

Avertissement: Notes prises au vol, erreurs possibles, prudence.

Mardi 5 juillet 2011

Hôpital cantonal de Genève

[Le café, un ami qui vous veut du bien](#)

Dr Th. Favrod Coune

En 2007 un éditorial de Hadengue et Negro dans la RevMedSuisRom affirmait que le café protégeait de la cirrhose (RMSR, 2007, No 1323, Gastroentero.). Le sujet est repris en 2010 dans le European journal of gastroenterology & hepatology avec le titre aguicheur: Coffee and the liver: a potential treatment for liver disease? (2010, vol. 22, no11, pp. 1277-1283).

Th. Favrod Coune qui nous parle a fait une revue en 2010 (avec B.Broers) des effets sur la santé des substances psychostimulantes (Pharmaceuticals 2010, 3(7), 2333-2361)

L'observation part du fait que si l'on a de bonnes (?) raisons d'avoir une cirrhose, plus on boit de café moins le risque est élevé.

Que cet effet ne semble pas dépendre de la caféine.

Que des substances comme le cafestol semble exercer son effet par le biais de l'induction de certaines enzymes impliquées dans la détoxification, comme la glutathion-S-transférase.

Que le café filtré c'est mieux car le papier retient les diterpènes qui ont un effet nocif au niveau cardiovasculaire.

Donc si vous piccolez, augmentez les «espressi», ça devrait protéger un peu...5 par jour à ce qu'il paraît...évidemment si ça vous donne des insomnies et que vous vous sentez de prendre une grappa pour «faire venir le sommeil» c'est la spirale infernale qui s'installe...

Peu d'alcool, peu de café, peu de tabac, peu de kilos, peu de soucis...ça reste quand même un bon principe.

Compte-rendu du Dr Eric Bierens de Haan

ericbdh@hin.ch

transmis par le laboratoire MGD

colloque@labomgd.ch