

LE PROTOCOLE COIMBRA

Explication du protocole de Coimbra traduit par Sabine Atkinson

Depuis plus de 15 ans, le neurologue brésilien Cicero Coimbra, professeur à la faculté de médecine de l'université de São Paulo, soigne les patients atteints de maladies autoimmunes, notamment de sclérose en plaques, par l'administration de hautes doses de vitamine D3.

Pour le professeur Coimbra et son équipe, une perturbation dans l'assimilation de l'hormone « vitamine » D serait à l'origine de ces maladies.

Selon les recherches auxquelles se réfère l'équipe, le colecalciferol (vitamine D) a un effet sur 3000 récepteurs dans l'organisme et détermine l'expression de nombreux gènes.

Cette hormone régule entre autres le bon fonctionnement du système immunitaire et sa carence peut entraîner des réactions (maladies) auto-immunes.

Les sujets atteints d'une maladie auto-immune et ayant donc une mauvaise assimilation de la vitamine D, peuvent présenter des symptômes de carence en colécalciférol, même si leur taux de vitamine D dans le sang est normal, voire élevé.

Comme marqueur de l'assimilation de la vitamine D, l'équipe du professeur Coimbra et les médecins formés au protocole utilisent le taux de parathormone (PTH) dans le sang. Sous la surveillance d'un médecin spécialement entraîné à ce protocole, la dose quotidienne de colécalciférol sera adaptée jusqu'à ce que le taux de parathormone baisse considérablement.

Le dosage idéal de vitamine D est atteint lorsque le taux de PTH est au minimum de référence indiqué par le laboratoire qui réalise l'examen sanguin (environ 12 ng/l en Europe, 6-8 pour l'équipe Coimbra).

L'administration de doses élevées de vitamine D3 peut provoquer une hypercalcémie et endommager les reins, car sous l'influence de l'hormone le calcium contenu dans les aliments est assimilé plus efficacement par les intestins.

Pour protéger les reins et éliminer au maximum le calcium de l'organisme, quelques recommandations doivent être respectées par les patients suivant le protocole Coimbra:

Les produits laitiers (sauf le beurre) doivent être éliminés du régime alimentaire. Les graines de sésame et toutes les préparations qui en contiennent (houmous) les graines chia, les poissons consommés avec leurs arrêtes (« friture ») sont également proscrits.

Il est impératif de boire au moins 2 litres 1/2 de liquide par jour en évitant les boissons alcoolisées. Deux verres de vin ou équivalent par semaine sont autorisés.

Pour protéger les os contre l'ostéoporose, un autre effet indésirable possible du traitement à fortes doses de vitamine D, il est nécessaire de pratiquer du sport en raison d'une 1/2 heure par jour (marche active, trampoline, équitation, renforcement musculaire etc.)

Le protocole débute par une dose de vitamine D établie en fonction des résultats d'examens, du poids, de l'état clinique, de l'âge du patient/de la patiente. Grâce aux examens sanguins réguliers (environ tous les deux mois), la dose optimale peut être déterminée au bout de six mois à 12 mois de traitement environ. À chaque examen, le taux de calcium dans le sang ainsi que le taux de calcium dans les urines sur 24 h sont vérifiés pour déceler une éventuelle hypercalcémie. Une fois que la dose finale de vitamine D 3 a été trouvée, le taux de vitamine D et de parathormone resteront stables, en dépit de la prise continue des hautes doses de vitamine D3.

Les examens de contrôle ne seront alors plus effectués que tous les six mois. Il est également nécessaire de faire pratiquer régulièrement des examens de densité osseuse pour déceler une éventuelle ostéoporose. Le protocole Coimbra est complété par d'autres éléments (magnésium, vitamine B 2, zinc, choline, oméga 3), la vitamine D représentant environ 90% de l'efficacité du traitement.

Pour le professeur Coimbra, le stress a un effet néfaste sur les procédés auto-immunes. Il s'agit d'apprendre à le maîtriser au maximum afin de ne pas entraver l'effet du protocole. L'équipe recommande pour cela d'apprendre des techniques de relaxation si nécessaire.

Selon le professeur Coimbra, 95 % des patients atteints de sclérose en plaques traités par ce protocole expérimenteraient une rémission de leur maladie six mois à un an après que le traitement avec la dose de vitamine D correcte ait été instauré. Pour les patients présentant d'autres maladies auto-immunes, le taux de rémission est comparable à ceux présentant une sclérose en plaques, la rémission arrivant souvent plus vite.

Bien évidemment, «rémission» ne signifie pas «guérison», mais la stabilisation de la maladie, à savoir l'absence de nouvelles poussées inflammatoires ou l'arrêt de la dégradation de l'état neurologique pour les formes progressives de la sclérose en plaques.

Des symptômes récents, c'est à dire apparus depuis moins de 18 mois régressent souvent considérablement et peuvent même disparaître. Pour la sclérose en plaques, l'état de rémission de la maladie est confirmé par l'imagerie: il n'y a pas de nouvelles lésions actives visibles sur l'IRM. Des lésions anciennes peuvent même diminuer de taille.

Étant donné les graves effets indésirables que peut entraîner son application incorrecte, ce protocole doit être suivi impérativement sous la surveillance d'un médecin entraîné.

Le professeur Coimbra a déjà formé de nombreux praticiens dans le monde entier à son protocole, récemment 6 médecins allemands.

Ainsi on estime à plus de 20000 le nombre de patients traités selon le protocole Coimbra à ce jour.

Le professeur Coimbra propose aux médecins intéressés un stage gratuit de formation et d'observation de cinq jours dans son cabinet et dans son service hospitalier à São Paulo. Il serait heureux d'y accueillir prochainement les premier(ès) confrères/consoeurs français(es).

Si vous êtes médecin et intéressé(e), vous pouvez prendre contact avec le cabinet de l'équipe Coimbra:

cgc.secretaria@gmail.com
Rua Dr. Diogo de Faria 775-cj 94- 9th floor
04037-003- São Paulo - SP- Brazil

Sabine Atkinson, atteinte de sclérose en plaques depuis 2007, patiente du docteur Sueli Lorenço, une consoeur du professeur Coimbra.

Informations supplémentaires : <https://www.protocolo-coimbra.info/>