



## Sommaire – Hypochlorhydrie

M.1

« La base d'une alimentation personnalisée »

- M.1 Sommaire - Hypochlorhydrie
- M.40 Les Causes
- M.41 Les Conséquences
- M.42 La **première hormone**, la **sécrétine**
- M.43 La **seconde hormone**, la **cholécystokinine**
- M.44 Autres conséquences graves
- M.44 Les Traitements



## Hypochlorhydrie

M.40

« La base d'une alimentation personnalisée »

### Les causes

- Les personnes qui ont une **flore intestinale anormale** (dysbiose) ont toutes, pratiquement sans exception, une **faible production d'acide gastrique**.
- Les toxines libérées par la prolifération des espèces **Candida**, **Clostridia** et **autres pathogènes** réduisent la production de sucs gastriques.
- **Désordre du système immunitaire** où l'on trouve une production d'anticorps contre les cellules pariétales qui produisent normalement l'acide gastrique
- L'utilisation de **drogues** qui diminuent la production d'acide gastrique (comme les **Antihistaminique H2**, ou le transport comme les **Inhibiteurs de la pompe à proton**).
- Un symptôme de Maladie rare comme dans le cas de la **Mucopolidose type 4**
- Un symptôme d'une infection à **Helicobacter Pylori**, qui neutralise l'acide gastrique pour survivre dans l'estomac
- Ou des symptômes de Cancer de l'estomac, **d'anémie pernicieuse**.



## L'hypochlorhydrie

M.41

« La base d'une alimentation personnalisée »

Quelles en sont les conséquences

Pourquoi est-ce important ?

→ Les conséquences

L'acide hydro-chloridrique libéré par la paroi stomacale active la **pepsine**, une enzyme qui **digère les protéines alimentaires** en décomposant leur structure très complexe en peptides et en acides aminés.

Pour que la pepsine agisse correctement, le pH de l'estomac ne doit pas dépasser 3.

Quand le patient souffre d'hypochlorhydrie, une quantité d'acide insuffisante est libérée et le pH de l'estomac ne baisse pas assez pour permettre à la pepsine de fonctionner normalement.

La **digestion de la caséine et du gluten**, comme la digestion d'autres protéines, commence dans l'estomac. La protéine mal digérée passe ensuite dans l'intestin grêle.

La paroi intestinale et les enzymes pancréatiques ne vont pas pouvoir agir convenablement sur ces protéines.

- Dans une situation normale, la nourriture passant de l'estomac au duodénum ne doit pas avoir un pH plus élevé que 2 pour stimuler la production de deux agents principaux dans le processus de digestion ; ce sont deux hormones produites par la paroi duodénale qui pénètrent dans le sang et atteignent le pancréas, le foie, l'estomac et bien d'autres organes : la **sécrétine** et la **cholécystokinine**.



## L'hypochlorhydrie

M.42

« La base d'une alimentation personnalisée »

→ La **première hormone**, la **sécrétine**

- ordonne à l'estomac d'arrêter de produire des sucs,
- au foie de libérer la bile
- à la paroi intestinale de produire assez de mucus pour se protéger juste avant l'arrivée des aliments.
- sa fonction la plus importante est de stimuler le pancréas pour produire une solution de bicarbonate alcalinisante et ainsi neutraliser l'acidité des aliments en provenance de l'estomac, parce que normalement, le duodénum et le reste de l'intestin grêle ont un pH beaucoup plus alcalin.

Le pH alcalin dans le grêle est essentiel pour permettre aux enzymes pancréatiques de faire leur travail de digestion des protéines, des graisses et des glucides.

En stimulant la production de bicarbonate, la sécrétine prépare les aliments pour les enzymes digestives du pancréas.

→ Pour produire des enzymes digestives, le pancréas a besoin du feu vert de la **seconde hormone**, la **cholécystokinine**. Si celle-ci n'est pas produite par la paroi duodénale à cause d'une insuffisance d'acidité des aliments provenant de l'estomac, le pancréas restera inactif et ne produira pas d'enzymes digestives. La nourriture ne sera donc pas bien digérée.

