

Dr. Pierre Des Lauriers, Docteur en Chiropratique et en Naturopathie
Diplômé en Homéopathie et en Acupuncture
Professeur et Praticien en Médecines Alternatives et Complémentaires

www.missionsante.org



Le bleu de Méthylène

La molécule du bleu de méthylène a été découverte en 1876 par le chimiste allemand Heinrich Caro qui cherchait à mettre au point un colorant bleu pour l'entreprise chimique BASF.

Mais si elle a rapidement connu un vif succès, c'est en raison de ses propriétés antiseptiques !

Elle permettait en effet de lutter contre les bactéries, les virus et les champignons et fut même l'un des premiers traitements pour contrer la malaria en 1891.

Ce fut le aussi premier médicament utilisé pour traiter la psychose et pour traiter les infections urinaires avant même l'arrivée des antibiotiques.

Le bleu de méthylène est actuellement utilisé essentiellement en biologie (il colore les bactéries pour mieux les visualiser au microscope) et à l'hôpital pour traiter les intoxications graves du sang (c'est par exemple un antidote lors de l'empoisonnement du sang au monoxyde de carbone par un appareil de chauffage défectueux).

Il est utilisé en médecine depuis près de 150 ans. Ses propriétés antimicrobiennes, anti-inflammatoires, antipsychotiques, stimulantes pour le cerveau et les mitochondries, ainsi que ses bienfaits sur la longévité, ont été démontrées, telles que la clarification du brouillard cérébral, la neurodégénérescence et la réduction des symptômes du TDAH.

Fortifiant pour les mitochondries, donc donne de l'énergie, et est bon pour la mémoire, le focus et la clarté d'esprit.

Préventif et parfois curatif pour troubles neurocognitifs comme Alzheimer, Parkinson et Huntington.

Le bleu de méthylène, est reconnu pour ses effets antioxydants, cardio-protecteurs, antipaludiques, antifongiques et antidépressifs.

Quelles autres utilisations le bleu de méthylène a-t-il ?

Ces dernières années, le bleu de méthylène a attiré l'attention par son potentiel en tant qu'agent thérapeutique contre les maladies neurodégénératives telles que le trouble bipolaire et les maladies d'Alzheimer et Parkinson.

Le bleu de méthylène s'est avéré utile dans le traitement de maladies chroniques telles que la maladie de Lyme, le syndrome de fatigue chronique et les conditions auto-immunes.

© MISSION SANTÉ

Il est également souvent inclus dans des programmes axés sur la longévité, en partie parce qu'à faibles doses, il peut contribuer à stimuler la fonction mitochondriale et agir sur le niveau d'énergie, ce qui le rend particulièrement prometteur en tant qu'agent anti-âge. En raison de ses propriétés "nootropiques" (amélioration des fonctions cognitives), plusieurs l'utilisent comme complément pour améliorer les performances cérébrales et physiques.

Mode d'action :

L'un de ses principaux avantages est qu'il stimule les mitochondries, ces milliards d'usines énergétiques microscopiques qui font fonctionner votre corps, transformant la nourriture que vous mangez et l'air que vous respirez en énergie qui active les réactions biochimiques dans vos cellules.

La production d'énergie mitochondriale est essentielle pour revitaliser les cellules de l'organisme et les garder jeunes.

Les chercheurs savent maintenant que le déclin mitochondrial est l'un des principaux moteurs du vieillissement, de la sensation de fatigue et l'un des principaux responsables des maladies du cerveau et du système cardiovasculaire qui nous affectent en vieillissant. C'est également un puissant antioxydant.

Mais le bleu de méthylène avait aussi un défaut : sa structure chimique en faisait un **chélateur**, c'est-à-dire une molécule capable de capter les métaux lourds. Le problème, c'est qu'il captait les métaux lourds utiles à sa fabrication industrielle.

Pourquoi doit-il retrouver votre armoire à pharmacie ?

A la maison, je le trouve particulièrement bien adapté pour désinfecter les plaies bénignes, traiter les lésions de la peau ou encore soulager les maux de bouche.

Pourquoi le bleu de méthylène en particulier ?

1. Parce qu'il n'est pas agressif pour la peau contrairement à la plupart des désinfectants courants. Au contraire, il serait particulièrement efficace pour protéger et régénérer les cellules de l'épiderme.

2. Parce que son action est très large (bactéries, virus, champignons). Il peut ainsi traiter de nombreux petits problèmes locaux en toute innocuité.

