

## **Le système immunitaire, un puissant gardien**

ARTE - YouTube : <https://www.youtube.com/watch?v=d3dzLagG1Mw>

La vidéo explore en profondeur le fonctionnement, les défis et les avancées médicales concernant le système immunitaire humain. Voici un résumé des points clés :

### **## Fonctionnement du système immunitaire**

- **\*\*Rôle et Complexité\*\*** : Le système immunitaire est essentiel pour protéger l'organisme contre les agents pathogènes, les substances nocives et les cellules malignes. Il est complexe et réparti dans tout le corps, reposant sur des organes comme la moelle osseuse, le thymus, les ganglions lymphatiques et l'intestin .

- **\*\*Systèmes Immunitaires Innés et Adaptatifs\*\*** : Le système immunitaire inné réagit rapidement aux menaces dès la naissance, tandis que le système adaptatif développe une mémoire pour combattre efficacement les infections récurrentes. Les lymphocytes T et B jouent un rôle crucial dans ce dernier .

### **## Développement et Influence**

- **\*\*Impact de la Naissance sur le Système Immunitaire\*\*** : Les modes d'accouchement influencent le développement initial du système immunitaire des nourrissons. Les enfants nés par césarienne sont plus susceptibles aux infections et allergies comparés à ceux nés par voie naturelle .

- **\*\*Importance de l'Environnement\*\*** : L'exposition à divers micro-organismes durant l'enfance est cruciale pour développer une défense immunitaire robuste. Un environnement trop stérile peut augmenter le risque d'allergies .

### **## Facteurs Affectant l'Immunité**

- **\*\*Génétique et Mode de Vie\*\*** : L'immunité est influencée par des facteurs génétiques, l'âge, le sexe, le tabagisme, et l'infection par certains virus comme le cytomégalovirus. Le stress chronique affaiblit également l'immunité .

- **\*\*Rôle du Microbiote\*\*** : Un microbiote intestinal diversifié est essentiel pour un système immunitaire sain. Une alimentation riche en fibres et pauvre en aliments transformés favorise un microbiote bénéfique .

### **#Maladies Auto-immunes : Un Paradoxe du Système Immunitaire**

Le document met en lumière un aspect paradoxal du système immunitaire : sa capacité à attaquer l'organisme qu'il est censé protéger, menant à des maladies auto-immunes. Voici un développement supplémentaire sur ce sujet :

Les maladies auto-immunes se produisent lorsque le système immunitaire, normalement chargé de défendre l'organisme contre les agents pathogènes, se retourne contre ses propres cellules et tissus. Ce phénomène résulte d'une défaillance dans la reconnaissance du "soi" par le système immunitaire, qui commence à considérer certaines cellules corporelles comme étrangères. Les maladies auto-immunes incluent des conditions telles que le lupus, la polyarthrite rhumatoïde et le diabète de type 1.

**Plusieurs facteurs contribuent au déclenchement de ces maladies.** Une prédisposition génétique est souvent nécessaire, mais elle doit être associée à des facteurs environnementaux tels que des infections, des substances nocives ou un microbiome perturbé pour que la maladie se manifeste. Cette combinaison complexe de facteurs rend les maladies auto-immunes difficiles à diagnostiquer et à traiter.

**Le traitement des maladies auto-immunes vise généralement à moduler l'activité du système immunitaire pour réduire son agressivité envers l'organisme tout en préservant sa capacité à combattre les infections.** Les avancées en immunothérapie offrent de nouvelles perspectives thérapeutiques en ciblant spécifiquement les cellules responsables de ces attaques internes, bien que des défis subsistent pour atteindre un équilibre optimal entre suppression et protection immunitaire.

## ## Conclusion

Le document souligne l'importance de maintenir un équilibre dans la réponse immunitaire pour éviter qu'elle ne devienne trop faible ou excessive. Les recherches actuelles visent à améliorer notre compréhension et notre capacité à moduler cette réponse pour traiter diverses maladies, y compris les cancers et les maladies auto-immunes .

## N.D.L.R

Ce que la récente pandémie m'a appris, outre la nullité du "général Micron" durant sa "guerre" contre la covid et le peu d'importance qu'il faut accorder aux médecins de plateau TV ou radio, à l'exception évidemment de ceux qui furent blacklistés parce qu'ils refusaient la doxa en cours, c'est que pour un individu, le plus important pour sa santé, surtout quand il vieillit (notre organisme nous permet des fantaisies lorsqu'on est jeune, mais ne nous les pardonnent plus lorsque l'on n'est plus jeune), c'est la prévention.

Prévention, qui consiste essentiellement à préserver notre système immunitaire.