En outre, la cholécystokinine ordonne à l'estomac d'arrêter son activité, à la vésicule biliaire de vider sa bile dans le duodénum pour digérer les graisses et ouvre la voie aux sucs pancréatiques prenant le relais du processus de digestion.



## Hypochlorhydrie

M.43

« La base d'une alimentation personnalisée »

→ La **seconde hormone**, la **cholécystokinine**

- ordonne au pancréas de produire des enzymes digestives,
- ordonne à l'estomac d'arrêter son activité,
- ordonne à la vésicule biliaire de vider sa bile dans le duodénum pour digérer les graisses

La cholécystokinine ouvre ainsi la voie aux sucs pancréatiques prenant le relais du processus de digestion. Si celle-ci n'est pas produite par la paroi duodénale à cause d'une insuffisance d'acidité des aliments provenant de l'estomac, la nourriture ne sera donc pas bien digérée. Une mauvaise digestion et une mauvaise absorption s'ensuivent. Des protéines à moitié digérées, tel que la casomorphine, la gliadomorphine et beaucoup d'autres sont alors libérées, traversent la paroi intestinale poreuse gagnent le système sanguin et agissent sur le cerveau comme des opiacés.

D'autres protéines mal digérées causent des allergies et des réactions auto-immunes, épuisant encore plus le système immunitaire

Beaucoup de vitamines, d'acides aminés et de minéraux essentiels ne sont pas absorbés, entraînant des carences nutritionnelles.

Des glucides mal digérés sont consommés par la flore anormale qui les convertit en alcool, en acétaldéhyde et en une pléthore d'autres toxines. Les graisses non digérées provoquent des carences en éléments vitaux (vitamines liposolubles A, D,E et K et acides gras essentiels) ; le patient a des selles de couleur pâle qui flottent, ou bien souffre de diarrhée. Les aliments non digérés pourrissent dans l'intestin, empoisonnant tout l'organisme.



## Hypochlorhydrie

M.44

« La base d'une alimentation personnalisée »

→ **Autre conséquence grave**

L'acide gastrique est le premier obstacle qui barre la route aux microbes que nous ingérons en mangeant et en buvant, même en quantités minimes.

Si l'estomac manque d'acidité, ces bactéries ont de bonnes chances de se retrouver dans l'intestin, où elles se multiplient et causent des problèmes.

Normalement, l'estomac est la partie du système digestif la moins colonisée à cause de son environnement extrêmement acide. Chez une personne présentant une hypochlorhydrie, toutes sortes de bactéries pathogènes et opportunistes ainsi que des champignons peuvent se développer sur la paroi stomacale, par exemple **Helicobacter pylori**, **Campylobacter pylori**, **Enterohacteria**, **Candida**, **Salmonella**, **E. coli** et des streptocoques.

Les bactéries peuplant un estomac à faible acidité gastrique jouent un rôle important dans le développement de cancers de l'estomac, d'ulcères de l'estomac et de gastrites.

→ **Le traitement**

On constate d'importantes améliorations en donnant des compléments d'acide gastrique. Les compléments d'enzymes pancréatiques ne produisent pas grand effet.

La plupart des patients se portent beaucoup mieux en prenant simplement de la **Bétaine HCL** plus **pepsine**, qui stimule la production d'enzymes gastriques par le biais de la sécrétine et de la cholécystokinine et déclenche la sécrétion de bile et de bien d'autres agents essentiels au système digestif. On reste ainsi dans un processus plus naturel.

Il n'est pas besoin de prendre des enzymes digestives indéfiniment.

Au fur et à mesure que l'intestin guérit, la personne peut graduellement réduire sa prise de compléments d'acide gastrique et/ou d'enzymes pancréatiques, les prenant seulement en cas de gros repas ou d'entorse au régime.