenablement.

3. Combler les carences particulières

Une faiblesse de l'immunité, sous-jacente à la prolifération du candida, est souvent liée à de multiples carences (vitamines, minéraux ou oligoéléments). Il est nécessaire de les combler par des suppléments appropriés. Ces carences proviennent soit de l'alimentation soit d'une intoxication aux métaux lourds (polluants, amalgames au mercure, etc.)car ces derniers prennent la place des bons minéraux dans l'organisme.

4. Détruire la levure

La médecine courante utilise des médicaments conventionnels comme le nystatin, le nyzoral ou le diflucan comme fongicide avec les effets secondaires possibles qui y sont reliés. La médecine naturelle offre elle aussi plusieurs choix dont l'extrait de pépin de pamplemousse, l'ail, la biotine, l'acide caprylique, etc.

5. Assurer la désintoxication

Lorsque le candida est neutralisé, il doit être éliminé par le corps. Le foie joue alors un rôle très important. Il est donc fréquent d'utiliser le Chardon Marie ou encore l'Épine Vinette. L'élimination des selles doit être quotidienne et abondante, un ajout de psyllium (fibres mucilagineuses) peut être indiqué à tout âge. Des lavements ou des irrigations coloniques seront recommandés dans les cas de constipation chronique chez l'adulte.

Dans le doute, il est préférable d'être accompagné par un thérapeute de confiance dans cette démarche car il y a plusieurs paramètres à évaluer et nous pouvons nous y perdre facilement ou tout simplement être découragés par les voies qui nous sont proposées.

Références : BESSON, Dr Philippe-Gaston. *Je me sens mal mais je ne sais pas pourquoi...!*, Éditions Trois Fontaines.

BRODY, Sarah. *Bien connaître le candida albicans, traitement naturel*, Éditions Quebecor.

CRISAFI, Daniel, n.d., PhD. *Candida Albicans , l'autre maladie du siècle*, Éditions Forma.

JAY, Joëlle. *Le candida albicans , un signal d'alarme*, Éditions Santé Action.

ARSENAULT, Céline. « Le candida albicans », *Contact Autisme*, Hiver 2001.
