

# Un arbre aux propriétés étonnantes

## Un remède millénaire

**Boswellia serrata est le nom latinisé d'un arbre qui pousse en Inde dans les régions montagneuses ainsi que sur la côte de Coromandel au sud de Madras. Sa résine est depuis longtemps utilisée en médecine ayurvédique sous le nom de Salai guggul et en médecine chinoise sous celui de Ru Xiang. Longtemps utilisé uniquement comme anti-inflammatoire, il connaît aujourd'hui de nombreuses autres applications suite à divers travaux scientifiques.**

### Une action chimique subtile

Les principes anti-inflammatoires sont des triterpènes pentacycliques, regroupés sous le nom d'acides boswelliques. Ils agissent en inhibant l'activité de la 5-lipoxygénase, enzyme à l'origine de la synthèse des leucotriènes à partir de l'acide arachidonique, molécules pro-inflammatoires produites en surabondance au cours des affections rhumatismales et allergiques.

Ils n'interviennent pas sur les prostaglandines, ce qui, selon certains experts, expliquerait qu'ils ne génèrent pas d'effets secondaires notoires.

Un AINS<sup>1</sup> naturel bien toléré. En réduisant l'inflammation, l'extrait de Boswellia réduit le gonflement, la douleur et la raideur lors de la mise en route matinale. Il est non seulement efficace au cours de l'arthrose quelle que soit sa

localisation, mais aussi dans la polyarthrite rhumatoïde. Dans un cas comme dans l'autre, il permet la réduction significative des médicaments allopathiques. Et dans un certain nombre de cas, il va jusqu'à les remplacer totalement.

Cet effet est d'autant plus net que l'extrait de Boswellia est pris régulièrement, en tant que traitement de fond plutôt que comme traitement des crises.

### Les médicaments officiels de la maladie de Crohn

Typiquement on utilise: Les anti-inflammatoires intestinaux (Salazopyrine, Pentasa, Rowasa) au cours des poussées minimales. Les corticoïdes lors des poussées plus sévères. Les immunomodulateurs (Imurel, Purinéthol) ou les anti-TNF (Remicade) lors des poussées les plus graves. Parfois, leur association

à un antidépresseur de la classe des ISRS permet un espacement des poussées. Avec localement, des instillations de solutions corticoïdes. Comme la survenue d'infection bactérienne n'est pas rare, des antibiotiques sont souvent nécessaires.

Dans la majorité des cas, l'évolution se fait vers une aggravation aussi lente que douloureuse, l'alourdissement du traitement et la sévérité des effets secondaires de celui-ci.

L'extrait de Boswellia est également utilisé au cours des

affections respiratoires chroniques: asthme allergique, BPCO. Du fait de la réduction de l'inflammation, les sécrétions sont moindres, les surinfections sont plus rares, la gêne respiratoire moindre et l'hiver n'est plus obligatoirement synonyme d'aggravation évolutive inéluctable. Une indication plus récente, l'hypertrophie bénigne de la prostate.

Dr NB

(1) AINS: Anti-Inflammatoire Non Stéroïdien (c'est-à-dire non corticoïde).



### De nombreuses autres indications

Tout d'abord au cours des **maladies intestinales chroniques inflammatoires** (MICI), comme la **maladie de Crohn** ou la **rectocolite hémorragique** (RCH). Dans cette indication, il est rarement utilisé en première intention en Occident. Il s'avère au moins aussi efficace que les médicaments de référence de la médecine conventionnelle (Salazopyrine, Pentasa, Rowasa)... avec un minimum d'effets secondaires.