Aujourd'hui, c'est dimanche. Vous êtes donc bien sur Radio Truffière, je suis le Dendrobate Doctor et nous sommes ensemble pour faire l'état de la recherche sur l'épidémie de Covid-19 et le reste.

Si elle disparait, retrouvez la chronique sur le blog (https://www.the-dendrobate-doctor.fr/)

Si vous aimez la chronique, vous pouvez nous soutenir sur KisskissBankbank (https://www.kisskissbankbank.com/fr/projects/the-dendrobate-doctor).

Bienvenue à tous sur l'Echo des Labos.

\*\*\*

FAKE DE LA SEMAINE

Il y a des raisons pour lesquelles on (c’est un « on » assez large, ça inclut moi, les chercheurs, les toubibs, les vulgarisateurs, les passionnés d’esprit critique, ma maman si vous la lancez sur le sujet…) s’en prend régulièrement aux méthodes de soin alternatives. La première, c’est parce qu’il n’y a généralement aucune méthode dedans, ni pour savoir si ça marche, ni pour expliquer comment c’est censé marcher (bon, soyons honnête, ça c’est surtout les méthodologistes fous comme moi que ça défrise). La deuxième (oui, on dit seconde que quand la liste s’arrête à deux, et la mienne est longue), c’est qu’il n’y a généralement pas de soin dedans non plus, au mieux du bien-être, mais ça s’arrête là et c’est donc dangereux si vous vous fiez à ça pour soigner, réellement, des trucs, bien réels (là, c’est plus les toubibs qui râlent, et les patients aussi, quand ils se rendent compte qu’ils se sont faits avoir). La troisième, c’est que la médecine alternative, ça n’existe pas. Il y a la médecine, qui incorpore petit à petit tout ce qui a fait ses preuves (vous trouvez plein de plantes ou de molécules tirées des plantes dans la médecine, vous trouvez des pansements à basse de poisson, des nettoyages des plaies à base d’asticots, des saignées aux sangsues et des cardiorégulateurs au venin de serpent, c’est dire si on y met TOUT ce qui marche) et il y a les alternatives mais pas les deux, croire le contraire expose les gens à ne pas être capables de faire des choix libres et éclairés pour leur santé au moment où ça devient critique (et quand il faut expliquer ça, c’est généralement les chercheurs et les vulgarisateurs qui s’arrachent les cheveux).

Mais il y a une 4e raison dont on va parler aujourd’hui. Le fait que ce n’est pas parce que quelque chose est alternatif qu’il est sans risque direct pour la santé, et je parle pas juste ici du courant si vous mettez les doigts dans la prise. Pourtant il y a cette croyance tenace que « c’est naturel, c’est meilleur pour la santé » (la lave est très naturelle, les Islandais sont pas méga fans), variante « c’est des plantes, ça peut pas faire de mal » (n’importe qui ayant eu un chat et devant consulter les sites vétérinaires à chaque fois avant d’acheter des fleurs sait à quel point le végétal est le règne des poisons…). Et ce coup-ci, c’est le Japon qui est en train de s’en rendre compte d’une manière assez violente. Le ministère de la santé nippon enquête actuellement sur 4 décès et plus d’une centaine d’hospitalisations qui seraient liées à un complément alimentaire très populaire dans l’archipel, la levure de riz rouge.

Premier problème : il s’agit d’un complément alimentaire, ce qui fait que, au Japon comme à peu près partout ailleurs dans le monde, c’est un truc vendu avec aucune étude d’efficacité obligatoire, et seulement des études de toxicité à court-terme nécessaires. En clair, si en prendre régulièrement pendant 5 ans ça bousille vos reins, personne le sait et ce sera vendu sans restriction au comptoir. Le fait est qu’il est, pour l’instant, impossible de savoir si le complément incriminé a été victime d’une contamination de certains lots, si certaines gélules/pilules étaient plus dosées que d’autres (oui, parce que autant un médicament, il y a une dose de molécule stricte par prise, autant pour un complément alimentaire, c’est dosé à l’à-peu-près) ou si c’est juste qu’il est toxique comme d’hab et qu’on avait pas fait le lien avant. « Mais si c’est toxique, on aurait dû quand même s’en apercevoir, non ? Il fait quoi ce truc ? » Et bien justement, ça fait plusieurs années qu’on suspecte la levure de riz rouge d’être toxique au point d’endommager des organes dont on a un peu besoin dans sa vie de tous les jours comme un foie, deux reins, trois raisons d’avoir une âme.

