



AFA

Association Francophone d'Apithérapie

SIRET : 52 405 009 300 011 APE 9499Z Siège : 14 Av Berthelot 69007 LYON
Secrétariat : 26 rue de Madrid 67610 LA WANTZENAU Tél : 07 86 52 18 59
N° Déclaration d'activité : 82 6912909 69 IBAN : FR76 1470 7000 5331 0196 0927 571 BIC : CCBPFRPMTZ
Site : www.apitherapie-francophone.org E-mail : afacontact@gmail.com

AFANEWS AOUT 2016

EDITORIAL

Le 4ème Congrès International d'Apithérapie Francophone à LYON du samedi 08 octobre 2016 consacre le renouveau de la pratique médicale moderne et ciblée des produits issus ou dérivés de la ruche. Le programme varié des conférences dont vous trouverez ci joint le détail, la qualité des différents conférenciers, celles des exposants qui viendront vous présenter leurs productions en apithérapie, sont autant de raisons pour vous, chers membres, de participer au Congrès dans un cadre convivial et chaleureux, à l'Hôtel Mercure Château Perrache à LYON. Tous les détails pratiques sont exposés dans cet Afanews. Je remercie dès à présent toutes celles et ceux qui vont oeuvrer pour que ce Congrès soit une réussite, que se soit par l'aide matérielle, leur soutien leur présence active à cette journée. Avec les membres du Conseil d'Administration je compte aussi sur votre participation nombreuse à cette manifestation majeure de la vie de notre commune association. Une salle bien remplie récompensera l'ensemble des bénévoles de tous les efforts qu'ils ont avec l'AFA consentis. Nous aurons aussi le plaisir de vous retrouver en toute cordialité à ce moment important de l'apithérapie francophone et l'AFA. Pour la bonne marche et le succès de l'organisation générale du 4ème Congrès ne tardez pas à vous inscrire et n'hésitez pas en cas de problèmes à contacter notre secrétariat (Mme TEXIER)

PROGRAMME 4^{ème} CONGRES D'APITHERAPIE LYON 8 octobre 2016 Hôtel Mercure Château Perrache de 8h45 à 18h30

Modérateurs : Pr BENGSCHE – Dr GARCIA (9h00 – 12h30)

08h45 – 09h00

Ouverture du 4^{ème} Congrès International d'Apithérapie:

Dr Albert BECKER, Président de l'AFA, Spécialiste en Médecine Générale et Président du CETAM-L

09h00 - 09h20

Apithérapie et plantes médicinales

Pr Alain BEKAERT, Pharmacien et Maître de Conférence à la Faculté de Pharmacie de Paris 11

09h30 - 09h55

**L'abeille préserve l'allergénicité des pollens qu'elle récolte.
Comment la mesurer ?**

Dr Claude NONOTTE-VARLY, Médecin Allergologue

10h00 - 10h25

Comparaison de l'effet antibactérien de 3 extraits de Propolis d'origine botanique différente

Nicolas CARDINAULT, Docteur en Nutrition

10h30-10h45 : PLENUM (échanges salle et conférenciers)

PAUSE 10h45 - 11h00 : café viennoiseries offerts

11h00 - 11h25

La Propolis et le chirurgien dentiste

Dr Tarik KABLI, Docteur en Chirurgie Dentaire

11h30 – 11h55

Botulisme et Miel

Dr Albert BECKER, Président de l'AFA, Spécialiste en Médecine Générale et Président du CETAM-L

12h00 - 12h30: PLENUM

Modérateurs : Dr BECKER – Dr NONOTTE-VARLY (14h00 - 18h30)

14h00 - 14h25

Protocole de gestion des plaies par le miel
chez le cheval

Dr Philippe GARCIA, Vétérinaire

14h30 – 14h55

Activité antibactérienne de la propolis

Dr Véronique SEIDEL, Maître de conférences en
Pharmacognosie Université de Strathclyde

Glasgow 15h00 - 15h25

Les molécules bioactives des produits de la ruche comme
cibles thérapeutiques des pathologies

Pr Badiaa LYOUSSI, Responsable du laboratoire de
Physiologie Pharmacologie, Université de Fès (Maroc)

15h30 – 16h00: PLENUM

PAUSE: 16h00 – 16h15

16h15 - 16h40

Effets bénéfiques d'une application locale d'un mélange
scientifique naturel de miel, de cire d'abeille et d'huile d'olive dans
le traitement de la dermatite atopique ou le psoriasis

Dr Marcel DIOURON, Pharmacien, Directeur
Mélibiotech

16h45 – 17h05

Pansements au miel : cas cliniques Institut G. Roussy Paris
Résultats traitements des plaies par le miel en campagne

Dr Amélie GAUDIN, Pharmacien (Institut G. Roussy)
Nadine CUBIALDE et Danièle TEXIER IDE

17h10 – 17h 40

Ateliers pratiques et démonstrations

Massages au miel Fabrication de baume

17h45 – 18h30: FORUM PUBLIC CONFERENCIER CONCLUSIONS MODERATEUR DR BECKER

PLAN D'ACCES HOTEL MERCURE CHATEAU PERRACHE

12 cours de Verdun Rambaud Esplanade de la gare 69002 LYON



Le microbiote intestinal impliqué dans la SEP. Intérêt du pollen frais

« Eire15 04/09/2011 Forum santé »

« Bonjour,

Hier soir un ami de mes parents m'a parlé des traitements à base de pollen pour soigner la sep. Ils étaient allés en vacances dans un gîte chez un apiculteur, qui leur a dit qu'il connaissait qqun qui avait la sep et se soignait avec du pollen, et que ça marchait bien, moins de symptômes, et des poussées beaucoup moins violentes.

