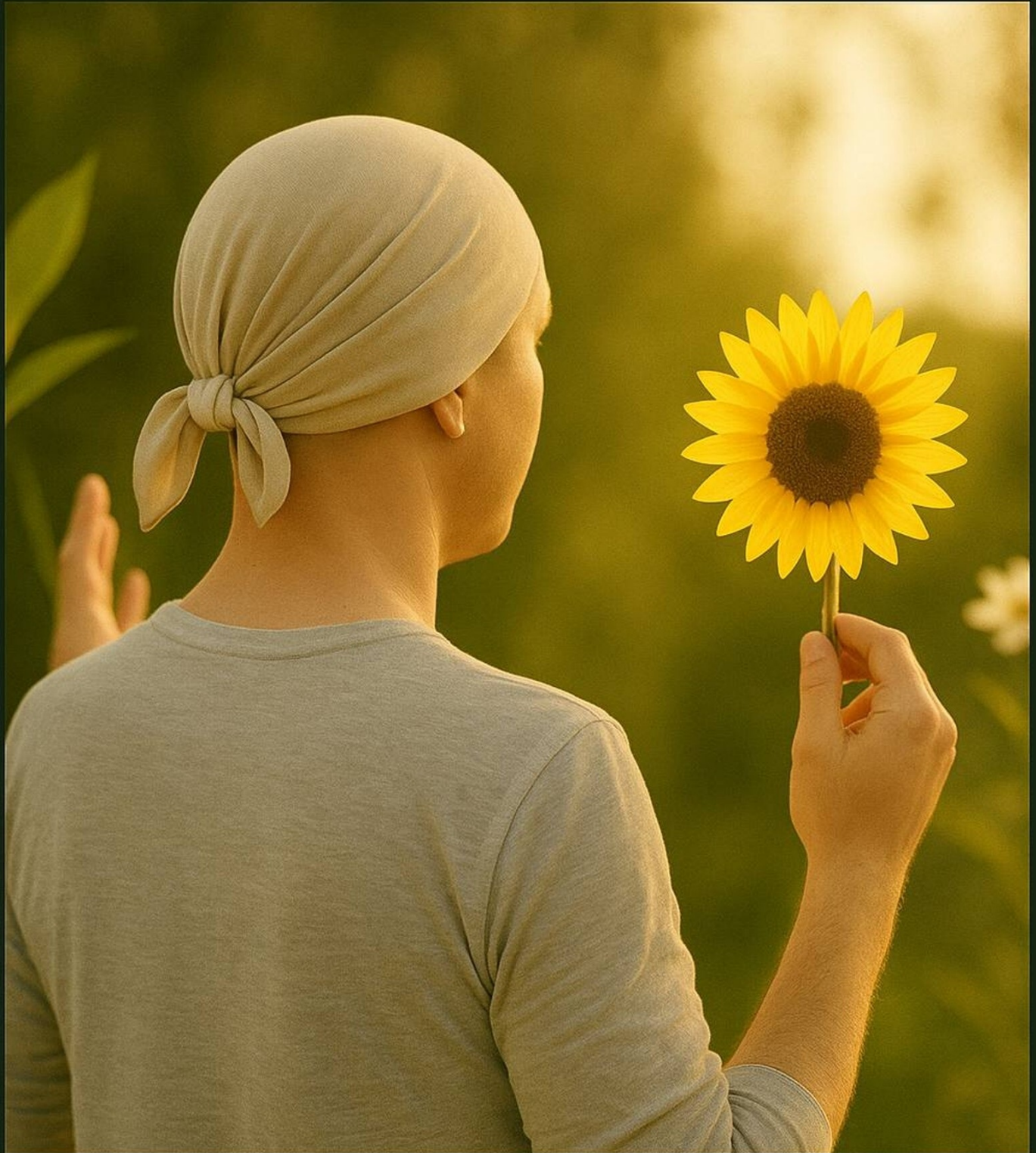


APPROCHE INTÉGRATIVE DU CANCER



Samir Besbes & Myriam Ayed

Samir Besbes
Myriam Ayed

Approche intégrative du cancer

© Samir Besbes, Myriam Ayed, 2025

ISBN numérique : 979-10-405-8936-5

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Préambule

Le cancer est responsable d'environ dix millions de morts par an dans le monde. Ce livre est le fruit d'une accumulation de recherches et d'expériences basées sur des connaissances établies par des pionniers de la santé intégrative partout dans le monde. Comme toute science l'approche intégrative puise ses bases d'un travail qui n'a cessé de s'approfondir au fil du temps. La médecine conventionnelle a fait des grands progrès dans le traitement du cancer et des moyens multiples sont actuellement à notre disposition (nouveaux traitements et techniques). Mais la plupart des traitements se concentrent uniquement sur la destruction des cellules cancéreuses sans s'attaquer aux raisons de leur développement. Durant des décennies, on a placé la génétique au centre du cancer. Parallèlement une nouvelle science a vu le jour : c'est **l'épigénétique** : c'est la Science qui étudie l'influence de l'environnement sur l'expression des gènes. C'est un domaine de recherche scientifique en pleine croissance et tente à expliquer comment nos gènes s'expriment et se comportent selon les conditions qui lui sont ou pas propices. En fait nos cellules peuvent acquérir différentes fonctions sans changer leur séquence génétique. L'épigénétique est contrôlée par un ensemble de protéines et de molécules qui agissent sur l'ADN afin d'activer ou de désactiver les gènes et de ce fait elle est impliquée dans une multitude de pathologies comme le cancer, les maladies auto-immunes, les troubles respiratoires et cardiovasculaires, ainsi que les problèmes neuro-dégénératifs. Des recherches scientifiques ont confirmé que la majorité des cancers sont causés par des facteurs qui vont bien au-delà des antécédents familiaux et des facteurs purement génétiques. Des facteurs de risque comportementaux et alimentaires comme le surpoids, le manque d'exercice physique, une faible consommation de fruits et légumes, le tabagisme, la consommation d'alcool et le stress psychosocial sont en cause. De nos jours on assiste à une explosion des maladies chroniques comme les troubles métaboliques, le diabète, l'obésité et les

maladies cardiaques et surtout le cancer. L'inflammation et les troubles métaboliques augmentent considérablement le risque de cancer. C'est ce qu'ont confirmé plusieurs recherches scientifiques. Les taux de cancer chez les jeunes montent en flèche. Les scientifiques et les spécialistes de la nutrition expliquent cette montée des chiffres par notre alimentation moderne, le mode de vie et les facteurs environnementaux. Certains médecins et chercheurs incriminent aussi certains médicaments et vaccins comme étant responsables d'une prolifération rapide des parasites.

