

l'experte « Tout ce qui est naturel n'est pas nécessairement bon pour la santé ! »

ENTRETIEN

La phytothérapie est-elle une réponse à la surconsommation de médicaments de synthèse ? Nous avons posé la question au professeur Joëlle Leclercq, doyen de la Faculté de Pharmacie et des sciences biomédicales de l'UCL.

Où est la frontière entre phytothérapie et médication de synthèse ?

En phytothérapie, on va utiliser un extrait de plante, un

concentré, une poudre ou une tisane sans en avoir isolé les principes actifs, généralement pour traiter des affections modérées à légères. Ils peuvent être commercialisés soit comme médicaments soit comme compléments alimentaires. Lorsque les plantes contiennent des principes actifs extrêmement efficaces - qui présentent aussi une certaine toxicité -, ils sont commercialisés comme médicaments sous forme isolée et

purifiée. Donc, il faut faire la part des choses : les médicaments constitués de composés purs ne sont pas toujours nécessairement des produits chimiques - certains anticancéreux, antibiotiques ou hormones par exemple sont fabriqués à partir de substances naturelles - et les plantes ou extraits utilisés en phytothérapie ne sont pas nécessairement des médicaments.

Pourquoi faire cette différence ?

En phytothérapie, on va traiter des maladies bénignes avec des extraits ou plantes qui comptent des dizaines voire des centaines de substances dont on ne connaît pas, bien souvent, exactement toute l'activité. De plus, l'industrie pharmaceutique ne met pas des fonds importants dans la recherche sur les plantes car il n'y a pas ou guère de brevet possible.

Est-ce dommage ?

C'est dommage, car il y a des tas de plantes intéressantes. Dans certains cas, pour traiter une insomnie légère, un extrait de plantes peut très bien convenir en lieu et place d'un somnifère. Par contre, même s'ils peuvent parfois atténuer les effets secondaires de traitements, on n'utilisera jamais des extraits de plantes comme seul traitement d'un cancer !

Cela dit, la frontière reste floue...

Oui et non. Il existe des médicaments à base de plantes (exemple le ginkgo), qui sont enregistrés comme des médicaments parce qu'ils ont subi des études cliniques, des tests de qualité et qu'ils ont apporté des preuves d'efficacité. Il y a aussi des médicaments à base de plantes enregistrés comme tels sur base d'un usage traditionnel reconnu dans l'Union européenne. Enfin, il y a les compléments alimentaires à base de plantes. L'essentiel de la phytothérapie est vendu sous ce statut, cela ressemble à des médicaments mais ce ne sont pas des

médicaments. Le flou est bien entretenu mais il faut savoir que même s'il y a un contrôle qualité régulier, il n'est pas aussi sévère que pour les médicaments. Personnellement j'accorde beaucoup plus de crédit à la phytothérapie enregistrée comme médicament, car il y a au moins un contrôle de qualité approfondi, une pharmacovigilance qui permet de détecter d'éventuels effets secondaires ou toxicité et une dispensation



Le professeur Joëlle Leclercq (UCL). © DR

obligatoire par le pharmacien qui a une formation dans le domaine.

Quelles plantes recommanderiez-vous ?

Donner des « recettes », c'est dangereux. Les personnes qui veulent se soigner par la phytothérapie doivent prendre conseil auprès de leur pharmacien et/ou de leur médecin. On ne se soigne pas sur base des conseils de sa voisine !

Parce que les plantes ne sont pas inoffensives ?

Venez avec moi en balade, je vous montrerai des plantes très dangereuses comme la digitale, la stramoine, la belladone... Leurs principes actifs sont employés en médecine mais si vous les utilisez mal vous pouvez ne plus être là demain. Tout ce qui est naturel n'est pas nécessairement bon pour la santé !

Propos recueillis par
ÉRIC BURGRAFF

Il existe des médicaments à base de plantes telles le ginkgo, qui sont enregistrés comme des médicaments parce qu'ils ont subi des études cliniques, des tests de qualité et qu'ils ont apporté des preuves d'efficacité.

"Le Soir" 27-28 septembre 2014.