



Extrait du livre
du Professeur Henri Joyeux

"Le cancer de la prostate"

[Voir la fiche du livre](#)

28. Des suppléments diététiques ont-ils aussi démontré un effet protecteur ? L'élixir de grenade et l'alcalinisation de l'organisme pour lutter contre le cancer ?

Nous avons des résultats d'essais dont ceux de l'étude Suvimax qui le confirment et aussi des études *in vitro* et *in vivo* démontrant l'efficacité de suppléments nutritionnels.

Avec vitamines et oligo-éléments, des résultats contradictoires :

L'étude Suvimax, a par exemple observé qu'un apport quotidien en vitamine C (120 mg), E (30 mg), bêta-carotène (6 mg) et sélénium (100 microgrammes), associé à 20 mg de zinc, divisait par deux le risque de survenue d'une tumeur prostatique. Il faut rester prudent avec ce type de résultat, car il ne s'agit pas de croire que plus on prend ces compléments, plus se réduisent les risques.

L'étude de l'European Food Safety Authority, SELECT a démontré que l'apport de vitamine E hautement dosées et d'oligo-éléments n'apportaient rien de plus, mais

pouvait même être nocive en développant le cancer au lieu de le freiner⁴.

Ces résultats décevants montrent que la prévention des maladies chroniques est un processus complexe qui ne peut être accompli simplement en consommant quelques comprimés de vitamines. L'approche préventive requiert plutôt une alimentation diversifiée :

- riche en végétaux comme les fruits et légumes et les grains entiers remplis de vitamines, minéraux, oligo-éléments et de bons sucres ;
- faible en acides gras saturés des viandes et produits laitiers ;
- riche en acides gras poly-insaturés oméga-3 (ce sont les “AG Essentiels” que l'organisme ne peut fabriquer mais doit trouver à l'extérieur), présents dans poissons et fruits de mer, graines de lin, noix, sésame...
- riche en protéines ne provenant pas seulement des viandes rouges (à consommer avec modération) mais également des poissons, volailles et légumineuses qui contiennent – ne les oublions pas –, les phytohormones à doses homéopathiques.

N'oublions pas que le cancer est un voleur, qui prend à l'organisme pour se développer les bons nutriments et laisse les déchets ou les mauvaises molécules. Tous les compléments ne valent pas biologiquement les nutriments naturels présents dans les aliments. La biodisponibilité des compléments chez un sujet en bon état nutritionnel est globalement

4. Lippman SM, Klein EA, Goodman PJ, *et al.*, Effect of Selenium and Vitamin E on Risk of Prostate Cancer and Other Cancers. *JAMA*, Published online December 9, 2008.

égale à la moitié de la dose apportée, les résidus partant dans les urines ou la sueur, la bile et les matières.

Avec les cellules cancéreuses, le risque est de contribuer au développement de celles-ci, avides de nutriments pour se multiplier. En simplifiant, on peut dire que les cellules cancéreuses vous voleront les bons nutriments de l'alimentation présents dans les aliments et laisseront au reste de l'organisme les compléments dont la moitié est gaspillée dans les déchets.

L'élixir de grenade: excellent anti-oxydant, mais attention aux arnaques!

Attention, l'Elixir n'est pas un jus de fruit tel qu'on peut les trouver au supermarché. La SGF (association de protection de l'industrie du jus de fruit) met en garde sur le fait que **les jus de grenade** sont souvent mélangés avec d'autres jus de fruit. Comme bien d'autres jus soi-disant Bio touchés eux aussi par la contrefaçon ! De plus, pour la plupart des jus riches en anti-oxydants non fermentés, la teneur en polyphénols décroît dans le temps de manière significative. De nombreuses études, tests et vérifications des produits «grenade» sur le marché ont été faites en Allemagne et l'on a constaté⁵ d'énormes différences dans la teneur polyphénolique de ces produits, teneur qui variait de 800/l à 4300 mg/litre.

Une intéressante étude étasunienne⁶ confirme encore que souvent seul un nombre limité de suppléments de grenade

5. Fischer-Zorn M., Ara V. (2007) Granatapfelsaft – Chemische Zusammensetzung und mögliche Verfälschungen, Flüssiges Obst 08: 386-393; Säfte aus Konzentrat (897 bis 4265 mg/l Polyphenole, Median 2288 mg/l nach Folin-Ciocalteu-Methode, Fischer-Zorn und Ara, 2007; Frisch/Direktsäften zwischen 904 bis 2067 mg/l (Median 1409 mg/l).