La santé intégrative s'intéresse à tous ces facteurs et vient en aide à la médecine conventionnelle. Plusieurs médecins oncologues sont convaincus par cette approche et plusieurs centres médicaux de santé intégrative se sont ouverts partout dans le monde. Mais la majorité des médecins pratiquant la médecine conventionnelle ne sont pas encore convaincus de son intérêt.

Ce livre apporte une nouvelle pierre à l'édifice déjà en place et essayera par tous les moyens de rendre l'information accessible au lecteur et aux patients pour qu'ils deviennent les premiers responsables de leur santé. Cette approche ne nie pas les connaissances scientifiques et médicales que nous avons acquises ni ne prétend la remplacer mais elle apporte des connaissances basées sur des spécialisations et des domaines scientifiques reconnus tels que la micronutrition, les sciences de la vie, la science de la cellule et d'autres spécialités. Nous remercions tous ceux qui nous ont aidés à réaliser ce livre et nous sommes redevables à tous les chercheurs et spécialistes dont les études ont rendu ce livre possible.

Dr Besbes Samir

Myriam Ayed Nutritionniste

Qu'est-ce que la santé intégrative et quel rapport avec le cancer ?

La science est dite universelle mais la vie ne l'est pas. Les thérapeutiques les plus connues et vérifiées ne marcheront pas toujours. Les solutions d'hier ne le sont pas pour aujourd'hui et pour tout. Chaque cas est spécifique et ça se confirme de jour en jour dans le domaine de la santé. Pourquoi la santé intégrative ? Les maladies chroniques sont devenues la première cause de mortalité (60%) et on assiste à l'incapacité du système de santé à faire face à ces maladies proliférantes et multiples. Les consultations sont de plus en plus courtes et les protocoles de plus en plus standardisés. La médecine conventionnelle s'est développée principalement autour du traitement des affections aiguës. La chirurgie, les médicaments, la spécialisation permettent aujourd'hui une approche protocolaire, souvent efficace pour traiter ces maladies. Mais l'utilisation des médicaments au long cours démontre de plus en plus ses limites pour les affections chroniques. En effet au milieu de ce champ de bataille des médecines conventionnelle et complémentaires, le patient y perd souvent la tête. Certains scientifiques en quête de sens ont fait émerger une nouvelle pratique et un nouveau concept : la médecine intégrative. La médecine intégrative est née dans les années 90 d'un groupe de médecins qui ont souhaité ne pas suivre le mouvement médical de cette fin du vingtième siècle, conscients qu'il nous menait dans une impasse. Aux Etats-Unis, le Duke Center for Integrative Medicine, les cliniques du stress de Jon Kabat-Zin ont été les pionniers de cette approche. En Europe, on peut citer comme précurseurs le centre ressource d'Aix-en-Provence, le docteur David Servan-Schreiber, le magazine Santé intégrative, le docteur Thierry Janssen, le Bristol Health Cancer. Quelle est la différence entre la médecine conventionnelle et la médecine intégrative ? La santé intégrative recourt simultanément à la médecine