Deuxième problème : personne ne veut faire de vraies études là-dessus. Les labos qui vendent les compléments alimentaires n’ont pas intérêt à en démontrer la toxicité, les labos qui vendent des médicaments concurrents passent tout leur budget dans le développement de leur produit à eux, les labos publics sont sous-financés. Donc on ne sait pas. Mais y a des gens sous dialyse là qui aimeraient bien qu’on se penche dessus…

Et on arrive au troisième problème : pourquoi que tous ces gens là ont pris ce truc ? Parce qu’ils cherchaient une alternative aux statines. La levure de riz rouge est en effet présentée comme un anticholestérol naturel. Ce qu’il est. La levure de riz rouge EST une statine, en fait. Sauf que c’est une statine sans ordonnance, avec un dosage approximatif par pilule, en vente libre, sans obligation de posologie et avec zéro étude sur la toxicité à long-terme. Bayer ou Pfizer vous vendrait un truc comme ça, vous le prendriez, vous ? Bon. Alors pourquoi quand c’est Boiron ou (attendez je vérifie mes notes) Kobayashi Pharmaceutical, on trouve ça acceptable ? J’ai des questions !

\*\*\*

DECOUVERTE DE LA SEMAINE

Dans mon domaine de recherche, on est parfois amenés à se pencher sur les zoonoses, ces maladies que les animaux transmettent aux humains. Mais il est vrai qu’on se penche assez peu sur l’inverse : qu’est-ce que les humains transmettent aux autres animaux ? J’avais étudié quelques cas, rares mais passionnants (mais en même temps c’est mon domaine, je le trouve absolument passionnant, je peux vous en parler pendant des heures, faut jamais me lancer dessus à part à vos risques et périls), de maladies communes et échangées entre les communautés chimpanzées et les communautés humaines qui vivent en bord de leur territoire, les deux ayant une pharmacopée traditionnelle commune pour endiguer les accès de fièvre liés à la malaria. On savait donc que les deux espèces pouvaient tomber malades des mêmes pathologies, et on a été catastrophés mais guère surpris quand les épidémies d’Ebola des communautés humaines ont atteint les grands singes voisins.

Mais il y a des collègues qui se sont livrés à une étude plus approfondie et complète de la question de la transmission interespèce, et leur constat (à lire ici https://www.nature.com/articles/s41559-024-02353-4) est sans appel : on contamine beaucoup plus les animaux que l’inverse. Lorsqu’un virus circule d’une espèce à une autre, dans près de deux tiers des cas, il va de nous à une autre espèce. Alors, est-ce que ça doit dire qu’il faut arrêter de craindre les contaminations animales et aller faire des câlins aux rats d’égout ? Non, on ne fait pas de câlins à une espèce qui ne cherche pas volontairement vos câlins, ça la stresse (comment ça je m’éloigne de mon propos ?). Mais plus globalement, l’idée est qu’il faut limiter nos contacts avec la faune sauvage (et genre arrêter de déforester partout, merci), pour notre bien, mais en fait, surtout, pour le leur.

\*\*\*

PISTE DE LA SEMAINE

\*VIH : comment se débarrasser de cette saloperie de ses morts, si vous me passez l’expression ? On a essayé de le rendre plus visible pour le système immunitaire, on lui a envoyé tout notre arsenal chimique et biologique à la gueule, on a testé des vaccins dans tous les sens et il nous nargue encore, que faire ? Et bien souvent en recherche, c’est quand on est dans une impasse qu’on se dit qu’il faut peut-être regarder le problème sous un autre angle. Et si au lieu de chercher à agir sur lui, on cherchait à agir sur nous ? Des résultats préliminaires (donc, évidemment, on attendra des tests sur l’humain avant de crier victoire, mais on peut les lire là, à défaut d’aller au congrès où ils seront présentés le mois prochain https://www.newscientist.com/article/2423108-crispr-could-disable-and-cure-hiv-suggests-promising-lab-experiment/) montrent qu’il est possible d’éliminer toute trace du virus, même sous sa forme dormante en… modifiant notre génome. Plus précisément, celui du système immunitaire que le VIH prend pour cible. La thérapie est lourde, car elle implique d’abord une chimiothérapie pour détruire la moelle osseuse du patient, avant d’implanter des cellules génétiquement modifiées qui vont reconstruire une moelle osseuse puis un système immunitaire résistant au VIH. La thérapie génique serait donc réservée aux patients déjà atteints et stabilisés par la trithérapie. Ca reste plus simple d’avoir des capotes avec vous, si vous voulez mon très humble avis.