Je me suis renseignée sur internet et j'ai trouvé pas mal de sites qui parlent de ça, de gens qui se soignent avec pollen, miel etc... Avez vous entendu parler de ça? Je ferai des recherches approfondies pour mettre en place un "traitement" »

La réponse précise à cette question d'une patiente posée il y a 5 ans sur le Forum santé se trouve dans un intéressant article paru très récemment dans la revue Nature Commun (qui confirme l'existence d'une connexion entre les affections auto-immunes et les anomalies de population du microbiote intestinal des patients atteints de la SEP (sclérose en plaques).

L'analyse de l'ADN fécal provenant d'échantillons de selles de 60 sujets atteints de SEP et de 43 sujets indemnes témoins montre des variations significatives de la composition des microbiotes entre les sujets atteints de SEP et les sujets témoins.

Ces résultats ouvrent des perspectives intéressantes en termes de compréhension de la SEP et de la conduite du traitement en particulier l'intérêt de modificateurs du microbiote comme le pollen frais et les transplantations fécales. Le suivi de leurs effets sur le cours évolutif de la SEP et des MICI (maladies inflammatoires chroniques de l'intestin) associées est une avancée médicale positive. En apithérapie moderne les effets favorables observés de la consommation régulière dans le temps de pollens frais sont connus des patients mais pas de nombreux médecins. L'usage régulier du pollen frais donne des résultats sensibles sur la durée, le nombre et l'évolution des poussées des SEP, des MICI, avec une diminution des complications tardives, une amélioration certaine de la qualité de vie des patients... L'association de gelée royale semble avoir un effet synergique sur les résultats.

Les auteurs constatent par rapport aux selles des témoins, que les selles provenant des sujets atteints de SEP ont des concentrations plus élevées de *Methanobrevibacter* et d'*Akkermansia* et des concentrations moins élevées de *Butyricimonas*. Il s'agit des espèces bactériennes dont des travaux antérieurs ont montré l'implication dans les mécanismes conduisant à l'inflammation (MICI) et à l'auto-immunité (SEP etc). Les variations observées par les auteurs de la flore microbienne sont corrélées avec des modifications d'activité de gènes impliqués dans la maturation des cellules présentatrices d'antigène et dans les voies de signalisation (interféron et NF-kB) des cellules T et des monocytes, qui sont deux cellules clés du système immunitaire humain. Le pollen contient 1 à 10 millions de ferments lactiques par gramme parfaitement conservée par la congélation et détruite à la dessiccation du pollen expliquant l'absence d'effet thérapeutique des pollens secs. Ce système microbien empêche aussi tout germe de putréfaction de s'établir dans le pollen. **Le pollen de ciste frais a des effets favorables pour soigner les MICI comme la rectocolite, la maladie de Crohn.** Le pollen régénère rapidement la première couche des cellules intestinales qui se renouvellent tous les 2 ou 3 jours et détruit les biofilms pathogènes.

L'INRA de Toulouse a démontré que **le pollen frais** inhibe in vitro des germes pathogènes comme *Proteus vulgaris* et *mirabilis* souvent responsables d'infections urinaires, *Staphylococcus aureus* responsable d'intoxications alimentaires avec risques de septicémie; *Yersinia enterocolitica* etc

En comparant les flores de sujets traités et de sujets non-traités, il s'avère que les traitements récents visant à modifier le cours évolutif de la maladie contribuent partiellement à la normalisation de la flore intestinale, par exemple en renforçant le nombre de Prevotella et Sutterella, qui sont en général moins représentées dans le microbiote des patient ayant une SEP que dans celui des sujets non traités. Cette constatation accrédite l'idée que la modification du microbiote intestinal pourrait être bénéfique sur le plan thérapeutique pour limiter l'évolution de la maladie. Les variations de flore mises en évidence dans cette publication sont aussi un moyen simple possible de dépistage des sujets prédisposés à la SEP.

La correction préventive des anomalies de la flore intestinale par le pollen frais riche en flore bactérienne favorable (lactobacillus), pourrait être un facteur qui empêchera la maladie auto-immune de se déclarer ou d'évoluer rapidement. Ce régime préventif de la SEP, facile à mettre en oeuvre, comprenant du pollen frais bon marché est déjà proposé et utilisé en apithérapie depuis des années dans la SEP et les MICI avec des résultats cliniques très favorables. Les effets vérifiés du pollen frais, complément alimentaire facile à trouver, régularisent et corrigent les variations pathogènes du microbiote responsables des maladies auto-immunes comme la SEP. C'est une indication évidente sans risques iatrogènes de l'usage alimentaire régulier de pollen frais à titre préventif et complémentaire chez les patients pouvant avoir ou ayant une SEP en y associant des cures de gelée royale de qualité.

Dr BECKER Albert (Ass Francophone Apithérapie)
NB comme quoi l'apithérapie est une médecine d'avant garde...

BIBLIOGRAPHIE

Foolad N, Brezinski EA, Chase EP, Armstrong AW. Effect of nutrient supplementation on atopic dermatitis in children: a systematic review of probiotics, prebiotics, formula, and fatty acids. *JAMA Dermatol*. 2013; 149(3):350-5

Vouloumanou EK, Makris GC, Karageorgopoulos DE, Falagas ME. Probiotics for the prevention of respiratory tract infections : a systematic review. *Int J Antimicrob Agents* 2009 ;34:197-10.

