

Microflore, quand le ventre va, tout va ...



Myriaflor®, nouvelle génération de complément alimentaire à base de bactéries lactiques

L'épiderme et les muqueuses des voies digestives, respiratoires et uro-génitales sont peuplés d'une microflore – appelée dorénavant microbiote – très complexe et instable qui les protège des agressions par les germes pathogènes de l'environnement (bactéries, champignons, virus) et par les parasites.

En réalité, cette microflore est en équilibre dynamique, qui peut être à tout moment rompu sous l'influence de différents facteurs :

- le terrain,
- les maladies infectieuses et fonctionnelles,
- les altérations anatomiques,
- les déséquilibres et les intoxications alimentaires
- le stress
- certains traitements thérapeutiques.



L'écosystème digestif ou microbiote est particulièrement important. Il est formé d'une microflore très abondante (de l'ordre de cent mille milliards de bactéries) de plusieurs centaines d'espèces différentes parmi lesquelles on distingue :

- Une microflore formée d'espèces des genres *Bacteroides*, *Lactobacillus*, *Bifidobacterium*.

- Une microflore sous-dominante, formée d'entérocoques et d'entérobactéries, qui peut avoir une action protectrice ou infectieuse opportuniste, suivant les espèces microbiennes présentes et la résistance immunitaire de l'hôte.

- Une microflore résiduelle fluctuante, formée entre autres de clostridies, de streptocoques, de staphylocoques et de champignons microscopiques (dont *Candida albicans*) et dont le pouvoir opportuniste ou pathogène risque de se manifester lors d'une altération de la flore de protection (par exemple suite à une antibiothérapie) ou d'une immunodéficience.

De récentes recherches par le séquençage du génome (identification par l'ARN16S des espèces bactériennes) ont permis de diviser le microbiote

humain en 3 embranchements : *Formicutes*, *Bacteroidetes*, et *Actinobacteriae*.

Chaque individu possède son propre microbiote (carte d'identité bactérienne), mais 30 % de l'ensemble des espèces bactériennes sont présents chez 60 % des individus.



Les ennemis de la microflore

Les causes les plus courantes de déséquilibre du microbiote sont alimentaires :

- intolérance à certains aliments (lactose, protéines du lait de vache, gluten des céréales ...),
- alimentation déséquilibrée (excès de sucres simples, de protéines et de graisses animales, insuffisance de fibres, déficit en minéraux, oligo-éléments ou vitamines),
- mauvaises habitudes culinaires (cuisson excessive entraînant la dénaturation des protéines et des graisses alimentaires et la production de toxines),
- abus de produits excitants (alcool, café, thé, piments forts, tabac...),
- manque d'hygiène domestique (défaut de lavage des fruits et légumes,
- défaut de traitement thermique, rupture de la chaîne du froid...),
- malnutrition (carence aiguë en protéines).

On peut aussi incriminer les affections liées au terrain (déficit immunitaire, hyperthyroïdie, spasmodophilie, insuffisance pancréatique...), certains troubles inflammatoires (maladie coeliaque, maladie de Crohn, rectocolite hémorragique, tuberculose iléocœcale, sarcôïdose intestinale...), les altérations anatomiques ou fonctionnelles (blessures, mutilations chirurgicales, ulcération ou tumeur des voies digestives), le stress (pression morale ou physique, surmenage), mais aussi la prise de médicaments (antibiotiques, antiseptiques, vaccins, anti-inflammatoires).

En effet, depuis un demi-siècle, l'emploi abusif d'antibiotiques tant en élevage industriel qu'en thérapeutique humaine a favorisé la prolifération de germes antibiorésistants et d'une flore fongique qui perturbent profondément les écosystèmes et l'immunité.

Mais en cas d'infection, les antibiotiques restent une arme efficace dans la mesure où ils sont utilisés avec discernement et seulement après avoir pratiqué une sélection par antibiogramme.