\*\*\*

IMPASSE DE LA SEMAINE

\*Fluoroquinolones : sous ce nom barbare, se regroupe toute une famille d’antibiotiques assez vénères, qu’on utilise de fait pour combattre les infections résistantes. Enfin ça, c’est la théorie. La théorie, c’est que comme ils sont bien vénères, on les utilise quand il faut vraiment, genre quand l’otite a résisté à tout et que l’encéphalite commence à devenir une probabilité réelle. La pratique, c’est que comme ils sont bien vénères, on les prescrit comme ça on est sûr de filer un truc qui marche. Sauf que, comme ils sont toujours bien vénères, ils ont des effets indésirables eux aussi, bien vénères. Quand vous vous tapez des ruptures des tendons qui demandent 6 mois de rééducation pour éviter qu’une sale bactérie transforme votre cerveau en fromage blanc, c’est un risque acceptable. Quand vous vous retrouvez avec un trouble cardiaque à vie parce que votre toubib s’est dit que ça irait plus vite pour soigner une bête cystite, ça ne l’est pas. Et, du fait que de nombreux médecins en France ont juste ignoré les recommandations de l’ARS, le pôle santé publique du parquet de Paris vient d’ouvrir une enquête pour blessures involontaires et tromperie, dans plus d’une vingtaine de cas. Une goutte d’eau, si on estime, comme l’ANSM, qu’entre 2018 et 2023, six millions de patients ont reçu cette famille d’antibiotiques alors qu’il n’y avait pas de besoin réel. Il va donc y avoir des rappels à l’ordre et des sanctions massives contre les médecins négligents qui… ah ? Ah non, pardon, on me dit dans l’oreillette que c’est le Conseil de l’Ordre qui est en charge de faire appliquer ces recommandations, donc il se passera rien comme d’habitude, même s’il y a des morts. Vous pouvez reprendre une activité normale.

\*\*\*

MAUVAISE NOUVELLE DE LA SEMAINE

\*Choléra : des cas de choléra importés ont été signalés à la Réunion et à Mayotte. Si le cas de la Réunion ne semble pas poser de problème (on rappelle que la maladie n’est pas contagieuse directement d’humain à humain), le cas de Mayotte est plus inquiétant, car l’île fait actuellement face à une pénurie d’eau (enfin je dis actuellement, mais ça fait des mois que ça dure, et tout le monde s’en cogne, on a un département entier en France où y a pas d’eau courante et ça semble émouvoir personne) et le risque d’ingestion d’une eau souillée par les contaminants humains est plus probable, d’autant plus que les Comores voisines souffrent de bien plus de cas de choléra, et que le risque de transmission est donc accru. Le seuil épidémique est encore bien loin, mais prudence tout de même si vous voyagez ou vivez dans ces deux îles.

\*\*\*

BONNE NOUVELLE DE LA SEMAINE

\*REC : je serai, cette année encore, aux Rencontres de l’Esprit Critique, à Toulouse-Labège, les 27 et 28 avril (enfin, le 27, vous pourrez surtout me voir déambuler en touriste avec ma livrée rouge, mon modérateur, sa pelle). Le dimanche 28, je donnerai une conférence sur comment le système de publications scientifiques est en train de tuer la recherche (ou du moins les chercheurs, mais faut avouer que c’est un peu pareil), puis je participerai à une table ronde sur les controverses scientifiques avant d’animer une seconde table-ronde où les intervenants parleront des problèmes éthiques dans la recherche (oui, c’est l’année où je tire contre mon camp, on va dire). Vous pouvez dès maintenant prendre vos places (ici https://rec-toulouse.fr/), c’est gratuit mais chaque année, le REC parraine une association à qui vous pouvez verser un petit billet sur place à l’entrée, si vous le pouvez, faites-le c’est sympa.

\*\*\*

« QU’EST-CE QUE PUTAIN DE QUOI ? »

Ces derniers temps, Bolloré essaye de faire croire aux gens que les démons existent. Que ce soit par son magazine papier « 100 raisons de croire » (et, je suis sûre pas une de bonne, puisque la foi n’est pas censée avoir besoin de raison, y en a qui ont pas assez regardé Constantine…) ou par son émission sur CNews « En quête d’esprit » (et pas celui critique visiblement). Mais le sachiez-tu chère audience, il y a des gens qui voient pour de vrais des démons dans la vraie vie de tous les jours et qui n’ont aucun problème psychiatrique (enfin, au début, après, si tu vois des démons partout tous les jours de ta vie, tu finis peut-être par en avoir…). Ces gens souffrent en revanche d’un mal neurologique qui peut parfois s’installer en seulement quelques jours, sorti de nulle part, la prosopométamorphopsie (PMO). Le trouble fait que la personne atteinte voit les visages humains déformés, souvent avec des oreilles, une bouche et des arcades sourcilières démesurément étirées. Récemment, un cas a aidé à mieux comprendre ce que les patients voyaient exactement, car un patient (décrit dans l’étude de cas publiée ici https://www.thelancet.com/article/S0140-6736(24)00136-3/abstract?) atteint de PMO continuait à voir normalement les visages en deux dimensions, sur papier ou ordinateur, et a donc pu faire des exercices de comparaison pour montrer aux chercheurs ce qu’il voyait. Si des traumatismes du cortex visuel sont suspectés, la cause de la maladie est toujours inconnue, et il n’y a pas de traitement identifié à ce jour.