Quatre applications concrètes du bleu de méthylène

UTILISATION :

Inflammation de la gorge :

Badigeonner les endroits irrités à l'aide d'un coton-tige, 1 à 2 fois par jour.

→ **Mise en garde:** Ne pas avaler, si ingéré, peut colorer l'urine ou les selles.

Bleu de méthylène pour la douleur persistante due à la **mucite buccale liée au traitement du cancer** : essai clinique randomisé de phase 2. BioMedCentral

Medicine. Roldan, C., et al. (2022). Bleu de méthylène pour le traitement de la mucite buccale liée à la radiothérapie des cancers de la tête et du cou : une cohorte non contrôlée. 14 déc. 2023

Concrètement, vous pouvez l'utiliser sans danger pour :

Soigner un aphte ou le muguet

Il vous suffit d'imbiber un bout de coton ou un coton-tige avec du bleu de méthylène et de tamponner les endroits atteints. Cela vous soulagera rapidement.

Il sera également efficace contre le muguet, une infection de la bouche provoquée par un champignon, le *candida albicans*.

Cette affection se reconnaît à des plaques blanchâtres à l'intérieur des joues, sur le palais ou sur la langue. Les nourrissons en sont souvent atteints.

Changez de coton-tige entre chaque partie traitée pour éviter de propager accidentellement le muguet sur des zones saines de la bouche.

Répétez l'opération plusieurs fois par jour pendant 2 ou 3 jours.

© MISSION SANTÉ

Soulager les affections de la peau

Des études scientifiques récentes ont démontré que le bleu de méthylène est un antioxydant de choix pour les peaux fatiguées, âgées ou abîmées.

Il favorise la cicatrisation des plaies superficielles, augmente l'hydratation de la peau et lui redonne de l'éclat.

A tel point que l'industrie cosmétique s'y intéresse fortement et commence à l'utiliser comme composant principal pour des crèmes anti-âge.

→ ★ Attention cependant à ne pas vous en servir comme soin jeunesse en mettant quelques gouttes dans votre crème de jour. Vous risqueriez de voir votre peau se teinter en bleu ! (le bleu de méthylène est un colorant très tenace).

En revanche, vous pouvez vous en servir localement pour aider une petite plaie à cicatriser, pour soulager une poussée d'eczéma ciblée ou des irritations cutanées.

La couleur bleue qui teintera votre peau à l'endroit où vous aurez appliqué le produit disparaîtra d'elle-même en quelques semaines.

Traiter une angine (mal de gorge)

Vous pouvez, là aussi, badigeonner vos amygdales avec du coton imbibé de bleu de méthylène ou tout simplement faire un gargarisme.

Pour cela, mettez simplement deux ou trois gouttes dans un verre d'eau. Votre langue va se teinter en bleu pour quelques heures mais le traitement est efficace.

Traiter une mycose de l'ongle

La méthode est très simple : appliquez du bleu de méthylène pur sur l'ongle atteint comme vous le feriez avec un vernis. Répétez ce traitement une fois par semaine jusqu'à amélioration.

© MISSION SANTÉ

Un espoir pour le déclin cognitif et la dépression

Le bleu de méthylène est utilisé depuis longtemps dans le domaine des pathologies psychiatriques. Des résultats particulièrement prometteurs ont été obtenus dans le traitement à court et à long terme du trouble bipolaire. Ses effets antidépresseur et anxiolytique sont connus et documentés.

Une étude de l'Université du Texas a également démontré que la prise d'une dose orale unique permet de stimuler la mémoire à court terme et l'attention.

Cependant, le processus neuronal qui régit ces effets prometteurs reste flou pour le moment. Les chercheurs continuent néanmoins leurs recherches car le potentiel du bleu de méthylène pour traiter à l'avenir les maladies neuro-dégénératives semble très prometteur.

→Une fois encore, n'utilisez pas du bleu de méthylène en automédication de façon irréfléchie.

Comment acheter le bleu méthylène

La qualité est importante ici. Il existe du bleu de méthylène qui se vend pour les aquariums. Ce produit est toxique parce que le produit n'est pas nettoyé des impuretés et des métaux lourds.

Il vous faudra toujours choisir un produit bénéficiant de l'appellation « USP 1% (United State Pharmacopea) ou bleu de méthylène officinal en Europe ».