Colbere-Garapin F, Martin-Latil S, Blondel B et al. Prevention and treatment of enteric viral infections : possible benefits of probiotic bacteria. *Microbes Infect* 2007 ;9:1623-31.

Grangette, C. (2011) Probiotiques et régulation de la réponse immunitaire : impact sur les maladies allergiques et les maladies inflammatoires intestinales. *Phytothérapie* 9: 93-99.

Coudeyras Sophie : Microbiote et probiotiques : impact en santé humaine *Revue canadienne de microbiologie*, 2010, 56(8): 611-650, 10.1139/W10-052

Morin S. Influence de la présence et de la composition du microbiote intestinal sur le développement et la prévention des allergies alimentaires Thèse R.Descartes PARIS 2012

Cook MD « Exercise and gut immune function: evidence of alterations in colon immune cellhomeostasis and microbiome characteristics with exercise training » *ImmunolCellBiol*2016 Feb;94(2):158-63

Louis P « How to manipulate the microbiota :Prebiotics » *J Hum NutrDiet* 2016 May 10

Valcheva R « Prebiotics : Definition and protective mechanisms » *Best PractRes Clin Gastroenterol* 2016 Feb ;30(1) :27-37

Jangi S et coll. : Alterations of the human gut microbiome in multiple sclerosis. *Nat Commun*. 2016 ; 7 : 12015)

LYME ET SEP (NEURO-BORRELIOSE)

Dr A. BECKER

La maladie de Lyme a été reconnue aux Etats-Unis en 1975. En 1982, Willy Burgdorfer a découvert l'agent étiologique de la maladie de Lyme.

La maladie de Lyme est une zoonose due principalement en Europe à B.Burgdorferi, microorganismes pléomorphes dont 3 espèces sont pathogènes. La maladie de Lyme fait partie des maladies à biotoxines ayant un tropisme pour les tissus, les structures lipidiques et nucléaires

La transmission se fait à travers des insectes piqueurs (tiques mais aussi mouches, moustiques) à partir de réservoirs de germes des mammifères, oiseaux, tiques (ixodes ricinus). La contamination humaine se fait essentiellement par morsures de tiques indolores lors de promenades en milieu rural ou forestier mais aussi moins connu par transfusion, rapports voir par l'alimentation.

La séroprévalence de la population en France est de l'ordre de 3 à 5% en fonction des tests biologiques, mais elle peut atteindre 30% pour les populations exposées (forestiers, apiculteurs, agriculteurs etc.) Selon Christian Perronne, Professeur et spécialiste des maladies infectieuses à l'hôpital universitaire de Garches, membre du Haut conseil de la Santé publique : « *Sur la maladie de Lyme, rien n'a bougé depuis 30 ans. Les tests sérologiques ont été étalonnés à condition qu'il n'y ait jamais plus de 5 % de résultats positifs et ce dogme n'a jamais été remis en cause depuis. Les tests ne sont pas fiables, ils réagissent sur des souches qui sont souvent américaines, rarement des souches locales. La maladie de Lyme est sous-diagnostiquée depuis des dizaines d'années, et les conséquences sont terribles. Pour les patients d'une part, qui sont souvent mal soignés, pour la prise en compte publique de cette maladie, puisque la prévalence dans la population est sous-évaluée, et pour la recherche puisqu'il est impossible de publier ou d'obtenir un financement pour un programme sur la maladie de Lyme* »(AFP)

La Tique n'est pas le vecteur exclusif de la maladie de Lyme. En plus de la tique, Borrelia Burgdorferi peut être portée et transmise par des puces, des moustiques, etc.(Dr Ray Jones)

Elle peut être transmise oralement à des animaux de laboratoire, sans aucun vecteur arthropode. Existe donc la possibilité que la maladie de Lyme soit la conséquence d'une infection d'origine alimentaire (lait maternel et animal).(Dr C Ray Jones). Le "**Medical Foundation Blood Center**" en 1989 déclare qu'il y a une preuve que la transmission du germe Borrelia est possible par transfusion sanguine. Le CDC à Atlanta en Géorgie, a indiqué que les données démontrent que le germe Borrelia Burgdorferi peut résister au traitement que subit le sang selon les procédures normalement appliquées pour pratiquer la transfusion sur le territoire américain.

Les docteurs Harvey et Salvato estiment que 15,5% de la population pourrait être infectée par le germe Borrelia et que Lyme est un facteur méconnu de plus de 50% des maladies chroniques".

La maladie de LYME est à classer dans la catégorie des maladies par biotoxines.

Borrelia produit effectivement de nombreuses biotoxines qui ont une affinité pour les tissus cellulaires, notamment des neurotoxines ayant un tropisme moléculaire important pour les structure lipidiques, le système nerveux central, les nerfs périphériques, les muscles, les articulations (liquide synovial et cartilage), les poumons et bien d'autres tissus »(Dr C. Shoemaker et H. Kenneth Hudnell)

Parmi les nombreux symptômes dus à la maladie de Lyme, citons : la fibromyalgie, SEP, l'hépatite, l'hyperthyroïdie, la perte d'audition soudaine, l'urticaire, les vertiges, la migraine, le lupus, l'anxiété, l'arthrite rhumatoïde, la faiblesse musculaire, les dermatoses, l'épilepsie, les tumeurs au cerveau, le syndrome du canal carpien etc

En fait la maladie de Lyme souvent asymptomatique, évolue en 3 phases souvent éloignées dans le temps.