\*\*\*

POINT METHODE DE LA SEMAINE : soit gentil, pas méchant, c’est pas gentil d’être méchant, c’est mieux d’être gentil

Quelques-uns parmi vous ont eu à « discuter » cette semaine avec une personne qui a cru bon de venir chercher la bagarre dans les commentaires de la chronique. Et c’est très dommage. C’est dommage parce que, à l’origine, face à son premier commentaire qui disait que la psychologie n’était pas une science et ce que je faisais non plus, je me suis dit que c’était un très bon sujet pour un point méthode. Plutôt que de lui répondre sur le moment (d’autant que Facebook n’a toujours pas examiné mes appels sur mes précédents commentaires censurés…), je me suis dit que j’allais me servir de l’occasion pour donner des éléments sur « c’est quoi une science », « c’est quoi les caractéristiques d’une méthode scientifique » et « comment on sait si c’est de la science ou pas ». Ca promettait d’être très intéressant. Certains d’entre vous connaissent déjà les arguments de ce débat, et sont donc allés les exposer à la dame, parce que le débat d’idées, c’est une bonne chose. Et c’est là que c’est parti en banane (et si vous saviez comment j’ai HORREUR de la banane…). Donc, au lieu de parler de « c’est quoi la science », je vais faire un rappel sur « à quel moment c’est un débat et à quel moment c’est du moquage de figure ».

1-Venez avec de vrais arguments : si vous êtes juste là pour insulter les gens, vous pouvez aller jouer ailleurs. Si quelqu’un vous insulte, ne répondez pas, vous valez mieux que ça. Alertez l’équipe de la page, et le modérateur se chargera d’apprendre au fâcheux les bonnes manières.

2-Partez du principe que l’autre est de bonne foi : l’écriture numérique tend à faire disparaitre des marqueurs dans le discours (on appelle ça le perlocutoire du discours, si ça vous intéresse) qui désamorcent les conflits dans les discussions et de ce fait on s’énerve plus vite en ligne. Par défaut, partez du principe que la personne en face est de bonne foi et qu’elle est brusque, maladroite ou énervée, et donnez de vrais arguments posés. Si elle est vraiment là pour jouer au con, elle jouera contre le modérateur, il est très fort à ça.

3-Vous n’êtes pas obligés de répondre : si en face c’est un mur, que la discussion tourne en rond et que c’est mauvais pour vos nerfs, vous n’êtes pas obligés de continuer. Préservez-vous. Si vous trouvez que la personne fait des reproches injustes, fallacieux ou diffamatoires à mon encontre, ne vous inquiétez pas, j’ai un modérateur et il a une pelle, vous pouvez laisser la discussion en plan, tout ira bien.

4-C’est ok de ne pas savoir et de se tromper : ça m’est arrivé à moi-même sur cette page, et j’ai corrigé, amendé. N’ayez pas honte de reconnaître que vous avez été mal informé, que vous vous êtes trompé ou que vous avez lu trop vite, souvent ça suffit à apaiser les tensions et la conversation peut reprendre. En revanche si l’autre en face en profite pour vous enfoncer une fois que vous vous êtes excusé, vous pouvez appeler à l’aide, le modérateur viendra rappeler à l’excité en face de prendre ses gouttes et de parler correctement aux gens.

5-Quoi qu’il arrive, on ne bloque pas le modérateur : sinon vous serez banni. Comme ça c’est dit.

\*\*\*

En espérant avoir pu apporter un peu de lumière dans le chaos ambiant, je rends l'antenne, et on y retourne pas la semaine prochaine, car je serai en déplacement mais il y aura sans doute du contenu un peu surprise lié audit déplacement, je vous en dit pas plus pour l’instant. En attendant, prenez soin de vous et des chercheurs qui bossent dur, et, aimez la science, la vraie, et ceux qui la font. Bisous.