conventionnelle et à d'autres pratiques. Cette approche valorise l'importance de la relation entre le praticien et le patient, se concentre sur la totalité de la personne et emploie toutes les approches thérapeutiques appropriées pour atteindre la santé optimale et la guérison. La médecine moderne oppose généralement deux types d'approche : approche conventionnelle et approches dites alternatives ou complémentaires ou médecine douce. La santé intégrative est loin d'être une médecine complémentaire ou alternative. Elle se base comme la médecine conventionnelle sur des recherches scientifiques approfondies. **La médecine intégrative n'est pas la médecine par les plantes.** Celle-ci se base sur des expériences individuelles ou collectives. Bien que la médecine intégrative puise son essence dans les produits naturels ses fondements dépassent largement les expériences et se basent sur des études scientifiques et des recherches de laboratoires dont les résultats sont publiés dans des revues scientifiques reconnues. La santé intégrative cherche avant toute chose la cause. Elle combine différents types de soins adaptés aux besoins du patient se basant sur la micronutrition, l'étude des modalités de naissance de la maladie et les facteurs de risque. Pour le cancer elle cherche les moyens d'inhiber la prolifération des cellules cancéreuses et son invasion locale ou à distance. Elle y associe plusieurs techniques de prise en charge psychologique, l'hypnothérapie, l'acupuncture, l'aromathérapie, le biofeedback et plusieurs techniques innovantes qu'on citera dans ce livre. Plusieurs institutions scientifiques ont créé des services de santé intégrative : Université de Harvard ; au Canada des universités ont créé le Academic Consortium for Integrative Medicine & Health, un centre académique de santé et de médecine intégrative avec des programmes destinés au large public. Il y a plus de 40 instituts universitaires de médecine intégrative en Amérique du Nord, y compris Harvard Medical School. Toutefois, ce modèle n'a pas connu la même expansion en Europe. En effet, il existe de nombreux thérapeutes de médecines intégratives mais très peu de centres offrant une collaboration active pluridisciplinaire entre ces thérapeutes et les médecins conventionnels. Des centres de soins intégratifs ont vu le jour partout dans le monde associant traitement médical, compléments alimentaires, acupuncture, nutrithérapie, kinésithérapie, thérapies manuelles (ostéopathie et chiropraxie), hypnose thérapeutique, hydrothérapie, traitement par infrarouge, traitement par la chaleur (Oncotherm), aromathérapie (huiles essentielles) réflexologie, art thérapie, prise en charge psychologique, etc.

Bien qu'elle soit non conventionnelle la médecine intégrative permet un mieux-

être du patient, une amélioration de son confort de vie et soutient avec force le traitement conventionnel et apporte du nouveau à ce traitement.

La santé intégrative ne se résume pas en des remèdes de grands-mères et n'est pas un ensemble de protocoles qui s'appliquent indifféremment à tout le monde. Elle ne prétend pas être une solution magique ni contredire la médecine conventionnelle. Elle tente de comprendre le fond des transformations qui affectent le corps, y compris les processus chimiques et les transformations cellulaires, afin d'intervenir et d'aider le corps à s'autoguérir. Elle établit un programme adapté à chaque personne y compris des changements de l'hygiène de vie et apporte des moyens et des techniques. Son action ne se limite pas à prescrire des compléments alimentaires ou des produits naturels. Elle considère le patient dans sa totalité et de ce fait elle est holistique. Devant un cancer du sein on ne s'intéresse pas uniquement à cet organe mais on étudie le phénomène dans sa totalité en rapport avec tous les autres organes du corps. Par ailleurs elle utilise la force du mental, pour agir sur le physique. Plusieurs charlatans et ignorants se sont lancés dans les traitements naturels en se présentant comme des messies pour une bonne santé et d'autres ont commencé à produire des compléments alimentaires qui ne respectent pas les normes et sans aucune connaissance sur leurs moyens d'action ni sur leurs indications et effets indésirables. Ces charlatans font du mal à la santé intégrative. Par ailleurs les positions extrémistes de certains thérapeutes voire médecins phytothérapeutes donnent une mauvaise idée sur la santé intégrative. Pratiquer la santé intégrative n'est pas seulement indiquer certaines thérapeutiques ou techniques mais les partager avec le patient qui doit comprendre leurs avantages pour sa santé. Pourquoi suivre un régime, quel est l'intérêt de ce complément (action anticancéreuse, contre les métastases, contre l'angiogenèse, stimulant l'immunité). Partager ces connaissances avec le patient est primordial. La santé intégrative s'intéresse à la cause : diabète, obésité, manque de sommeil, problèmes articulaires, déficit en vitamines et oligoéléments, problèmes cardiovasculaires, stéatose du foie, cancer...