La phase primaire caractérisée par un érythème chronique survenant dans les 30 premiers jours qui évolue favorablement en 21 jours.

Une phase secondaire peut survenir jusqu'à plusieurs mois après la phase primaire par dissémination tissulaire du Leptospire Borrelia dans l'ensemble de l'organisme mais particulièrement le système nerveux, cardiovasculaire et musculaire.

La phase tertiaire donne lieu à de très nombreuses complications sévères à grande distance (plusieurs dizaines d'années) de la phase primaire, faisant dire que la maladie de Lyme est la grande simulatrice de pathologies extrêmement variées. La Lyme tertiaire présente de nombreux symptômes cliniques simulant en particulier une sclérose multiple(SEP), une sclérose latérale amyotrophique,(SLA) le Parkinson, les fibromyalgies diffuses, les ostéoarthrites et également des troubles bipolaires, dépressions, démences avec des syndromes hormonaux associés ou non(thyroïde, parathyroïde etc.) .

Lyme est en corrélation statistique directe avec SEP et SLA , à un degré moindre avec Parkinson et Alzheimer, le lupus, etc. Elle aggrave tous les désordres des maladies psychiatriques énumérées(Dr Paul Fink Pre. Ass Psy US)

La similitude entre les pathologies évoquées, leurs symptômes copiés par Lyme rendent son diagnostic très difficile d'autant que les signes neurologiques sont rapportés à une sclérose en plaque plus vraisemblable ou d'autres maladies dégénératives neurologiques. La mise en route d'un traitement inadapté et l'absence de diagnostic à un stade précoce de la neuro-borreliose sont préjudiciables au patient infecté. Dans son principe, la méthode sérologique actuelle est fiable, mais il existe une grande variabilité de qualité entre les réactifs commercialisés ce qui fait que l'incidence de Lyme est sous-évaluée en France mais aussi aux USA

La maladie de Lyme est en fait fréquemment mal diagnostiquée en France. Elle induit de nombreux médecins en erreur, car ses symptômes ressemblent à ceux de beaucoup d'autres maladies. Selon une étude conduite aux USA par l'association américaine de la maladie de Lyme, la plupart des personnes ayant un syndrome de fatigue chronique souffrent en fait de la maladie de Lyme. Selon cette étude, 28 patients sur 31 diagnostiqués avec le syndrome de fatigue chronique seraient en réalité une maladie de Lyme, soit 90,3% des patients. Le docteur Paul Fink, président de l'association américaine de psychiatrie, reconnaît que la maladie de Lyme peut entraîner ou aggraver tous les désordres des maladies psychiatriques énumérées dans le manuel de diagnostic des symptômes ou troubles d'origine psychique !

L'usage de venin d'abeille auquel le spirochète est extraordinairement sensible explique les résultats discordants observés lors de son usage sur des « SEP » mal authentifiées ,mal diagnostiquées. Ceci explique également les « résultats » favorables obtenus par les apithérapeutes dans les « SEP » et certaines affections « SLA , Parkinson »etc qui sont en fait des neuro-borrelioses .

Une voie de traitement intéressante des formes évoluées de la Lyme est l'usage d'un des constituants du venin, la mellitine en nanoparticules pour atteindre les sites tissulaires où le spirochète s'est réfugié. Ce traitement ne se substitue pas aux traitements faisant appel à la Doxycycline ou Ceftriaxone . L'apithérapie adjuvante associant Méllitine Propolis, Gelée Royale est à utiliser systématiquement en cas de neuro-borreliose confirmée et dans les autres complications tertiaires de la maladie . L'apithérapie adjuvante bien conduite est un facteur favorable de soulagement et de traitement à utiliser chez tous les patients présentant une symptomatologie suspecte de Lyme dans toutes ses formes y compris évoluées . **DR BECKER A AFA**

Rapport d'utilisation de pharmacopuncture chez les patients musculosquelettiques visiter les hôpitaux et les cliniques de médecine coréenne en Corée

La Pharmacopuncture est une relativement nouvelle thérapie combinant l'acupuncture avec la médecine à base de plantes. Bien que la pharmacopuncture est appliquée largement dans le traitement de la médecine coréenne, il n'y a pas de rapports cliniques concernant les types de maladies où la pharmacopuncture est utilisée

METHODES:

Les données ont été extraites rétrospectivement à partir des dossiers médicaux électroniques de tous les patients hospitalisés et vus en consultations externes dans 12 hôpitaux coréens et 1 cliniques médicales pendant la période allant du 17 Décembre 2010 au 2 Octobre, 2014 inclus. Les schémas thérapeutiques pour l'acupuncture, l'électro-acupuncture et la pharmacopuncture ont été analysés. Les codes de diagnostic Principe, la fréquence du traitement, le type et les coûts de la pharmacopuncture ont été étudiés pour en évaluer l'utilisation en milieu clinique.