6. Pomegranate (*Punica granatum*) supplements: Authenticity, antioxidant and polyphenol composition; S. Madrigal-Carballob, G. Rodriguezb, C.G. Kruegera, M. Dreherc, J.D. Reed.

sont authentiques. Celle-ci a révélé que les étiquettes des produits étaient incompatibles avec la composition en polyphénols et la teneur en antioxydants des produits. Une majorité des échantillons contenait des quantités trop élevées et disproportionnées d'acide ellagique pour être une valeur naturelle, et peu ou pas tanins de grenade détectables.

Alors, boire du jus de grenade oui, mais lequel ?

C'est le docteur Ludwig Jacob en Allemagne qui a mis au point la fermentation du jus de grenade grâce à des micro-organismes probiotiques pour obtenir une forte concentration et biodisponibilité augmentée des polyphénols de ce fruit. L'un de nous a préfacé en 2009 son livre aux éditions Marco Pietteur *Jus de Grenade fermenté – Un nouvel outil puissamment anti-inflammatoire, protecteur cardiovasculaire et anti-cancer, dans l'arsenal de la nutrithérapie.*

Nous conseillons la consommation de cet Elixir de grenade à fortes concentrations en polyphénols fermentés et donc avec une biodisponibilité incomparable, chez les patients atteints de cancer prostatique ou ayant un taux élevé de PSA, sans biopsie réalisée préalablement ou qui la refusent.

Nous avons ainsi pu observer une stabilisation des taux de PSA et même des régressions significatives chez des patients âgés ne relevant pas de traitements agressifs ou les refusant à juste titre.

En Elixir de grenade, notre conseil est simple : *2 cuillères de 10ml trois fois par jour pendant un ou deux mois pour stabiliser le taux de PSA, un mois de plus pour tenter de le réduire, puis entretien à raison d'une cuillerée 2 fois par jour au moins 15 jours par mois ou un jour sur deux.*

En gélules lyophilisées, la fermentation 100% est utile pour une meilleure biodisponibilité et bioactivité :

*l'équivalent de 10 ml d'Elixir étant 2 gélules de **Grana-cor** (enrichi en sélénium, vitamine E, B1, B6, B9, B12 et D3 pour le système cardio-vasculaire) ou **Granaprosan** (2 gélules contiennent 500 mg de polyphénols), le conseil est de prendre 2 gélules trois fois par jour.*

Les 2 substances phyto-chimiques actives de l'Elixir de Grenade sont *l'acide ellagique*, acide phénolique présent aussi dans les framboises et dans le bois, comme dans les vins en particulier vieillis en fût de chêne. Le deuxième est *la punicalagine* (de punica qui signifie grenade) qui est le principe actif le plus important. C'est ensemble qu'ils sont les plus actifs ; c'est l'effet Totum !

En plus, les études montrent encore qu'il existe d'autres substances phytochimiques qui sont importantes pour un effet global actif. Un produit doit, par conséquent, posséder le spectre complet des composés naturels actifs.

Attention à certaines gélules vendues sur le marché, car tout est également possible : des produits aux polyphénols polymérisés (séchage thermique), simple poudre de pépins de grenade sans effet thérapeutique, aux boîtes de gélules annonçant 40 % d'acide ellagique mais qui n'en contiennent que 1,28 % (produits en vente sur le marché français), quand ce n'est pas un acide ellagique simplement extrait d'un bois et rajouté en pondéral.

Les études montrent qu'il existe pour les extraits de grenade, beaucoup de contrefaçons et arrivent à la conclusion qu'il est peu probable que les suppléments en *acide ellagique* et *punicalagine* apportent le même bénéfice qu'un supplément de grenade. Souvent des acides ellagiques de source moins chères comme de bois chinois (*Rhus chinensis*).

sis) et d'écorces de châtaignier (chestnut bark) sont ajoutés comme adultérant⁷ aux extraits de grenade.

