

L'ESTRADIOL RALENTIT LE VIEILLISSEMENT CÉRÉBRAL EN STIMULANT LA CROISSANCE NERVEUSE, LE FONCTIONNEMENT DES NEURONES ET EN FAVORISANT LA CICATRISATION. C'EST UN ANTIOXYDANT MAJEUR DEUX FOIS PLUS PUISSANT QUE LES VITAMINES E ET C RÉUNIES.

L'hormonothérapie, pour lutter contre le vieillissement

par le docteur **Claude Dalle**

L'hormonothérapie consiste à entretenir et à maintenir un taux hormonal adéquat. Plus nous vieillissons, plus nos hormones diminuent. Il est donc nécessaire de faire un bilan hormonal et de les rééquilibrer si nécessaire.

Les hormones sont produites par des glandes situées dans certaines parties du corps comme l'hypophyse qui fabrique l'hormone de croissance ou les gonades responsables des hormones sexuelles. Il existe de nombreuses hormones et nous nous attacherons à examiner particulièrement deux d'entre elles, la DHEA, l'hormone anti-âge et anti-stress ainsi que les hormones sexuelles, testostérone et estrogènes.

DES HORMONES QUI RALENTISSENT LE VIEILLISSEMENT.

La DHEA est l'hormone la plus secrétée du corps et est responsable de la création de nombreuses autres hormones. Elle est synthétisée principalement par les glandes surrénales et a été souvent appelée l'hormone anti-âge. La DHEA a des effets protecteurs sur les os, sur la peau, sur le poids, sur le cerveau, sur la sexualité, sur la ménopause, sur l'immunité et sur les risques cardiovasculaires. Si l'on prend son impact sur la peau, on s'aperçoit que la DHEA freine et rattrape le vieillissement cutané. Elle agit sur la texture de la peau et évite la dégradation des cellules cutanées. Son effet majeur : elle bloque l'enzyme qui dégrade le collagène. Résultat : la peau rajeunit.

La testostérone est secrétée par les testicules chez l'homme. Comme la DHEA, c'est une hormone stéroïde, c'est-à-dire dérivée d'un stérol, le cholestérol. Elle a un impact très important sur l'humeur, la confiance ou l'enthousiasme mais maintient également la masse musculaire et prévient les maladies cardiovasculaires. Elle a un impact fort sur la sexualité permettant le désir, la performance sexuelle et facilite les sensations. Comme elle agit sur tous les composants de la sexualité (nerfs, vaisseaux, organes génitaux, corpuscules tactiles), on comprend son efficacité. Inversement la baisse de la testostérone se traduit par une baisse de la libido.

Les estrogènes regroupent trois hormones, l'estradiol, l'estrone

et l'estriol. L'estradiol est la plus importante des trois. L'estrone est sécrétée en partie par la graisse et peut devenir importante chez la femme ménopausée. L'estradiol ralentit le vieillissement cérébral en stimulant la croissance nerveuse, le fonctionnement des neurones et en favorisant la cicatrisation. C'est un antioxydant majeur deux fois plus puissant que les vitamines E et C réunies. Il module le taux de sérotonine qui est le neurotransmetteur du bien-être et accroît la production de dopamine et de noradrénaline. ■

TRAITEMENT HORMONAL		
DHEA	Après dosage du sulfate de Dhea ; Chez la femme 15 à 25 mg/jour, le matin Chez l'homme 25 à 50 mg./jour, le matin	Résultats ; accroît la libido surtout chez la femme, la masse musculaire, la qualité de la peau, des os... Précautions ; fibromes, kystes mammaires. Contre-indications ; cancers hormono-dépendants.
Estradiol	Chez la femme, après consultation médicale absolue : En crème ou patch, le matin Prendre la dose minimale efficace Pas de voie orale	Résultats ; accroît la qualité de vie (bouffées de chaleur, énergie), des os, de la peau, prévient la maladie d'Alzheimer, par exemple, et le cancer du colon. Maintient l'humeur, évite la dépression. Contre-indications ; cancer du sein, de l'utérus.
Testostérone	Chez l'homme, après dosage et consultation indispensables ; Crème ou pastilles à sucer le matin Pas de voie orale si possible Injection possible si nécessaire	Résultats ; accroît la qualité de vie, l'énergie, la libido, les érections, prévient le diabète, les maladies cardiovasculaires, l'ostéoporose. Précautions ; prostate . Contre-indications ; cancer de la prostate, du testicule.