

# Plantes médicinales en gériatrie

L'EEG atteste des effets des phytomédicaments. – Le ginkgo biloba, seul phytomédicament anti-démence recommandé par la WFSBP, est efficace. – Les plantes médicinales peuvent avoir une action bénéfique sur la santé même lorsqu'elles ne se résorbent pas. Voilà trois des nombreux thèmes phares de la première journée du congrès «Phytothérapie 2014». *Jürg Lendenmann*

La phytomédecine a des aspects fascinants, dont certains encore trop méconnus: telle était l'impression laissée par la première journée du congrès international «Phytothérapie 2014» à Winterthour. Nous avons sélectionné trois conférences.

## «Le ginkgo biloba, malheureusement peu utilisé»

«Une personne sur onze est directement touchée par la démence», selon le Prof. Dr méd. Egemen Savaskan, de la Clinique universitaire de psychiatrie gériatrique de Zurich: aux quelque 100 000 déments déclarés, il faudrait ajouter trois fois plus de proches et autant d'autres personnes (personnel médical, Spitex, etc.). «Au cours de la maladie, les patients développent presque tous au moins un symptôme neuropsychiatrique tel que dépression, apathie, agitation motrice ou hallucinations»: des symptômes très pénibles pour la plupart des intéressés, et pour leurs soignants.

La prévention de la démence doit s'effectuer à plusieurs niveaux: activité intellectuelle soutenue, exercice physique régulier, alimentation équilibrée et vie sociale active, sans oublier réduction des facteurs de risque cardiovasculaire. Selon Savaskan, «les substances antioxydantes peuvent également jouer un rôle dans la prévention et le traitement des maladies neurodégénératives. Les directives de la «World Federation of Societies of Biological Psychiatry» (WFSBP) recommandent cinq médicaments pour le traitement de la démence, parmi lesquels un seul phytomédicament à base de ginkgo (EGb 761®).» Les effets synergiques des substances contenues dans l'extrait de ginkgo biloba seraient remarquables. Il réduirait le stress oxydatif grâce à ses propriétés antiradicalaires et aurait une action positive directe et indirecte sur la respiration mitochondriale.

Des études au long cours (Oregon, GEM, GuidAge) confirmeraient l'efficacité préventive du phytomédicament. «Malheureusement, la préparation est peu utilisée», déplore Savaskan. Malheureusement – car des études contrôlées contre placebo attesteraient également de ses effets positifs sur les troubles cognitifs légers (MCI) ainsi que sur les symptômes cognitifs et

neuropsychiatriques. Les arrêts de traitement dus aux effets secondaires lors des études auraient été bien moins nombreux qu'avec d'autres médicaments anti-démence.

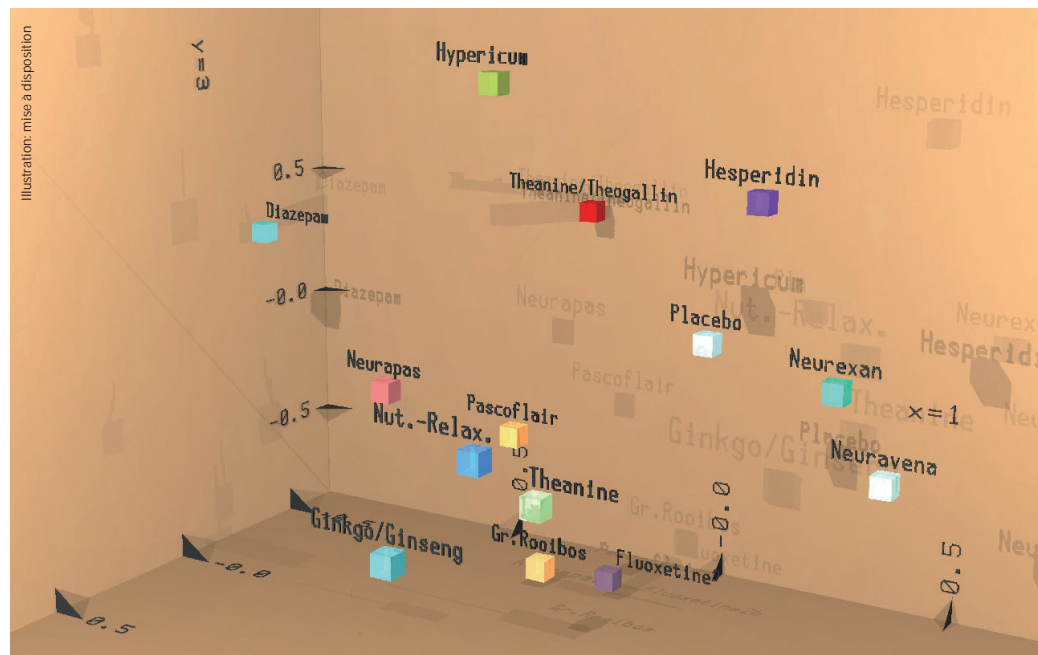
Les proches bénéficieraient eux aussi indirectement de ce traitement. Toutefois, pour être efficaces, les thérapies préventives devraient débuter tôt et être suivies à la lettre à long terme: «Le traitement doit faire partie intégrante du mode de vie.»

## L'EEG montre si un phytomédicament agit

L'EEG a 88 ans. «En 1926, Hans Berger découvrait qu'il est possible de mesurer l'activité cérébrale en enregistrant les ondes du cerveau grâce aux électrodes d'un appareil de mesure et de les représenter sous forme d'électroencéphalogramme (EEG)», a expliqué le Prof. Dr Wilfried Dimpfel de l'Université Justus Liebig de Giessen. «On croit toujours que l'évaluation des ondes cérébrales est très complexe et qu'on ne peut en attendre des résultats clairs.» Avec l'aide de Günther Dietsch, Berger aurait pourtant quantifié l'EEG au moyen de l'analyse de fréquence dès 1932.

«En collaboration avec le mathématicien et physicien Hans-Carlos Hofmann, j'ai mis au point une méthode permettant la représentation quantitative et cartographique de l'activité électrique cérébrale – sous forme de signatures spectrales colorées: les encéphalogrammes spectrales –, a déclaré Dimpfel. «Avec l'âge, beaucoup de gens souffrent d'une baisse des performances cognitives, que ce procédé permet de mesurer clairement.» Ainsi, les patients avec MCI émettraient nettement moins d'ondes alpha-2 et thêta. Il précise que la performance cérébrale est analysée au moyen de quatre tests cognitifs, dont l'EEG permet une évaluation quantitative claire. Concernant les tests de dort, il remarque que «le cerveau est comme un moteur: on ne peut le vérifier à l'arrêt».

Un paramètre de mesure spécial, l'indice de fréquence spectrale IFS, en a été dérivé pour déterminer objectivement la profondeur du sommeil. Dimpfel: «Outre sa représentation classique, il indique aussi si le sommeil est réparateur ou non.» Un examen aurait montré l'efficacité supérieure d'une préparation mêlant houblon et valériane par rapport au placebo ou à une préparation de valériane seule.



L'EEG permet de déduire les effets de médicaments.