La médecine conventionnelle s'adresse à un hypertendu en lui prescrivant un traitement vasodilatateur. Cette démarche est scientifique et compréhensible car il s'agit de prévenir les complications de cette pathologie. Mais à côté il faudrait chercher la cause profonde de cette maladie et donner au corps un moyen pour la combattre. Comment lutter contre les plaques d'athérome qui bouchent les artères et rendre celles-ci souples ? Comment lutter contre l'homocystéinémie

responsable de la plupart des maladies cardiovasculaires, le manque de vitamines et oligoéléments, le rôle de l'acidose du corps, etc. La santé intégrative tient compte de l'aspect physique, physiologique, spirituel, psycho-émotionnel, l'âge, les croyances, l'éducation, les activités, le parcours de vie, etc., et l'environnement de la personne. La santé intégrative associe différentes techniques et adopte une méthodologie ouverte sur les aspects philosophiques, psychologiques, sociologiques. Elle allie les soins conventionnels et complémentaires et propose une vision globale, holistique et multidisciplinaire de la santé. Un cancer n'est pas uniquement un changement local mais le reflet d'un dérèglement sous-jacent de l'organisme. D'où le traitement consistera en une approche globale et donc multidisciplinaire, tenant compte des différentes dimensions de l'être humain : facteurs ayant favorisé le cancer comme un déficit en oligoéléments et vitamines ou autres nutriments nécessaires, une immunité déficiente, un dérèglement hormonal, un état inflammatoire chronique, un état émotionnel. Bref, le terrain qui a favorisé cette maladie.

Quelques principes de l'approche intégrative :

Réduire drastiquement l'inflammation (qui fait flamber les débuts de cancers) en éliminant des habitudes de votre quotidien

Se détoxifier des molécules cancérigènes (polluants atmosphériques, perturbateurs endocriniens et métaux lourds)

Comblers les déficits : les terrains favorisant le cancer sont les terrains carencés.

Établir une liste d'aliments, de micronutriments et de minéraux nécessaires aux mécanismes anti-cancer de vos cellules

Établir les ingrédients à éviter souvent présents dans les compléments alimentaires : le cuivre, le manganèse, l'arginine et la glutamine, qui peuvent favoriser la prolifération cellulaire.

Affamer la cellule cancéreuse.

Booster l'autophagie. C'est un mécanisme intelligent. Cela permet à vos cellules de recycler leur matériel cellulaire quand la cellule peut être réparée. Si la cellule est sur le point de devenir cancéreuse, l'autophagie lui permet de « s'auto-manger » avant qu'elle ne génère d'autres cellules mutantes.

Booster les Natural Killers. Contre les cellules cancéreuses, votre système

immunitaire peut mobiliser un commando d'élite : Comme leur nom l'indique, ces lymphocytes tuent les cellules dangereuses : ils les différencient des cellules saines et agissent uniquement là où il faut. Pour leur donner un bon coup de fouet il y a plusieurs moyens dont la mycothérapie et de l'aromathérapie, les composés phytothérapeutiques, des éléments minéraux etc.

Adopter une approche intégrative considérant la maladie comme un signe de déséquilibres internes. Par conséquent, nous visons à traiter la personne dans son ensemble plutôt que de nous concentrer uniquement sur la maladie localisée. Cela signifie combiner les médicaments conventionnels avec d'autres techniques thérapeutiques. De nombreuses études scientifiques montrent que la médecine intégrative et fonctionnelle sont des aides efficaces dans le parcours de traitement du cancer.

Établir des plans de traitement intégrés aux traitements allopathiques conventionnels tels que la radiothérapie, la chimiothérapie et la chirurgie, avec des thérapies complémentaires comme la nutrition, les compléments, les probiotiques pour soutenir votre santé globale.

Veiller à la restauration de la santé physique, mentale et biochimique pour promouvoir la guérison et le bien-être en considérant la maladie comme un signe de déséquilibres internes et comme essentiellement une maladie métabolique.

Renforcer la fonction mitochondriale et soutenir l'élimination des toxiques.

Compenser les déplétions et déficits identifiées.

Restaurer la flore intestinale, pratiquer si nécessaire une détox intestinale.

Thérapies complémentaires : Massages curatifs, acupuncture, hydrothérapie, traitement par la chaleur, ozonothérapie, traitement par infrarouge, marteau piqueur moléculaire, Oncotherm, pour restaurer le flux d'énergie et réduire les niveaux de stress.

Imposer des périodes régulières de sommeil et de repos, pour réactiver son système de guérison.

Prise en charge psychologique.

Médecine fonctionnelle : pour aider à restaurer la santé et faciliter le processus naturel de guérison du corps.