



LA PASSIFLORE

Passiflora incarnata

La passiflore fait partie de la famille des Passifloracées. C'est une plante grimpante à tige originaire d'Amérique du Nord et du Sud. La Fleur de la Passion est nommée ainsi car chaque partie de la plante rappelle la Passion du Christ : les vrilles rappellent le fouet; les fleurs à 3 pointes, la lance; les 3 styles de la plante, les clous. Elle est utilisée depuis de nombreuses années pour traiter l'insomnie, l'anxiété, l'épilepsie, le sevrage tabagique ou aux opiacées et l'asthme. On utilise les parties aériennes séchées.

- **Composition :**

La passiflore contient des alcaloïdes (harmal, harmine), des flavones (vitexine, shaftoside), des flavonoïdes (kaempférol, quercétine, chrysine, apigénine, lutéolol), des acides phénols, des coumarines et des phytostérols. L'harmine est un puissant inhibiteur de la monoamine oxydase. L'apigénine est un ligand compétitif pour les récepteurs benzodiazépines centraux.

- **Effet anxiolytique et sédatif :**

Pour Dhawan & al (2001), les feuilles, la fleur et la plante entière ont des propriétés anxiolytiques.

Dans une étude réalisée sur 36 personnes atteintes d'anxiété généralisée qui ont reçu soit un traitement à base d'oxazépam soit un traitement à base de fleur de la Passion, au bout de 4 semaines, les résultats ne montrent aucune différence entre les 2 traitements. Cela signifie qu'il y a une efficacité équivalente entre les benzodiazépines et la passiflore. Bien que l'effet soit moins rapide avec la passiflore qu'avec les benzodiazépines, les patients du groupe passiflore sont plus satisfaits puisqu'ils rapportent moins d'impact sur leur performance au travail (LAKHAN & Vieira, 2010). Plusieurs études démontrent l'activité anxiolytique de la passiflore grâce son effet GABAergique. Chez la souris placée dans un labyrinthe et recevant 375mg/kg d'extrait, l'effet est comparable au diazépam (GRUNDMANN & al, 2008). Pour Appel & al (2011), les différents effets de la passiflore sont dus à la modulation du système GABA, de son affinité pour les récepteurs GABA A et B, et de l'inhibition de la recapture du GABA.

Une étude réalisée chez 40 patients devant subir une intervention chirurgicale dentaire, ont reçu soit du midazolam soit de la passiflore 30 minutes avant l'acte médical. Un questionnaire leur a été fourni. Leur saturation en oxygène, leur fréquence cardiaque et leur pression sanguine ont mesurés pendant la chirurgie. Résultat : il n'y pas de différence significative entre les deux protocoles au niveau de tous les résultats enregistrés. La passiflore montre un effet anxiolytique similaire au midazolam (DANTAS & al, 2017).

- **Effet anticonvulsivant :**

L'effet de la passiflore peut être inhibé par des antagonistes des benzodiazépines, ce qui implique une forte relation entre les récepteurs aux benzodiazépines et la passiflore. Les flavonoïdes de la passiflore se lient avec une forte affinité aux sites des benzodiazépines des récepteurs GABA A, mais de façon différente des benzodiazépines (ELSAS & al, 2010).

Chez l'homme comme chez la souris, l'épilepsie et la dépression sont liées. On note souvent un état dépressif en post-ictal. L'inconvénient majeur est que les médicaments antidépresseurs peuvent abaisser le seuil de déclenchement des crises d'épilepsie, et que les médicaments antiepileptiques (ex : Diazépam) peuvent être responsable d'une dépression. L'alopathie ne fournit pas de solution à ce dilemme. D'où l'intérêt de recourir à la phytothérapie et à Passiflora incarnata qui possède des effets calmants au niveau du système nerveux central grâce à ses flavonoïdes (chrysine) et qui agit comme agoniste des récepteurs aux benzodiazépines. De plus, la passiflore augmente la concentration du GABA au niveau des neurones de l'hippocampe, et grâce à ses alcaloïdes (harmal), elle est antidépresseur par inhibition de la Mono Amine Oxydase. Tous ces mécanismes d'action permettent d'améliorer les épisodes dépressifs sans diminuer le seuil de déclenchement des crises. Toujours dans la même étude, les souris ont reçu du pentylènetétrazol pour provoquer un état épileptique. Ensuite, elles ont reçu soit un placebo, soit du Diazepam ou de la passiflore (150, 300 et 600mg/kg). Les souris ayant reçu de la passiflore ont des niveaux en sérotonine et en noradrénaline supérieurs au groupe témoin et ce de façon dose dépendante. On note aussi une diminution de la sévérité des crises convulsives ainsi que de la durée de la période d'immobilité (aussi de façon dose-dépendante). Bien que le Diazepam améliore plus rapidement la sévérité des crises, il empire l'état dépressif et augmente la période d'immobilité (SINGH & al, 2012).

- **Amélioration des troubles du sommeil :**

Chez l'homme, une étude en double aveugle avec placebo, a démontré l'efficacité du thé à la passiflore pour lutter contre l'insomnie. La passiflore améliore la qualité du sommeil de façon significative comparé au placebo (NGAN & al, 2011).

Il a été prouvé que l'insomnie chronique provoque des modifications cérébrales entraînant de la perte de mémoire due à la production de ROS et d'inflammation. Si cela persiste, l'insomnie provoque la maladie d'Alzheimer. La vitexine fait partie des principes actifs de la Passiflora incarnata, et joue un rôle majeur pour favoriser le sommeil. On a testé l'administration répétée de passiflore dans le but d'améliorer la mémoire en favorisant la neurogenèse de l'hippocampe chez la souris. Le groupe traité montre une augmentation du facteur neurotrophique (BDNF) au niveau de l'hippocampe par rapport au groupe non traité.

De plus, une analyse quantitative de la protéine Tau (marqueur de la maladie d'Alzheimer) montre que sa concentration est significativement diminuée dans le groupe recevant de la passiflore. La passiflore permet donc d'améliorer la mémoire et l'apprentissage, et de prévenir la maladie d'Alzheimer (KIM & al, 2019).

- **Amélioration de l'asthme :**

La vitexine diminue la migration des éosinophiles, de neutrophiles et des monocytes dans le liquide broncho-alvéolaire. Histologiquement, la vitexine diminue l'infiltration leucocytaire, la production de mucus et l'œdème pulmonaire. On note aussi une diminution des IgE plasmatiques. La vitexine, que l'on retrouve aussi dans l'aubépine, montre une bonne efficacité dans la gestion de l'asthme d'origine allergique (VENTURINI CL & al, 2018).

Docteur Vétérinaire
Estelle LHOEST

DEA en Nutrition |
DU en Phytothérapie et Aromathérapie