Les altérations de la microflore intestinale

L'étude du mécanisme de diffusion de la microflore intestinale a permis de mieux comprendre les causes d'une modification profonde de la flore de protection qui existe chez toute personne. Ainsi, après un traitement antibiotique, la microflore protectrice de l'intestin est altérée et laisse le terrain libre à la flore fongique.

Au cours de la digestion, une fraction de la microflore entérique peut traverser la muqueuse intestinale par translocation, être transportée par le flux sanguin et retenue dans les zones inflammatoires ou mal irriguées par la circulation sanguine.

En temps normal, le système immunitaire se charge de détruire ces germes intrus, mais il suffit d'une baisse momentanée de l'immunité et la présence de germes opportunistes ou pathogènes dans le colon, pour qu'ils occupent les zones inflammatoires de l'organisme et créent des foyers infectieux.

Les troubles qui en résultent

L'altération de la microflore digestive peut ainsi se manifester par des dysfonctionnements gastro-intestinaux (douleurs abdominales, ballonnements, flatulences, colites, diarrhées, alternance diarrhée-constipation), par des troubles qui leur sont associés (éruption épidermique, apathie, asthénie, nausée, vomissements, maux de tête, vertiges, malaises...) avec un risque d'extension de l'infection à la bouche (gingivite, parodontolyse), à l'épiderme (éruption, eczéma), aux organes uro-génitaux (vaginite, cystite, néphrite), aux articulations (rhumatismes infectieux), au cœur (endocardite), et dégénérer en septicémie en cas de forte immunodéficience.

Favoriser l'équilibre du microbiote

Il a été mis au point **Myriaflor®**, complément alimentaire selon deux modes d'action complémentaires :

- Apport de bactéries lactiques naturelles sélectionnées (espèces des genres *Lactobacillus* (4 souches) et *Bifidobacterium*),

- Entretien des défenses naturelles (dont oligo-éléments, vitamines A et C...).

Les micro-organismes probiotiques

De nombreux travaux réalisés dans le monde, étudient que plusieurs espèces bactériennes présentes dans l'intestin, en particulier les espèces des genres *Lactobacillus*, *Bifidobacterium* et *Propionibacterium*.

Observations cliniques liées à une modification de la flore

- Si rien n'est fait pour remédier au déséquilibre du microbiote, l'accumulation des déchets toxiques de la fermentation intestinale va

d'abord toucher les organes proches pour diffuser ensuite dans l'ensemble de l'organisme et provoquer des affections chroniques de gravités diverses susceptibles de devenir de plus en plus invalidantes quelquefois irréversibles.

- La consommation d'aliments fermentés par les bactéries lactiques (lait, fruits et légumes fermentés par des espèces des genres *Lactobacillus*, *Propionibacterium*, *Bifidobacterium*, et dans une moindre mesure *Streptococcus*, *Leuconostoc*, *Lactococcus* et *Enterococcus*) ou de préparations possédant les fonctions pré et probiotiques participent à une flore intestinale normale.

Myriaflor® apport de bactéries lactiques :

1- Apport d'au moins 21 milliards de bactéries par prise. 8 souches appartenant aux genres *Lactobacillus*, *Bifidobacterium*, *Streptococcus* et *Propionibacterium*, sélectionnées sur des critères d'aptitudes physiologiques (résistance au pH gastrique et aux sels biliaires) et de résistance à la conservation à des températures de l'ordre de 30°C.

2 - Maintient l'état normal des muqueuses grâce aux vitamines A, B2, B3 et B8. Contribuent à la protection des cellules contre le stress oxydatif grâce aux vitamines B2, C et E ainsi que les oligoéléments (Zn, Mn, Cu, Se).

3 - Participe au métabolisme énergétique normal et à réduire la fatigue grâce au magnésium ainsi que les vitamines B2, B3, B5, B6, B12 et C.

4 - Concourt au fonctionnement normal du système immunitaire grâce aux oligoéléments (Zn, Cu, Se), ainsi qu'aux vitamines A, B6, B9, B12 et C.

5 - Contribue au fonctionnement normal des enzymes digestives grâce au calcium.