À condition bien entendu de n'avoir pas déjà l'avoir saccagé dans notre jeunesse. Et d'avoir eu la chance d'avoir été doté de bons gènes au départ.

Ce souci permanent de la prévention de notre système immunitaire, s'il ne fait pas l'affaire de ceux qui prospèrent sur la maladie, est beaucoup plus efficace que tous les médicaments et médecins du monde. Bien sûr, quand la maladie est là, les médecins font aujourd'hui du très

bon travail et sont indispensables. Mais, ils peuvent aussi, quand ils en ont l'envie et les moyens, nous aider à mieux préserver ce trésor.

Toutefois, c'est toujours le même problème dans notre société, la prévention, c'est-à-dire la santé, rapporte moins d'argent que la maladie. Sauf dans la Chine de jadis où le médecin de famille n'était pas payé lorsque ses patients étaient malades. Le médecin avait alors pour mission de préserver la santé, plus que de la soigner quand elle était malade.

**Pour info** : j'ai posé la question du médecin non rémunéré lorsque le patient est malade à ChatGPT 4 o et voici sa réponse :

**Ma question :**

Le fait que les médecins aux pieds nus, avant 1980, étaient rémunérés par les collectivités rurales, dont les moyens devaient être modestes, ce que j'ignorais, me laisse penser qu'effectivement ces médecins faisaient essentiellement de la prévention ainsi que des soins primaires. Et, mieux, ils faisaient leur travail de prévention, moins les soins primaires qu'ils administraient coûtaient cher à la collectivité. Autrement dit, une médecine financée par la collectivité coûtera toujours moins cher, tout en étant plus efficace qu'une médecine privée. Ce qui permet de comprendre parfaitement la formule du médecin non rémunéré quand le patient est malade. Formule qu'il convient d'éviter avec les médecins d'aujourd'hui, car elle a le don de les agacer prodigieusement.

**La réponse de ChatGPT 4 o**

**Avant les réformes économiques des années 1980, les médecins aux pieds nus en Chine étaient effectivement rémunérés par les collectivités rurales, principalement à travers les coopératives des villages.** Ce système était conçu pour garantir un accès égalitaire et à moindre coût aux soins médicaux pour la population rurale. Les médecins aux pieds nus recevaient une formation de base pour fournir des soins primaires et des services de prévention, tels que la vaccination et la prescription de médicaments de base[1][2].

Le financement de ces médecins provenait du revenu collectif généré par l'agriculture et d'autres activités économiques locales, ce qui signifiait que leurs ressources étaient modestes. Les patients payaient de petites primes et des frais minimes pour les consultations et les médicaments, avec une participation financière des gouvernements locaux[2]. **Ce modèle mettait l'accent sur la prévention, car des communautés en meilleure santé nécessitaient moins de soins coûteux, ce qui réduisait les dépenses globales de santé pour la collectivité.**

Cette approche reflète l'idée que la **prévention est plus économique que le traitement curatif, un concept qui pourrait expliquer l'idée que les médecins**

**n'étaient pas rémunérés lorsque le patient était malade.** En effet, en maintenant la population en bonne santé grâce à la prévention, les coûts associés aux soins curatifs étaient minimisés[2][3].

Cependant, avec les réformes économiques introduites par Deng Xiaoping, **ce système a été démantelé en 1980** et les médecins ont dû s'adapter à un environnement où ils dépendaient davantage des revenus directs tirés des soins prodigués aux patients[3].

**N.D.L.R** : j'espère que lorsque notre monde ira très mal, ce qui tardera beaucoup moins qu'on ne le pensait, il n'y a pas si longtemps, la médecine reviendra aux fondements de la médecine chinoise. En attendant, c'est aux particuliers comme vous et moi qu'il appartient de comprendre, le plus vite possible, les bienfaits extraordinaires de notre système immunitaire. Et, de tout faire pour le conserver le plus longtemps possible.

#### **Sources:**

[1] <https://journals.openedition.org/perspectiveschinoises/pdf/7493>

[2] <https://missionsetrangeres.com/eglises-asie/2002-11-16-le-delabrement-du-systeme-rural-de-sante/>

[3] [https://www.medecinesciences.org/en/articles/medsci/full\\_html/2021/09/msc200553/msc200553.html](https://www.medecinesciences.org/en/articles/medsci/full_html/2021/09/msc200553/msc200553.html)

[4] <https://www.who.int/fr/director-general/speeches/detail/china-s-growing-contribution-to-health-at-home-and-on-the-global-stage-lecture-at-the-chinese-academy-of-governance>

[5] <https://www.inegalites.fr/Chine-le-prive-au-secours-du-public>