RÉSULTATS:

Au cours de la période d'étude, un total de 33,415 patients hospitalisés et 373,755 consultations externes ont été retenus par les sites d'étude, et la plupart des causes de consultation étaient de nature musculo-squelettique. Parmi les patients hospitalisés et les patients externes, respectivement 98,6% et 77,6% ont reçu un traitement par pharmacopuncture. Le taux d'administration de pharmacopuncture pour les dix plus fréquents codes de diagnostic était de 97,2 à 99,3% chez les patients hospitalisés, moindre en ambulatoire à raison de 73,0 à 91,5% pour les patients externes. Le nombre moyen de séances de pharmacopuncture chez les receveurs patients externes était de $8,2 \pm 12,3$ alors que les hospitalisés avaient une fréquence de $25,8 \pm 18,7$ séances. Le coût total moyen pour du traitement par pharmacopuncture par patient était en dollars de $556,24 \pm 174,62$ \$ parmi les patients hospitalisés, et $149,16 \pm 243,85$ \$ parmi les patients vus en ambulatoires. Le coût moyen estimé par séance de pharmacopuncture était 23-24 \$ pour les patients hospitalisés et 17-18 \$ pour les patients externes. Les types de pharmacopuncture les plus fréquemment utilisés correspondent à Shinbaro1, venin d'abeille, Hwangryunhaedok et Shinbaro2 (Note AB : Pas de données trouvées sur internet concernant la nature des produits phytos coréens utilisés !)

CONCLUSIONS:

Ceci est la première analyse à grande échelle des schémas de traitement en pharmacopuncture hôpital / clinique d'une population de patients coréens. Nous avons vérifié les modes d'utilisation de la pharmacopuncture pour le traitement des maladies musculo-squelettiques en Corée, et la variance de l'utilisation de pharmacopuncture en fonction de la maladie ou de la sévérité des symptômes. Ces résultats vont contribuer à la conception future de l'étude clinique de la normalisation des pharmacopuncture en Corée du Sud.

Dr BECKER Albert

Source: BMC Complement Altern Med. 2016 Aug 17;16(1):292

QUESTION- REPONSE Aout 2016 site AFA

Q : Bonjour, je souhaiterais savoir si du miel d'apiculteur dilué avec de l'eau en bouteille est bon ou nocif pour une application à l'intérieur de l'œil ? Merci

R : Le miel natif est acide (pH entre 3,3 et 4,5), porteur d'une large flore dite mésophile issue de la ruche mais aussi exposé à la contamination instrumentale à l'extraction voire humaine (germes fécaux etc.) L'eau non stérilisée dite de robinet peut être elle aussi contaminée par des germes situés sur les tuyaux, robinets, ballons etc. ceci est vrai pour l'eau vendue en bouteille et stockée. Enfin traiter l'intérieur de l'œil est impossible, vous voulez sans doute dire œil fermé? On peut effectivement fabriquer des collyres au miel selon des règles strictes et un dosage précis avec des miels stériles mais là encore il s'agit d'une affaire sérieuse très difficile à réaliser chez soi. Je ne vous conseille donc pas de mettre sans raisons précises du miel dilué(??) avec de l'eau non stérile sur la cornée ou la conjonctive ...Tout dépend en plus et avant tout du diagnostic ophtalmologique posé par un médecin ou pour les animaux par un vétérinaire. Il ne s'agit pas de traiter en aveugle...Dr BECKER président AFA

RECETTES « NATURELLES » ANTI-MOUSTIQUES

Les moustiques sont attirés par les odeurs corporelles, notamment celle de la transpiration, l'usage de vitamine B1 modifie l'odeur et agit comme répulsif (?) mais les moustiques sont attirés aussi par le gaz carbonique émis par la respiration pulmonaire et transcutanée de la victime ... donc protéger par des tissus lâches et fins autour du corps est utile...sans compter utiliser une moustiquaire dans la chambre et la protection des ouvertures du lieu de vie par un grillage très fin...

Diluer 2 à 3 gouttes d'huile essentielle de citronnelle de Ceylan dans de l'huile d'amande douce et appliquer sur les parties du corps exposées à être piquées.

Ou Verser quelques gouttes d'huile essentielle de citronnelle de Ceylan sur les draps avant le coucher.

Ou Mélanger 1 goutte de citronnelle de Java, 1 goutte d'huile essentielle de géranium rosat, 1 goutte d'eucalyptus citronné et 15 gouttes d'huile végétale. Appliquer sur les vêtements deux à trois fois par jour. "Cette formule est réservée à l'adulte et l'enfant de plus de 6 ans" précise Solange Strobel, pharmacienne dans son livre *. "Pour un enfant de 3 à 6 ans, utiliser uniquement de la citronnelle de Ceylan."

Encore : Il suffit d'une seule goutte d'huile essentielle d'eucalyptus citronné, mélangé avec 15 gouttes d'huile végétale pour éloigner les moustiques.

Mode d'emploi : Appliquer le mélange sur les vêtements et faites cela 2 à 3 fois par jour.

Ou : mettre 1 goutte d'huile essentielle de géranium rosat mélangée à 10 gouttes d'huile végétale à 10 % et appliquer sur les parties exposées du corps (bras, jambes, torse). Renouveler toutes les 4 heures.

A savoir : l'huile essentielle de géranium rosat peut aussi être utilisée pour soulager une piqûre (moustique, araignée, guêpe) à raison d'une goutte pure sur le bouton.

Attention : l'huile essentielle de géranium est interdite pendant la grossesse et l'allaitement.

Contre indication : Cette astuce est réservée à l'adulte et à l'enfant de plus de 6 ans.