Malheureusement, même les produits qui contiennent, par exemple, de simples enzymes alimentaires, sont parfois dénommés fermentés. Ecrire sur l'étiquette «fermenté» parce que le produit contient quelques ferments, n'est pas du tout la même chose qu'une fermentation bioactive des polyphénols de grenade comme ce que nous offre l'Elixir ou le Granaprosan. La fermentation vivante par micro-organismes probiotiques de M.L. Jacob a reçu un brevet européen

Conseils de consommation de l'Elixir de grenade

Il est important de savoir que protéines animales et polyphénols, tous deux en présence, induisent une réaction chimique défavorable aux polyphénols... et donc en réduisent l'efficacité! Il est donc conseillé de ne pas mélanger polyphénols de grenade et protéines animales dans le même bol intestinal...

En outre, un renfort probiotique, un ré-équilibre acide-base et une action prébiotique (une pomme avant chaque repas pour apporter les pré-biotiques) renforcent le résultat attendu si l'on consomme du jus de grenade fermenté.

De plus, important et novateur, selon le Dr Jacob qui en a fait sa thèse de doctorat, les polyphénols de grenade doivent être considérés d'abord comme des anti-inflammatoires, et peuvent accompagner les chimio ou radiothérapies contre le cancer de la prostate. Il considère l'Elixir de grenade comme

7. Une **adultération** est une pratique frauduleuse consistant en l'ajout d'un produit de moindre valeur à un autre produit, qui est alors vendu ou donné pour ce qu'il n'est pas. L'additif (dit *adultérant*) peut être toxique.

une co-chimio (avec Doxetacel) ou une co-radiothérapie qui en augmente leur efficacité, ce qui reste à démontrer *in vivo*.

Polyphénols de grenade et étude Pantuck⁸

Les résultats à long terme qui portent sur des patients souffrant d'un cancer de la prostate avec récurrence locale sont très prometteurs. Chez les patients qui ont participé en moyenne 56 mois à l'étude jusqu'à fin 2008 (phase II), le temps de doublement du PSA s'est prolongé de 15 à 60 mois (5 ans) en moyenne. L'étude permet de penser que le jus de grenade, pris quotidiennement, pourrait ralentir efficacement la progression d'une récurrence du cancer local de la prostate après l'échec d'un traitement. Les effets sur un cancer de la prostate localisé sont les plus significatifs.

De plus, des études précliniques ont indiqués que les polyphénols de grenade auraient donc une influence favorable sur l'évolution du cancer même au stade hormono-réfractaire, *in vivo* et *in vitro*.

Les modes d'action des polyphénols de grenade :

- font baisser les niveaux intracellulaires de cholestérol et ainsi la molécule à la source de l'augmentation de la biosynthèse de l'androgène ;
- réduisent l'expression du récepteur d'androgène ;
- diminuent la formation des enzymes de synthèse de l'androgène dans les cellules cancéreuses hormono-résistantes ;
- inhibent la croissance des carcinomes de la prostate PC-3 hormono-réfractaires *in vivo* et ont, *in vitro*, un effet anti-

8. Pantuck AJ *et al.*, *Clin. Cancer Res.*, 2006, 12(13), 4018–26. Pantuck *et al.*, 2009.

prolifératif et anti-invasif sur les cellules hormono-réfractaires PC-3 et DU-145 du carcinome de la prostate ;

- l'effet anti-inflammatoire des polyphénols de grenade (inhibition du NF-kappaB, de la COX-2, du TNF-alpha et des métalloprotéases) est particulièrement important à ce stade.

Il a été démontré dans une étude *in vivo* (Rettig *et al.*, 2008) que les polyphénols de grenade inhibent la croissance du cancer de la prostate androgéno-indépendant à l'aide d'un mécanisme dépendant du NF-kappaB et ralentissent ainsi le passage à l'état hormono-résistant.

Ces résultats autorisent une explication scientifique pour ceux qui le souhaitent

En raison de la capacité des polyphénols de grenade à réguler à la baisse l'expression du récepteur d'androgène et des enzymes de synthèse de l'androgène, mais aussi de favoriser, via une inhibition de l'activation du NF-kappaB, une inhibition de la phosphorylation des protéines kinases et l'apoptose dans les cellules cancéreuses, une combinaison avec l'inhibition hormonale pourrait avoir des effets synergétiques très intéressants et ralentir la formation de résistances. Ceci reste à démontrer dans la pratique clinique.

