

// Le foie

// En quelques chiffres

- 🦋 Exerce plus de **500** fonctions
- 🦋 Pèse **2%** du poids du corps (comme le cerveau)
- 🦋 Contient **10%** du sang de l'organisme à tout moment
- 🦋 Filtre **~ 1.4** litre du sang à la minute
- 🦋 Secrète **1** litre de bile par jour
- 🦋 Stocke **48h** de réserve en glycogène
- 🦋 Fabrique **70%** du cholestérol total

Pour vivre, notre organisme doit se développer et maintenir les fonctions des organes, des tissus et donc les cellules qui les constituent.

L'assimilation quotidienne des nutriments, la respiration garantissent notre survie physique. Des éléments du milieu extérieur deviennent chaque jour nous-mêmes; d'autres, usés, sont éliminés.

Cette appropriation du milieu extérieur qui devient notre intérieur nécessite des étapes telles que la digestion, l'absorption à travers la paroi de l'intestin et autres transformations afin que les aliments, par exemple, deviennent nos muscles, nos poumons, notre cerveau. De la même façon, certaines substances, des vitamines par exemple, vont se révéler utiles ou bien d'autres, certains métaux par exemple, seront nuisibles à la constitution de notre corps.

Il est dès lors facile d'admettre la nécessité d'une étape intermédiaire qui surveille, transforme, élimine si besoin les apports entrants au-delà de l'intestin : c'est le foie.

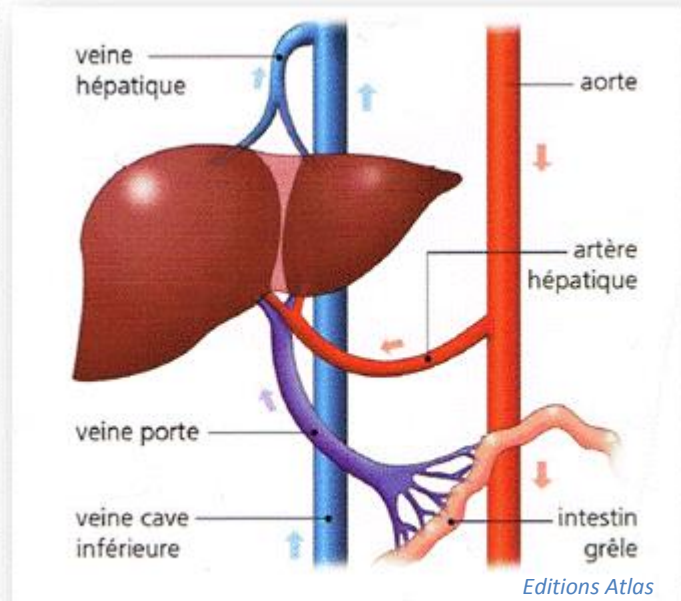
- Un organe volumineux en rapport intime avec l'intestin par un gros vaisseau sanguin qui lui apporte tout le sang chargé des nutriments issus de la digestion (la veine porte);
- Directement relié à l'intestin dans lequel il déverse la bile;
- Mais aussi relié à l'ensemble des autres organes par la circulation sanguine générale grâce à laquelle les nutriments sélectionnés sont mis à leur disposition;
- Un organe dont les cellules actives écoulent leurs sécrétions vers l'extérieur ou l'intérieur : c'est une glande ; il est mou mais cependant très structuré et compartimenté.



// Un carrefour de liquides physiologiques

Imaginons une éponge gorgée de différents liquides ayant chacun son trajet distinct afin de ne pas se mélanger. Toutes les cellules du foie sont nourries par le sang artériel : tissus de soutien et toutes les cellules actives spécifiques. Le sang veineux entrant par la veine porte irrigue tous les espaces bordés par les hépatocytes (cellules du foie) qui en absorbent les composés. Ces mêmes hépatocytes (au nombre de centaines de millions) effectuent leur travail de transformation ou stockage et émettent leurs sécrétions :

- soit dans le circuit biliaire : acides biliaires, bilirubine (0.5 à 1litre/j)
- soit dans le circuit sanguin veineux sortant,
- soit dans le circuit lymphatique (près de la moitié de la lymphe thoracique vient du foie).



La quantité totale des liquides quittant le foie est très importante. Le foie et ses hépatocytes ne peuvent fonctionner qu'avec beaucoup d'eau.

Les fonctions des hépatocytes :

Plusieurs catégories de cellules sont spécifiques du foie mais nous n'évoquons ici que la plus importante (80%) : les hépatocytes.

Les hépatocytes sont chargés de :

- stockage et déstockage (glucose, fer...)
- fabrication de protéines intervenant dans l'immunité, dans la coagulation (lipides de transport des stérols facteurs de la coagulation) ; précurseurs de plusieurs hormones notamment des stérols,
- dégradation, élimination (détoxification) des déchets provenant du fonctionnement normal de l'organisme. Ainsi doivent être éliminés : l'azote des acides aminés qui est piégé sous forme d'urée ; la bilirubine venant des vieilles hématies dégradées dans la rate éliminée par la bile puis les selles, les stérols.



Des composés inutiles à l'organisme venant de l'extérieur tels que polluants, toxiques ... doivent également être rejetés

Les hépatocytes sont dotés de systèmes enzymatiques adaptatifs très performants afin de solubiliser et de rejeter ces molécules indésirables. Ces processus font apparaître des étapes oxydantes nécessaires aux transformations à réaliser et sont eux-mêmes sécurisés par des dispositifs antioxydants.

En cas de surexposition à des toxiques, ces systèmes de détoxification peuvent se saturer et s'engorger ou bien les dispositifs antioxydants se révéler insuffisants.

Dans ce cas, les cellules hépatiques sont en souffrance, elles peuvent mourir en grand nombre. Mais la capacité de régénération structurelle, cellulaire, métabolique du foie est remarquable : une zone lésée, voire morte, sera remplacée par le tissu sain voisin.

Sa fiabilité, sa capacité de résistance supérieure à celle d'autres organes incitent à considérer le foie comme inébranlable.

Cependant le surmenage qui lui est imposé par certaines conditions (environnement, modalités d'existence, alimentation, usage de toxiques) peut aboutir à une dégradation globale parfois très difficile à récupérer ou irréversible.

Quelques dysfonctionnements qu'il est nécessaire de corriger:

- Mauvaise évacuation de la bile. C'est le plus communément évoqué – procéder à un drainage des voies biliaires. Leur engorgement finit par déterminer d'autres troubles.
- Diminution de l'activité métabolique des hépatocytes ou « saturation » : les enzymes chargés d'assurer la transformation des substances nutritives ou des composés « indésirables » manquent de potentiel ou se révèlent insuffisants face à une demande accrue ou répétée.
- Un « encrassement » par les toxiques à évacuer s'installe et se répercute sur l'ensemble de l'organisme. Dans cette situation, toutes les fonctions hépatocytaires sont amoindries et perturbent de nombreux domaines : immunitaire, respiratoire, énergétique, capacité de réparation des plaies. Il faut procéder à une cure de détoxification.
- Installation d'une inflammation du tissu hépatique = hépatite quelle qu'en soit la cause – toxique, médicamenteuse, virale, auto-immune, au cours de laquelle l'inflammation du parenchyme hépatique traduit la souffrance cellulaire et la mort des hépatocytes. Selon l'intensité et la durée de l'atteinte, la disparition de larges zones d'activité laisse place à un tissu de remplacement non fonctionnel, fibreux. L'état de fibrose s'installe et peut dégénérer en cirrhose.

Des plantes sont connues pour pallier ces dysfonctionnements; un praticien de santé averti saura vous en informer.