Certains fournisseurs fournissent des certificats d'analyse de conformité. Les compagnies que je recommande particulièrement sont : Compass Laboratory et Organic lift.

Dans le même ordre d'idée, des études *in vitro* et *in vivo*, ont montré une efficacité impressionnante du bleu de méthylène dans l'atténuation des symptômes que peuvent engendrer les accidents vasculaires cérébraux, l'ischémie cérébrale globale, ou les lésions cérébrales traumatiques.

Bref, la potion bleue n'a pas fini de nous étonner !

ATTENTION

→ N'ingérez jamais du bleu de méthylène pur.

Il doit toujours être dilué à hauteur de 5 à 10 gouttes dans un grand verre d'eau et consommé dès la préparation faite. Je vous recommande pour ma part de l'utiliser uniquement en application locale et de consulter un professionnel de la santé en médecines alternatives pour usage interne.

En utilisation orale il peut teinter les dents, pour éviter cette situation, bien brosser vos dents après la prise et rincer la bouche. Vous pouvez utiliser une paille de préférence en acier inoxydable (pas en aluminium).

Des études ont démontrés les bienfaits du bleu de méthylène dans :

Les infections virales, le Covid, le Covid long, le Zikra, l'Ébola, le HIV-1, l'hépatite A et C. aussi pour l'inflammation cérébrale, le traumatisme crânien, le TDAH, l'anxiété, la dépression, la maladie bipolaire, la démence précoce etc.

Quelques autres bienfaits du Bleu de Méthylène pour les humains :

- Amélioration des fonctions cognitives, de la mémoire et de la concentration. Une étude en 2016 a démontré l'amélioration de la mémoire à court terme de 7% quelques minutes après la prise orale de bleu de méthylène. (voir note 1 plus bas)
- Amélioration de l'humeur et du bien-être émotionnel
- Soutien cérébral et neuroprotection (protection des cellules cérébrales contre les dommages)
- Amélioration des performances physiques et augmentation de l'énergie
- Diminution de l'inflammation
- Propriétés antiveillissement
- Amélioration de la santé cardiaque
- Diminution du risque de développement de maladies chroniques
- Protection contre les infections virales, bactériennes, fongiques et parasitaires.

Garder à l'esprit

Bien que les avantages soient fascinants, il est primordial d'aborder le bleu de méthylène avec prudence et vigilance.

- Commencez par de faibles doses et augmentez-les progressivement, en surveillant la réaction de votre corps.
- Consultez toujours un professionnel de la santé ayant une connaissance de soins avec le bleu de méthylène.
- Tenir à l'écart des yeux et des enfants.

CONTRE INDICATIONS EN USAGE INTERNE

- Déficience génétique G6PD connue (hémoglobine)
- Syndrome de sérotonine (extrêmement rare)

- Consommation d'antidépresseurs, d'opioïdes et antihistaminiques.
- Enceinte ou allaitante.
- Affection cardiovasculaire sévère, de trouble sanguin, d'insuffisance rénale, de maladie du foie.
- Affection cardiovasculaire sévère, trouble sanguin, insuffisance rénale, maladie du foie.

Un trop grand excès peut aussi causer du stress oxydatif et donc avoir un effet contraire.

Lorsqu'il est administré en concomitance avec des inhibiteurs de recapture de la sérotonine (le principe de bon nombre d'antidépresseurs), le bleu de méthylène peut s'avérer toxique, même à faible dose. Par contre la Clinique Mayo nous dit que le Paxil et le Prozac ne sont pas contre indiqués avec la prise orale de bleu de méthylène.

Alors prudence !

- (1) La concentration ou la dose doit être faible car à l'opposée de fortes doses peuvent affecter négativement la mémoire. (il est toujours plus prudent de consulter un professionnel de la santé ayant une expérience avec le bleu de méthylène avant d'en faire une utilisation interne).

Pierre Des Lauriers

www.missionsante.org/

info@missionsante.org

DISCLAIMER — Les informations partagées ici proviennent de près de 60 ans d'expérience en médecines alternatives et complémentaires, ainsi que de réflexions personnelles. Elles ne remplacent pas un avis, un diagnostic ou un traitement médical professionnel. Consultez toujours un professionnel de santé qualifié avant d'interrompre ou de modifier un traitement. L'auteur et le site ne sauraient être tenus responsables des conséquences directes ou indirectes liées à l'utilisation de ces informations.