PREVENTION : Autour de la maison, prévenez les accumulations d'eau de pluie dans divers récipients : entretenez les gouttières, les baignoires et les auges des animaux. Installez des nichoirs à hirondelles ; ces oiseaux insectivores se nourrissent des moustiques adultes

NOTES GENERALES SUR LE MECANISME DETERMINANT LA PIQURE DE MOUSTIQUE FEMELLE (Dr A. Becker)

La plupart des moustiques disposent d'un double mécanisme de détection. Seules les femelles piquent ! **Le mâle**, qui se nourrit de nectar et d'eau, a des pièces buccales rudimentaires, elles sont moins rigides et ne peuvent percer la peau. Ce qui attire le moustique femelle en priorité, c'est le CO₂ (dioxyde de carbone). Il est capable de détecter les molécules de CO₂ à des distances très importantes. Le moustique parcourt rarement plus de 200 mètres au cours de sa vie. Mais, une fois qu'il est arrivé à portée de la source de CO₂, qui doit être discontinue (respiration) le moustique va se fixer sur un autre déterminant qui le décidera à piquer, ou pas. Cela peut être la forme de la proie, la chaleur qu'elle dégage ou, plus fréquemment les odeurs. D'une façon générale, les moustiques sont extrêmement sensibles aux odeurs. Ils peuvent en détecter près de 150 différentes issues du corps humain. Mais il ne s'agit pas d'odeurs perceptibles par l'homme. Cela peut être des odeurs émises par l'hôte mais également des odeurs dues aux bactéries qui vivent sur la peau. Certaines odeurs les attirent plus que d'autres. Mais sur cette question, nous sommes un peu dans le flou. Chaque individu émet son propre cocktail d'odeurs et il est très difficile de savoir quelles combinaisons sont les plus attractives ou les plus répulsives. Ce qu'on sait en revanche, c'est qu'une personne qui transpire beaucoup dégagera plus d'odeurs détectables par le moustique, et sera donc plus susceptible de se faire piquer. Le taux de glycémie ne joue pratiquement aucun rôle...

Beaucoup de recherches sont faites sur ce sujet complexe. Il est impossible d'affirmer que c'est la bière qui attire le moustique. Il est plus probable que la consommation de bière implique d'autres réactions dans l'organisme, comme la vasodilatation due à l'alcool par exemple, qui pourrait être à l'origine de la préférence du moustique. Sur le moustique tigre (*Aedes albopictus*), j'ai une hypothèse que je n'ai pas encore eu l'occasion de vérifier et qui est donc à prendre avec prudence. Mais on a constaté que, contrairement à la plupart des espèces, le moustique tigre est très peu sensible au CO₂. Le fait est que c'est un moustique qui a dû s'adapter à des environnements urbanisés où les sources de CO₂ sont extrêmement nombreuses. Il n'est pas impossible que le moustique tigre ait ainsi été peu à peu désensibilisé au CO₂ pour se focaliser sur les odeurs qui lui plaisent. La spécificité de ces odeurs explique la raison pour laquelle, au sein d'un groupe, certains « attirent » autant les moustiques, alors que les autres sont partiellement épargnés. Le repas sanguin constitue la source de protéines nécessaire pour compléter la formation des œufs. La femelle à la recherche d'une source de sang est d'abord attirée par les mouvements, la forme et les couleurs de sa proie. Puis entre en jeu le dioxyde de carbone produit par la respiration de cette dernière. Diverses odeurs (sueur, ammoniaque) émanant d'un hôte potentiel ont aussi un pouvoir attractif, tout comme les radiations infrarouges (chaleur). Les gens nerveux ou qui bougent beaucoup ont une température corporelle plus élevée ; ils laissent échapper plus de dioxyde de carbone et transpirent davantage que les autres, ce qui stimule les insectes piqueurs.

Une fois posée sur sa victime, la femelle la pique à l'aide de ses pièces buccales très spécialisées. Les mandibules et les maxilles ont la forme de lames ou de stylets à bord dentelé, et la musculature correspondante a été modifiée pour permettre de les enfoncer dans la peau. Les maxilles perforent l'épiderme et les mandibules servent à maintenir la trompe en place pour aspirer le sang. Des détecteurs chimiques placés à l'extrémité des pièces buccales leur permettent de localiser un capillaire sanguin. Mais avant d'aspirer le sang, au moment de faire pénétrer sa trompe sous la peau, la femelle injecte un peu de salive. Ce liquide contient un anticoagulant qui rend le sang plus liquide et en facilite le pompage. Le sang est aspiré par capillarité dans le canal qui se trouve le long de la trompe. Si la victime ne réagit pas, la femelle absorbe du sang jusqu'à ce qu'une partie de son système digestif soit distendue. Les parois abdominales des moustiques sont exceptionnellement extensibles. Ces insectes peuvent doubler et parfois même tripler leur poids avec un seul repas sanguin. Certains ont alors de la difficulté à décoller lorsqu'ils quittent leur victime !

Lorsqu'elles piquent, elles injectent leur suc salivaire qui contient des protéines allergènes, provoquant œdème et, selon la sensibilité de la personne, une irritation plus ou moins importante. L'élimination par nos cellules sanguines de l'anticoagulant et des toxines injectés par l'insecte se fait sentir. L'endroit de la piqûre commence à démanger presque avant que l'insecte ait terminé son repas. Cette réaction initiale se poursuit durant une demi-heure ou plus, et se calme avant de parfois revenir, plus forte, le lendemain.

Les appareils électriques s'avèrent peu efficaces pour tuer ou éloigner les moustiques. Les **électrocuteurs** comportent une source lumineuse émettant des rayons ultraviolets. Cette source est entourée d'un grillage sous tension qui électrocute les insectes qui s'en approchent. Plusieurs études ont démontré que ces appareils tuent très peu de moustiques, mais ils détruisent un grand nombre d'autres insectes. Les moustiques femelles, lorsqu'ils cherchent du sang, sont davantage attirés par les personnes que par la lumière...

