

QU'EST-CE QUE LA MÉDECINE FONCTIONNELLE?

Vous est-il déjà arrivé de consulter un professionnel de la santé, de vous faire dire que vous n'avez rien... mais de continuer à vous sentir mal?

La médecine fonctionnelle, dans son approche visionnaire de la santé, incorpore les connaissances de plusieurs disciplines académiques et cliniques. Elle vise l'amélioration de la santé et de la vitalité en concentrant son évaluation et son intervention sur la ou les sources des déséquilibres métaboliques. La médecine fonctionnelle optimise la santé en restaurant, réparant et reconstruisant l'équilibre entre les systèmes psychologique, biochimique et structurel du corps.

Grâce à une approche scientifique, la médecine fonctionnelle reconnaît le fait que chaque personne est biochimiquement unique, qu'il existe un équilibre dynamique entre les facteurs internes et externes qui gouvernent le corps et que les diverses réactions de celui-ci interagissent et s'influencent constamment entre elles.

La médecine fonctionnelle utilise une approche pragmatique orientée sur la correction des déséquilibres cliniques qui causent de nombreuses maladies. Ceux-ci peuvent être attribuables entre autres à l'alimentation, l'environnement et le stress, ainsi qu'à des prédispositions génétiques.

La médecine fonctionnelle évalue le corps dans son intégralité, tout en tenant compte des interrelations complexes qui existent entre les divers systèmes. Chaque système a besoin de substances nutritives spécifiques pour fonctionner adéquatement. La médecine fonctionnelle peut identifier précisément quelles substances nutritives manquent à chaque système, permettant ainsi de recommander un traitement bien ciblé.

Bref, la médecine fonctionnelle se concentre sur la guérison de l'individu et non sur la maladie, en reconnaissant qu'une bonne santé est beaucoup plus qu'une simple absence de maladie.

Pourquoi la médecine fonctionnelle

Le concept de la médecine fonctionnelle a été créé par Jeffrey Bland en 1990, à Seattle, sur de solides bases scientifiques médicales avec une approche touchant les maladies chroniques. En 1991, Jeffrey Bland et son épouse Susan ont créé l'institut de Médecine fonctionnelle à Seattle, avec pour mission d'éduquer et de supporter les professionnels de la santé.

Appuyée sur des concepts scientifiques éprouvés, la médecine fonctionnelle ne se limite pas à une définition de ce qui est « normal » ou « anormal » ou « sain » ou « malsain ».

Qui êtes-vous réellement ? Comment métabolisez-vous vos aliments ? Comment vos gènes réagissent-ils face à l'environnement ?

La majorité des problèmes de santé surviennent à la suite de problèmes métaboliques de divers ordres : déséquilibres alimentaires, nutritifs, immuno-inflammatoires et endocriniens, dysfonctionnements intestinaux, stress oxydatif, détoxification inadéquate ou insuffisante.

Une fois la ou les causes des problèmes de santé déterminées, la médecine fonctionnelle enclenche un processus de restauration dans le but de retrouver la santé et surtout, de la conserver.

Être en bonne santé c'est beaucoup plus que de « se sentir bien ». Quand on traite les symptômes, les risques de récurrence d'une maladie existent... quand on traite la cause, on éloigne ces risques.

Le maintien d'une bonne santé passe par de multiples processus métaboliques tels que :

- La façon dont le corps gère l'élimination des toxines;
- La régulation des hormones et des neurotransmetteurs;
- Le fonctionnement du système immunitaire;
- La réponse inflammatoire;
- La digestion et l'absorption des nutriments essentiels à une bonne santé;
- L'intégrité structurelle;
- L'équilibre psychologique et spirituel;
- La façon dont le corps produit son énergie.

Tous ces processus sont sous l'influence des facteurs environnementaux associés au bagage génétique de chaque personne. En présence d'un déséquilibre, les symptômes se manifestent et sans intervention efficace, peuvent provoquer une maladie.

L'institut de médecine fonctionnelle informe les professionnels de la santé des recherches scientifiques les plus récentes et leur indique comment les mettre en application. Cette façon de faire permet vraiment d'être proactif et d'améliorer la santé tout en prévenant la maladie.

L'institut de médecine fonctionnelle offre un champ de pratique unique aux éducateurs de la santé, aux cliniciens, aux chercheurs scientifiques, aux professionnels de la santé. Il représente un pont entre le bénéfice de la science pure, de la médecine clinique et des pratiques intégratives, en utilisant une

science qui se dirige vers les génomes, épigénomes, nutriginomes, pharmacogénomes dans le but d'offrir des traitements prometteurs et innovateurs.

Sens logique, prévention, utilisation d'herbes et suppléments nutritifs, harmonisation du corps à l'esprit, sont autant d'approches complémentaires qui se marient très bien à la matrice de base de la médecine fonctionnelle.

Pour avoir un impact important sur la santé de l'individu, il faut changer la façon de réagir du corps humain. C'est le rôle du praticien en médecine fonctionnelle de déterminer le protocole personnalisé qui aura cet impact sur la cause sous-jacente des désordres.

Lucie Blouin ND.A
Membre de l'institut de Médecine Fonctionnelle