En collaboration avec plusieurs équipes internationales de chercheurs⁹, il a pu être démontré :

- *in vitro* que les polyphénols de grenade fermentés réduisaient jusqu'à 90% la propagation du cancer dans les cultures cellulaires du cancer de la prostate ;

9. Albrecht *et al.*, 2004 ; Lansky *et al.*, 2005a et b.

- *in vivo*, dans d'autres études cliniques, il est démontré qu'ils inhibent même la croissance du carcinome de la prostate hormono-résistant. Ils sont aussi actifs tout spécialement dans le cadre des cancers du sein, mais encore de la leucémie.

Dans le cas de cellules mammaires cancéreuses, le jus de grenade fermenté a entraîné une inhibition de la croissance de 80%. Comparé au jus normal, **le jus fermenté a un effet inhibiteur double sur les cellules du cancer du sein** qu'elles soient hormono-dépendantes ou hormono-indépendantes. Les polyphénols de grenade fermentés peuvent aussi bloquer l'enzyme clé de la synthèse de l'œstrogène, l'aromatase, et faire baisser ainsi la formation d'œstrogène dans les tissus adipeux. Cet effet est également important pour le carcinome de la prostate. Sur les cellules tumorales de la prostate aussi, le jus fermenté a un effet inhibiteur supérieur à celui du jus non fermenté.

En 2005 déjà, des scientifiques de l'université du Wisconsin ont affirmé qu'un extrait de jus de grenade lyophilisé conservant grâce à une fabrication à basse température, tous les tanins et anthocyanes naturels du jus, inhibe efficacement dans un organisme vivant la croissance des cellules PC-3, ces cellules tumorales très agressives de la prostate (cellules PC-3) qui ne réagissent plus à l'hormonothérapie. Dans le cas de cellules cancéreuses androgéno-sensibles, il a réduit de 90% tant l'expression du récepteur d'androgène que la production de PSA. Chez les souris, on a obtenu des effets anticancérigènes dès l'utilisation d'une dose considérée comme normale dans l'alimentation humaine : le taux de PSA a nettement baissé, les cancers de la prostate se sont développés plus lentement que dans le groupe de contrôle et la durée de survie moyenne a été prolongée d'environ 50%.

L'acidification de l'organisme est toxique sur le long terme et peut être réduite par l'alcalinisation

Trop de calcium augmente nettement le risque de cancer agressif de la prostate et d'infarctus du cœur.

Les compléments en carbonate de calcium augmentent manifestement le risque d'infarctus, comme l'a démontré une grande étude publiée il y a peu. Les préparations de calcium augmentent donc le risque d'infarctus de 30% et provoquent ainsi plus d'infarctus qu'elles n'évitent de fractures osseuses.

Une alimentation anti-acide donc basique, riche en végétaux et associée à du citrate de potassium combiné à du citrate de calcium et de magnésium est la bonne alternative.

Pour renforcer les os, une alimentation riche en végétaux ou plutôt en bases est très importante. Notre mode d'alimentation souvent riche en acides (surtout à cause de la viande et des produits laitiers) entraîne même chez des personnes en bonne santé une hyper-acidification qui augmentera encore avec l'âge parce que la fonction rénale s'affaiblit.

Quand les *réserves tampons* (qui évitent une trop grande acidification) du corps sont épuisées, les dépôts minéraux des os sont attaqués. Cela vaut surtout pour le cancer de la prostate avancé où la production d'acide lactique de la tumeur surcharge encore l'organisme. **Le milieu acide accélère la dégénérescence osseuse et empêche notre système de défense immunitaire et/ou la chimio ou la radiothérapie d'attaquer la tumeur.** En outre, dans un milieu acide, le corps libère encore plus de substances inflammatoires qui accélèrent la détérioration des os et crée un milieu pro-inflammatoire favorable à la tumeur.

Le calcium est important pour la santé osseuse. Il en est de même pour le magnésium. Cependant, alors que le calcium est souvent sur-dosé, il n'y a que peu de gens qui prennent des préparations de magnésium. Une des conséquences à long terme de manque de magnésium, ce sont les maladies cardiovasculaires, surtout si on fournit en même temps trop de calcium à l'organisme.

Les préparations de calcium doivent donc être équilibrées par des quantités de magnésium proportionnelles. En cas d'ostéoporose, l'apport de magnésium est aussi important que la prise de calcium, car la teneur en magnésium des os diminue de la même façon. En outre, en cas de manque de magnésium, la concentration sérique en vitamine D diminue.

