

## ETUDE du psychiatre Albert DANAN clinique du castelviel ( 31 )

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/diagnosis-diet/202207/new-study-serious-mental-illness-improves-ketogenic-diet#>

[les-schizonaut.es.fr](https://les-schizonaut.es.fr)



Georgia Ede MD – Psychiatre à Harvard

## Nouvelle étude :

Les maladies mentales graves s'améliorent grâce au régime cétogène -

Un psychiatre français constate des améliorations sans précédent chez des patients hospitalisés.

Publié le 19 juillet 2022 | Révisé par Kaja Perina - USA

Équipe éditoriale : <https://www.psychologytoday.com/us/docs/editorial-process>

## POINTS CLÉS

*Les patients souffrant de dépression majeure, de trouble bipolaire et de schizophrénie ont vu leur état s'améliorer considérablement grâce à un régime cétogène.*

Le régime cétogène s'est avéré sûr, bien toléré par la plupart des patients et facile à administrer en milieu hospitalier.

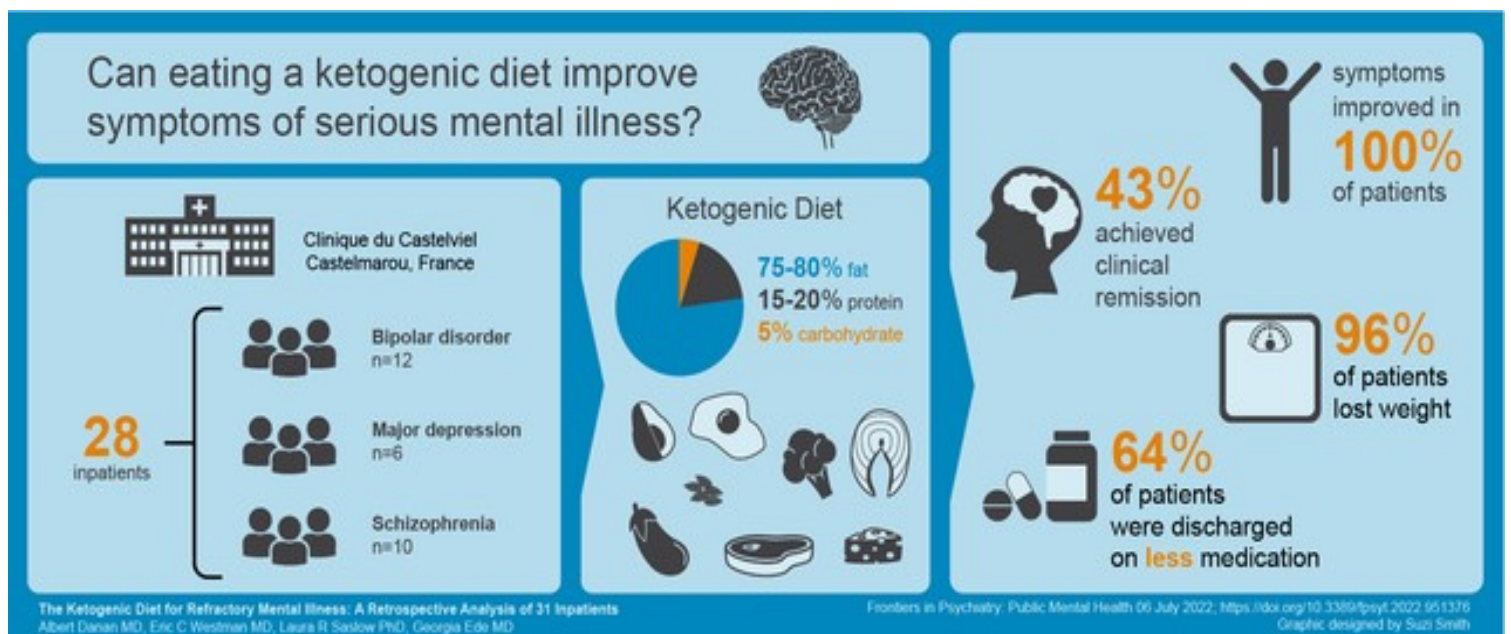
Le poids corporel, la tension artérielle, la glycémie, les triglycérides et les enzymes hépatiques se sont considérablement améliorés grâce au régime cétogène.

Soixante-quatre pour cent des patients sont sortis de l'hôpital avec moins de médicaments psychiatriques.

Une petite étude menée par le Dr Albert Danan, psychiatre à l'université de Toulouse, a montré qu'un régime cétogène à base d'aliments complets était sûr, réalisable et associé à des améliorations sans précédent de la santé mentale et physique chez des patients hospitalisés souffrant de maladies mentales graves

## Le régime cétogène pour les maladies mentales réfractaires : Analyse rétrospective de 31 patients hospitalisés (accès libre) ( <https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsy.2022.951376/full> )

castelmaurou 31180



--

[les-schizonautes.fr](https://les-schizonautes.fr)

### La source de cette étude :

Le Dr Danan est psychiatre à Toulouse, en France. La population qu'il suit se compose principalement de personnes d'origine française et nord-africaine souffrant de maladies mentales graves et persistantes, dont beaucoup souffrent également de maladies métaboliques telles que l'obésité, l'hypertension et le diabète de type 2.