Les **émetteurs d'ultrasons**, quant à eux, génèrent des sons très aigus, inaudibles par les humains. Les ultrasons auraient pour but d'éloigner les moustiques. Des tests ont cependant révélé l'inefficacité flagrante de ces instruments, car les moustiques femelles sont insensibles à ce type de vibrations. On a même vu des moustiques se poser sans aucun inconvénient sur des appareils qui fonctionnent...

Faute de pouvoir éviter tout contact désagréable avec les moustiques, chacun dispose de divers moyens pour limiter les nuisances causées par ces insectes. Eviter de sortir sans être vêtu de la tête aux pieds, prendre soin de couvrir poignets, chevilles et cou. Laisser de côté les vêtements foncés ainsi que les jeans et portez plutôt des vêtements amples de teintes claires, blancs ou kaki. Éviter les shampoings odorants, les parfums et les lotions après rasage. Au besoin, porter un filet moustiquaire sur la tête, du genre résille d'apiculteur.

Pour protéger les parties du corps exposées, l'antimoustique le plus efficace sur le marché est le **diéthyl-toluamide** (DEET). Ce produit agirait en bloquant les récepteurs qui permettent aux insectes de déceler la présence chimique d'une proie.

Il faut cependant prendre soin de l'utiliser selon les indications du fabricant car il peut irriter la peau de certaines personnes et endommager divers tissus synthétiques. Il dissout aussi certains plastiques et il faut éviter que le liquide n'entre en contact avec les montures de lunettes, verres et bracelets de montres, peignes, manches de couteaux de poche, etc. Une proportion de 30 % de DEET dans le produit suffit. Une concentration de 40 % semble d'ailleurs être le point de saturation maximale. Il n'est donc pas nécessaire de choisir les produits qui en contiennent davantage (jusqu'à 95 %). On trouve également dans le commerce des vêtements imprégnés de diéthyl-toluamide.

Les lotions, crèmes et autres produits contenant de la **citronnelle** ou de la **lavande** sont plus appropriés que le DEET, notamment pour les jeunes enfants qui peuvent être sensibles à cette substance. L'huile de citronnelle semble avoir un véritable effet répulsif sur les moustiques

Les méthodes de lutte visent une réduction suffisante des populations pour contrer les infestations locales sur de courtes périodes.

L'utilisation de **prédateurs** se nourrissant des larves de moustiques s'est présentée comme une approche naturelle du problème. Des poissons larvivores furent parmi les premiers organismes employés pour lutter contre les insectes piqueurs.

Pour chasser les moustiques adultes, on a pensé à divers oiseaux (hirondelles engoulevants), à des chauves-souris insectivores, des grenouilles et des odonates (libellules). Cependant, ces animaux ne mangent pas suffisamment de représentants des espèces visées, préférant souvent se nourrir de proies plus grosses. Les chercheurs en sont arrivés à la conclusion que peu d'espèces peuvent réduire significativement le nombre de moustiques, au stade de larve ou d'adulte.

On peut aussi utiliser des agents microbiens, en particulier la bactérie *Bacillus thuringiensis israelensis* ou **B.t.i.** Une protéine cristalline issue de ce microbe tue les larves de moustiques. Cette substance est d'autant plus intéressante qu'elle garde son efficacité même en eau froide. Les chercheurs étudient également divers virus, bactéries, champignons, moisissures et protozoaires parasites.

Le **nématode** *Romanomermis culicivorax*, qui peut aussi s'attaquer aux larves, a déjà fait l'objet d'élevage et de commercialisation.

Les chercheurs doivent cependant prendre garde à l'impact de ces larvicides sur l'environnement, incluant leurs effets sur la faune non ciblée (autres insectes, poissons, amphibiens, etc.). De nombreux moustiques transmettent en même temps des micro-organismes responsables de **maladies** telles que la fièvre jaune, la dengue le paludisme et la filariose. Concernant le VIH es moustiques des régions tempérées piquent rarement plus d'une fois. Même dans les zones tropicales, il y a très peu de risques que le virus se trouve dans l'infime quantité de sang absorbée par l'insecte.

En effet, le nombre de particules virales contenues dans le sang d'un sidéen est extrêmement faible par rapport à son volume total. Selon des évaluations très sérieuses, même en pays chaud, le risque qu'un moustique absorbe une seule particule virale d'une personne infectée par le VIH serait d'un sur 10 millions. D'autre part, le moustique fait subir un processus de digestion au sang qu'il absorbe et les études démontrent que le VIH ne résiste pas à ce traitement.

BON A SAVOIR

Plusieurs espèces de moustiques s'attaquent de préférence à certains groupes de vertébrés (mammifère, oiseau ou animal à sang froid, comme une grenouille ou une couleuvre), alors que d'autres sont moins sélectives. Les heures de chasse diffèrent aussi selon les espèces. Les piqûres de moustiques affectent le bétail. Lorsque les insectes piqueurs sont abondants, on note des diminutions de la production laitière et de la production de viande dues à la baisse d'appétit et à la nervosité accrue des animaux. Les méthodes de lutte visent une réduction suffisante des populations pour contrer les infestations locales sur de courtes périodes.