Nous avons donc besoin de calcium mais pas trop et pas unilatéralement. En ce qui concerne le citrate de potassium, il a été prouvé dans de nombreuses études cliniques qu'il empêche la perte de calcium via les reins et la détérioration des os. Grâce au citrate de potassium, le calcium reste dans l'os et ne passe pas dans le sang où il favoriserait la croissance tumorale. Les citrates de calcium et de magnésium sont généralement beaucoup mieux assimilés que les carbonates.

C'est pourquoi les os peuvent être renforcés par la prise d'une poudre alcaline à base de citrate (par exemple, la Formule alcalinisante du Dr. Jacob). Elle devrait contenir le magnésium, minéral essentiel aux os, le calcium dans un rapport équilibré avec le magnésium, et en outre beaucoup de potassium et le moins de sodium possible, car le sodium renforce aussi la détérioration des os.

La progression de l'ostéoporose est accentuée en particulier par une activation de l'inflammation de l'os. Le récepteur activateur du facteur nucléaire kappaB ligand

(RANKL) est donc maintenant au centre de la recherche. Il passe pour le responsable principal de l'activation de l'ostéoclaste (grande cellules de la moelle) et donc de la détérioration accrue des os.

En outre, fumer entraîne une activation du NF-kappaB ce qui explique vraisemblablement pourquoi les os se détériorent plus vite chez les fumeurs.

Faire régulièrement de l'exercice, ne pas fumer, faire le plein de soleil matinal en été (formation de vitamine D) et prendre en hiver de la vitamine D en complément alimentaire sont des choses très importantes pour l'entretien des os. Comme le rôle de la vitamine D est controversé dans le cas du carcinome de la prostate avancé, la prise de doses plus élevées ne devrait se faire que sous contrôle du PSA.

Les études¹⁰ montrent l'importance de vitamine K2 pour son rôle essentiel : éliminer le calcium du sang, où il peut causer des dommages, et l'acheminer dans les os, là où est sa place.

La vitamine K2 inhibe la résorption des grandes cellules de la moelle osseuse et soutient la vitamine D dans le renforcement des os. Le Centre de Recherche de Cancer allemand¹¹ a montré que le risque de cancer de la prostate pour le groupe présentant un taux élevé de vitamine K2 (mais pas K1) était 35% inférieur que pour le groupe avec un taux de vitamine K2 plus faible. En matière de risque de cancer avancé de la prostate, ce risque descendait même à 63%.

Au total, une bonne nutrition¹² – qui n'est pas un régime alimentaire, il s'agit de manger mieux et meilleur – et une

10. Plaza und Lamson, 2005.

11. Nimptsch *et al.*, 2008.

12. Voir notre livre la 6^{ème} édition : *Changez d'Alimentation – L'Atout*

activité physique régulière réduisent de 30% les risques d'être atteint d'un cancer de la prostate.

29. Que pensez-vous du médicament de la ruche en particulier de la « propolis » qui aurait des vertus anti-cancer ?

On parle de « propolis verte » qui est même présentée comme « remède naturel contre le cancer ».

N'oublions pas que ce que fabriquent les abeilles est excellent pour notre santé, en plus du miel¹³.

– **La gelée royale** : nommée aussi *lait d'abeille*, sécrétée par les abeilles, destinée à l'alimentation des larves au premier stade de leur développement, constitue l'alimentation exclusive de la Reine durant toute son existence. Dans la Chine antique, elle assurait longévité et vigueur sexuelle. Elle contient des acides aminés, des minéraux, oligo-éléments et vitamines du groupe B indispensables au système nerveux. Efficace de 0,5 g à 1 g par jour, elle peut être prise toute l'année et surtout dans les périodes d'épidémie de grippe ou de baisse de vitalité.

BIO qui détaille et justifie la méthode des 3" M" comment *Manger Mieux et Meilleur*. Éd F.-X. de Guibert 2008

13. Nous avons eu la chance de connaître le plus grand spécialiste européen de tout ce que fabriquent les abeilles pour l'homme. Il s'agit de Patrice Pierce du Sert Ingénieur agronome qui a su valoriser toutes les qualités nutritionnelles de ce que les abeilles font pour nous. Il est le créateur d'une merveilleuse structure près d'Agen dénommée « Pollenergie » à La Grabère (Saint Hilaire de Lusignan 47 450). Voir son site très bien conçu : www.pollenergie.fr. C'est à lui que nous empruntons les données qui suivent ainsi qu'à son excellent livre « *Ces pollens qui nous soignent* » Éd. Trédaniel 2006