

SEP
TOP
ventes

Femme Actuelle

*Original
& convivial*

JE CUISINE
LE FILET MIGNON
AUTREMENT

VÉCU

Quand
l'amitié
transforme
la vie

*Cahier
jeux*

6 PAGES
SPÉCIAL
DÉTENTE

*Un sourire
éclatant*

ÇA MARCHE,
LE BLANCHIMENT
DES DENTS?

Nutrition

J'ÉVITE
LES PERTURBATEURS
ENDOCRINIENS

EXCLUSIF

Avec Christophe André

**ON CULTIVE
SON ESTIME DE SOI**

**Innovation
santé**

LES SUPER POUVOIRS
DE LA LUMIÈRE ROUGE

N°2059 - DU 11 AU 17 MARS 2024

PM

PRISMA MEDIA

CPPAP

L 12291 - 2059 - F: 2,60 €



PF: 2.90€ - CH: 4.90€ - CA: 5.90€ - AL: 4€ - ES: 3.10€ - GR: 3.10€ - IT: 3.10€ - LI: 3€ - PT: 3.10€ - DOM BATEAU: 3.70€ - MA: 3.00€ - TN: 7.00€ - ANG CTA AVION: 3.50€ XAF - ZONE CFP BATEAU: 4.50€ SPF - ZONE CFP AVION: 9.00€ SPF

INNOVANT

Les pouvoirs de la lumière rouge

Utilisée pour ses propriétés cicatrisantes, antalgiques et anti-inflammatoires, cette méthode de traitement ne cesse de voir ses indications s'élargir. **PAR CLAIRE GABILLAT**



La photobiomodulation (PBM) est une méthode non invasive qui consiste à exposer des cellules ou des tissus à une lumière froide dont les longueurs d'ondes sont rouges ou proches de l'infrarouge. Ces dernières

ont, entre autres, comme avantage d'être absorbées par les mitochondries, les centrales énergétiques de nos cellules. En stimulant leur activité, la photobiomodulation accroît la production d'adénosine-triphosphate (ATP), un carburant cellulaire qui joue un rôle essentiel dans de nombreuses réactions chimiques de l'organisme. Ce type de photothérapie favorise ainsi la cicatrisation, en relançant la production de collagène, réduit l'inflammation et soulage les douleurs. Déjà utilisée par les dentistes, les dermatologues et les kinésithérapeutes, elle est administrée grâce à des panneaux lumineux ou via des douchettes appelées pods.

Elle soulage les effets secondaires des traitements du cancer

«**En oncologie**, la photobiomodulation est utilisée pour régénérer les tissus endommagés par la chimiothérapie et

la radiothérapie», indique le Dr Camelia Billard-Sandu, oncologue médicale à Gustave-Roussy, premier centre européen de lutte contre le cancer. Elle permet de prévenir ou de traiter des effets secondaires liés à la toxicité de traitements contre lesquels il n'existait jusque-là aucune alternative thérapeutique efficace. C'est le cas de la mucite, une inflammation des muqueuses buccales provoquée par certaines chimios ou radiothérapies, et des brûlures de la peau induites par les rayons (radiodermites), où son efficacité a été prouvée. Mais ses indications ne cessent de s'élargir en cancérologie grâce aux connaissances plus approfondies des paramètres d'illumination et des mécanismes d'action. Plusieurs études cliniques sont en cours pour prouver l'efficacité de la photobiomodulation dans le traitement des neuropathies périphériques (fourmillements, picotements ou perte de sensibilité), de la sécheresse buccale, du trismus (une contraction constante des muscles de la mâchoire), du lymphœdème (gonflement des tissus), de la fibrose cutanée post-radique et, même, des douleurs post-chirurgicales. Aujourd'hui, de plus en plus de centres d'oncologie s'équipent d'appareils pour pouvoir soulager leurs patients pendant et après les traitements anticancéreux.

Elle prévient la DMLA

La prévention de la dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) qui entraîne une perte progressive de la vision centrale passe-t-elle par une exposition de la rétine à la lumière rouge ? Plusieurs études le suggèrent, dont celle menée actuellement par le Pr Eric Souied, chef de service d'ophtalmologie du Centre hospitalier intercommunal de Créteil. «La maladie débute par une phase précoce, sans dégénérescence, appelée maculopathie liée à l'âge (MLA), décrit-il. Cette phase se caractérise par l'accumulation de dépôts lipidiques, appelés drusen, à l'intérieur et autour de la macula, la zone centrale de la rétine.» Or le volume et l'épaisseur de ces drusen peuvent être significativement réduits grâce à trois séances de photobiomodulation hebdomadaire pendant trois semaines. «Nos résultats sont préliminaires, mais ils montrent une amélioration significative de la vision de loin et de près», résume le spécialiste. Ils sont d'autant plus prometteurs qu'il n'y a pas de véritables traitements contre la DMLA sèche, la forme la plus courante de DMLA. Certains centres d'ophtalmologie proposent déjà ce traitement à leurs patients.



Elle freine la maladie de Parkinson

Soigner le cerveau en l'illuminant de l'intérieur, l'idée peut surprendre. Elle est pourtant devenue réalité au CHU de Grenoble où un dispositif implantable est déjà testé par quatre patients parkinsoniens. Les symptômes de cette pathologie neurodégénérative (tremblements, raideurs, troubles de la marche) sont provoqués par un manque de dopamine. « L'objectif est de stimuler les neurones dopaminergiques pour relancer la sécrétion de ce neuro-médiateur », explique le Pr Stephan Chabardes, neurochirurgien et investigateur principal de cet essai pionnier, lancé en 2020. A terme, il concernera quatorze patients, sept constitueront le groupe contrôle, non traité, et sept seront équipés d'un implant intracérébral qui envoie en continu de la lumière proche de l'infrarouge au niveau des neurones dopaminergiques. Le recrutement des trois derniers patients devrait se faire d'ici à la fin 2024, mais les premiers résultats sur ceux déjà implantés sont encourageants. ●

Notre experte



Dr Camelia Billard-Sandu
Oncologue médicale
à l'institut Gustave-
Roussy (Villejuif).

DES EFFETS SPECTACULAIRES

Quels résultats en attendre ?

Ils sont assez impressionnants dans les 24 à 48 heures, voire avant. Dans le cas des mucites, où son efficacité est proche de 100% en prévention comme en curatif, les patients ressentent un recul de la douleur dans les 2 heures qui suivent la séance.

Quels sont ses avantages ?

Cette méthode de traitement, facile à administrer et non invasive, permet de prendre en charge des indications cliniques pour lesquelles nous n'avons pas d'autres propositions thérapeutiques. Elle améliore la qualité de vie des malades et fait gagner un temps médical précieux en diminuant les consultations non programmées, les passages aux urgences et les hospitalisations.