L'utilisation de **prédateurs** se nourrissant des larves de moustiques s'est présentée comme une approche naturelle du problème. Des poissons larvivores furent parmi les premiers organismes employés pour lutter contre les insectes piqueurs. Pour chasser les moustiques adultes, on a pensé à divers oiseaux (**engoulevants hirondelles**), à des chauves-souris insectivores, des grenouilles et des odonates (libellules). Cependant, ces animaux ne mangent pas suffisamment de représentants des espèces visées, préférant souvent se nourrir de proies plus grosses. Les chercheurs en sont arrivés à la conclusion que peu d'espèces peuvent réduire significativement le nombre de moustiques, au stade de larve ou d'adulte. On peut aussi utiliser des agents microbiens, en particulier la bactérie *Bacillus thuringiensis israelensis* ou **BTI**. Une protéine cristalline issue de ce microbe tue les larves de moustiques. Cette substance est d'autant plus intéressante qu'elle garde son efficacité même en eau froide. Les chercheurs étudient également divers virus, bactéries, champignons, moisissures et protozoaires parasites.

Le **nématode** *Romanomermis culicivorax*, qui peut aussi s'attaquer aux larves, a déjà fait l'objet d'élevage et de commercialisation. Les chercheurs doivent cependant prendre garde à l'impact de ces larvicides sur l'environnement, incluant leurs effets sur la faune non ciblée (autres insectes, poissons, amphibiens, etc.). Les **phéromones** produites par les larves et qui servent d'indicateurs aux femelles pour les sites de ponte font également l'objet de recherches. L'utilisation de ces substances pour tromper les femelles en les attirant dans un piège permettrait d'éliminer les insectes avant la ponte et de briser le cycle de reproduction.

RECETTES POUR LE PLAISIR : Poulet parfumé à la mangue et au miel

Les sportifs, qui ont d'importants besoins en récupération, apprécieront la mangue pour sa richesse en vitamine C et antioxydants. Accompagné de riz, pour les glucides complexes, ce plat est excellent pour la récupération, car il optimise la recharge énergétique. Il constitue une excellente alternative aux traditionnelles pâtes plébiscitées par les sportifs.

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Les ingrédients pour 2 sportifs :

Blanc de poulet : 250 grammes

Riz complet : 400 grammes

Mangue : ½
Miel : 2 cuillères à café
Gingembre : 1 pincée
Oignon jaune : ½
Poivron rouge : 1
Huile d'olive : 2 cuillères à soupe
Lait de coco

La préparation :

- 1/ Emincez votre oignon très finement, et faites-le blondir à la poêle dans l'huile d'olive. Ajoutez ensuite le poivron rouge coupé en dés.
- 2/ Ajoutez ensuite le riz : faites-le chauffer en remuant jusqu'à ce que les grains soient translucides. Ajoutez alors une mesure de lait de coco, et laissez cuire à feu moyen en remuant régulièrement. Rajoutez une nouvelle mesure chaque fois que la précédente est entièrement absorbée, en goûtant pour vérifier la cuisson du riz.
- 3/ Pendant que le riz cuit, découpez votre mangue en petits dés. Faites de même avec vos blancs de poulet.
- 4/ Faites cuire le poulet dans une poêle jusqu'à ce qu'il soit doré, puis ajoutez la mangue. Attendez une ou deux minutes et ajoutez les cuillères de miel.
- 5/ Laissez cuire à feu moyen encore 1 minute en mélangeant pour bien mélanger le miel au reste des ingrédients. Saupoudrez d'une pincée de gingembre pour terminer.
- 6/ Dans votre plat, versez votre riz puis recouvrez-le de votre mélange de poulet, mangue et miel.

COSMETOLOGIE ET APITHERAPIE : LA BEAUTE PAR LA RUCHE

Démaquillant au miel

- 1 cuillère à café de miel
- 1 pincée de bicarbonate de soude

Sur un gant de toilette, versez le miel puis saupoudrez le bicarbonate de soude. Appliquez sur l'ensemble du visage pour le démaquiller et le nettoyer. Enfin enlevez tous résidus en rinçant le visage à l'eau chaude (pas brûlant, juste ce que supporte

Masque au miel visage pour peau à tendance acnéique

- 3 cuillères à café de miel
- 1/2 cuillère à café de cannelle

Mélangez le miel et la cannelle, et appliquez sur le visage. Laissez le masque de 10 à 30 minutes. Le miel associé à la cannelle a des propriétés antibactériennes qui permettront de lutter efficacement contre l'acné.

Masque au miel visage imperfection et anti tâches

- 2 cuillères à café de miel
- 1/2 jus de citron cuillère à café

Mélangez le jus de citron et le miel puis appliquez le mélange sur le visage. Laissez agir le masque 20 à 30 minutes. Le jus de citron exfolie la peau et éclaircit les taches brunes. La peau sera plus lisse et douce, mais cela peut prendre quelques temps pour constater une réelle réduction des tâches et petites cicatrices.

VRAI... !

API-SEXOLOGIE ANTIQUE

Vous saurez donc que Cléopâtre VII reine d'Egypte(-69 à 12 Août -30) a utilisé lors de ses longues attentes pour satisfaire ses sens un moyen original et inattendu à savoir des cornets de papyrus remplis d'abeilles en guise de vibromasseur... piquant non ? (source : Sex Story Ed les Arènes)

Venez avec vos amis et connaissances nombreux assurer le succès de notre Congrès à LYON le 8 octobre 2016 !

L'équipe de l'AFA en charge du 4ème Congrès