Après avoir constaté une nette amélioration des crises d'épilepsie et des comportements autistiques chez un membre de sa famille quelques semaines après avoir adopté un régime cétogène, le Dr Danan s'est intéressé au potentiel de ce régime pour améliorer l'état psychiatrique et métabolique de ses patients les plus résistants aux traitements, quel que soit le diagnostic. Il a créé un programme de traitement de psychiatrie métabolique au sein de son hôpital local, où les patients souffrant de maladies mentales chroniques et ayant épuisé les thérapies psychiatriques standard pouvaient essayer un régime cétogène dans un environnement favorable et médicalement supervisé.

[les-schizonaut.es.fr](http://les-schizonaut.es.fr)

## Résultats

Les symptômes de dépression et de psychose se sont améliorés chez les 28 patients qui ont suivi le régime pendant plus de deux semaines, les améliorations devenant perceptibles au bout de trois semaines ou moins. 43 % des patients ont obtenu une rémission clinique et 64 % ont quitté l'hôpital avec moins de médicaments psychiatriques. Le Dr Danan n'avait jamais constaté un tel degré d'amélioration chez ces patients, avec lesquels il travaillait pour la plupart depuis des années, voire des décennies, et qui avaient tous été hospitalisés une ou plusieurs fois.

Les patients ont également connu des améliorations significatives des marqueurs de la santé métabolique, notamment la tension artérielle, la glycémie, les triglycérides et le poids :

Tous les patients sauf un ont perdu du poids, y compris 96 % de ceux qui prenaient des antipsychotiques, et près de la moitié ont enregistré une perte de poids cliniquement significative [définie comme une réduction  $\geq 5$  % du poids corporel]. Ce résultat encourageant constitue à lui seul un argument convaincant en faveur de l'application du régime cétogène chez les personnes qui prennent des antipsychotiques, que les symptômes psychiatriques s'améliorent ou non en réponse

au régime cétogène, car il est extrêmement difficile de contrecarrer la prise de poids induite par les antipsychotiques.

[les-schizonaut.es.fr](http://les-schizonaut.es.fr)

## Signification

Jusqu'à présent, les preuves à l'appui des régimes cétogènes spécifiquement pour les troubles psychiatriques se sont limitées à des documents d'hypothèse, à des études sur les animaux et à un nombre restreint mais croissant de rapports de cas individuels.

Comme il ne s'agissait pas d'un essai contrôlé, il n'est pas possible de déterminer dans quelle mesure le régime cétogène a pu ou non contribuer directement aux résultats rapportés. Cependant, comme c'est la première fois qu'un groupe de patients aussi important et aussi diversifié sur le plan diagnostique est traité par un régime cétogène en milieu hospitalier, ces observations cliniques permettent de combler le fossé entre les rapports de cas existants et les essais cliniques contrôlés déjà en cours dans d'autres institutions à travers le monde.

## LES BESOINS

[les-schizonaut.es.fr](http://les-schizonaut.es.fr)

Lorsqu'on lui a demandé de parler de son expérience en tant qu'investigateur principal de cette étude, le Dr Danan a déclaré : "Au cours de ma carrière, j'ai été confronté à de nombreux problèmes de santé :

Au cours de ma carrière, j'ai été frappé par les limites des thérapies conventionnelles en psychiatrie. La plupart des patients rechutent et ont une mauvaise qualité de vie. La plupart d'entre eux souffrent d'une prise de poids importante, d'obésité, de diabète, d'hypertension et de syndrome métabolique. La perte d'espérance de vie dans cette population se mesure en décennies. Il s'agit d'une question de santé publique et il faut accorder beaucoup plus d'attention à ces problèmes.

L'introduction de mesures nutritionnelles, en particulier le régime cétogène, m'a considérablement aidé à améliorer les résultats de la thérapie. Les patients ont commencé à améliorer leur état métabolique en perdant du poids, en améliorant leur tension artérielle, etc., mais surtout, j'ai observé de réelles améliorations de leurs symptômes psychiatriques tels que les hallucinations, les délires et l'instabilité de l'humeur.

Après avoir mené cette étude, je suis convaincu que les mesures nutritionnelles peuvent avoir un impact profond et conduire à des bénéfices très importants, ce qui me fait dire que cela représente la future direction à développer dans les soins psychiatriques.

## Contributions des auteurs

Albert Danan psychiatre ,MD, a conçu et mis en œuvre l'intervention et a généré des données cliniques et des observations. Georgia Ede MD a effectué l'analyse de la littérature et rédigé le manuscrit. Eric C. Westman MD et Laura R. Saslow PhD ont effectué les analyses statistiques. Tous les auteurs ont contribué à l'article et approuvé le manuscrit final.

[les-schizonautes.fr](http://les-schizonautes.fr)