

Le « super-odorat » des chimicosensibles multiples

Si l'organe de l'olfaction est moins développé chez l'être humain que chez d'autres espèces animales, il arrive que certaines personnes « bénéficient » d'un « super-odorat » : les chimicosensibles. En réalité, un cadeau empoisonné...

La chimicosensibilité multiple (ou MCS) n'est pas une maladie allergique, ni une simple incompatibilité olfactive (l'ancien terme, très impropre, de SIOC pour syndrome d'intolérance aux odeurs chimiques, doit être abandonné), et non plus une maladie psychique. Les personnes touchées par la MCS ne sont pas juste incommodées par des odeurs, elles réagissent physiologiquement au grand nombre des molécules chimiques qui composent ces odeurs. (1)

La MCS est une pathologie qui peut toucher des catégories de personnes très variées : variées par leur âge, par les circonstances d'apparition, par leur situation sociale, par leur activité professionnelle, etc.

Il s'agit à la fois d'une pathologie neurologique – cette maladie résulte d'une sensibilisation neuronale (2) – et d'une maladie environnementale – liée à la pollution ambiante croissante (3).

Le nombre de malades est sans doute très largement sous-estimé : les cas apparus après contamination aiguë ou chronique, accidentelle et/ou professionnelle sont les plus faciles à recenser, mais ils ne représentent qu'une petite partie des malades ; de très nombreuses personnes peuvent, en effet, même en être atteintes sans le savoir...

L'estimation de la part des personnes souffrant de MCS par rapport à la population mondiale varie entre 3 % et 25 % (4), selon les études de la Dre Anne Steinemann, avec un retentissement allant de « minime » à « catastrophique » sur la vie quotidienne des malades : d'une « vie presque normale en prenant des précautions » à une « exclusion sociale totale ».

Les symptômes de la MCS

Les symptômes de chimicosensibilité ne sont pas spécifiques et peuvent être très différents d'une MCS à l'autre ; peuvent même coexister plusieurs groupes de symptômes chez une même personne en fonction des différents produits chimiques auxquels elle est exposée...



Les personnes touchées par la MCS ne sont pas juste incommodées par des odeurs, elles réagissent physiologiquement aux molécules chimiques qui composent ces odeurs...

Il peut s'agir de troubles respiratoires, de troubles digestifs, de troubles sensoriels, de troubles neurologiques, de troubles ORL... Mais le diagnostic est permis par un élément constant : la répétition des symptômes, par crise, à chaque exposition, à un ou plusieurs produits chimiques, que l'exposition se fasse par inhalation, contact cutané ou ingestion, et ce, même à très faible dose.

L'hyperosmie (odorat très développé) est retrouvée chez la majorité des personnes atteintes de MCS (dans les cas sans intoxication initiale évidente) : c'est pour elles un « super-pouvoir » qui les protège, leur permettant de ne pas rester en contact avec les produits chimiques qu'elles ne supportent pas ; mais il leur rend aussi la vie impossible, en limitant leur accès à... presque tout (lieux publics, écoles, centres de soins, entreprises, théâtres, cinémas, bureaux, administrations...).

Les causes de la MCS

Faute de vraie recherche sur ce sujet, les causes étiopathologiques ne sont pas officielle-

ment établies ; mais l'hypothèse d'un syndrome de sensibilisation centrale a été proposée. (2)

Si, initialement, l'odorat développé peut servir à repérer un danger et à s'en écarter, l'activation excessive de certains récepteurs chez les MCS conduit à la mise en place d'un « arc réflexe » ou sensibilisation centrale. Les réactions deviennent de plus en plus importantes lors de contact avec des doses de produits devenant de plus en plus faibles et avec des produits chimiques de plus en plus variés. Un cercle vicieux s'est alors installé.

Si l'on parvient à diminuer l'hyperactivation de ces récepteurs, par voie médicamenteuse ou naturelle, les symptômes des crises seront moins violents, la personne chimicosensible pourra alors mener une vie plus proche de la normale.

Mais persistera la responsabilité de l'hyperpollution chimique (entre autres pollutions) dans laquelle nous vivons ; les chimicosensibles peuvent être parfaitement en forme dans un environnement non pollué. La pollution chimique ambiante est d'ailleurs suspectée d'être à l'origine de très nombreuses pathologies, chez l'adulte et chez l'enfant. La priorité serait de la limiter très rapidement dans tous les domaines !

Les solutions de bon sens

Pour les personnes souffrant de MCS comme pour celles qui pourraient le devenir, les solutions de bon sens sont très simples : diminuer la pollution à chaque fois que c'est possible !

Supprimer, bannir les polluants évitables, et notamment les produits inutilement emplis de parfums de synthèse (dans certains produits d'hygiène – gels douche, shampoings, etc. – produits d'entretien, lessives, etc.) dont l'utilisation est vantée *ad nauseam* par les publicités. Ce ne sont pas les parfums chimiques de synthèse, pourtant omniprésents dans les produits de consommation courante (et, malheureusement, même dans les produits pour bébés), qui lavent, détachent, détartrent ■ ■ ■

FUTAINÉ

LE FABRICANT FRANÇAIS
DE LITERIE EN COTON BIO



COTON BIO
100%
FABRIQUÉ
EN FRANCE

Une literie évolutive

un concept innovant : composez vous-même votre couchage selon votre envie !

Plus de ressort ?
Plus de moelleux ?
Plus de confort ?
Maintenant, c'est vous qui décidez, nous réalisons.



Les Couettes, matelas, oreillers et linge de lit

Naturellement anallergique et anti-bactérien, le coton est une garantie d'hygiène et de confort. Contrairement à d'autres matières, il ne se charge pas en électricité statique, favorisant ainsi un sommeil de qualité.

DEMANDEZ NOTRE CATALOGUE GRATUIT

Par courrier :
Zone Artisanale de Joulieu
09000 Saint-Jean-de-Verges
Par téléphone : 05 61 05 09 62
Par mail : info@futaine.com

www.futaine.com

5186F308



© F&S studio/AdobeStock.

La solution, au final, pour les personnes souffrant de MCS est simplissime : ne pas polluer son environnement avec des produits parfumés mais, à la place, aérer !

■ ■ ■ ou désodorisent ! Quant aux produits riches en huiles essentielles (pour beaucoup d'entre elles, allergisantes), ils indisposent également les malades.

Les produits chimiques ou huiles essentielles ne sont pas perçus olfactivement par la majorité de la population du fait de leur multiplicité dans l'air intérieur : les différents éléments de nettoyage, tout comme les éléments de décoration, de rénovation, etc., dégagent des COV (composés organiques volatils) ; le problème est donc que la multiplication de ces derniers dans notre quotidien augmente leur dangerosité, immédiatement et à long terme.

La solution, au final, est simplissime : ne pas polluer son environnement par les parfums d'ambiance, les bougies parfumées, les vaporisations de sprays destructeurs d'odeurs, etc. Mais, à la place, aérer ! Attention également aux diffusions d'huiles essentielles et d'encens, qu'ils soient synthétiques ou naturels, et qui peuvent, comme les huiles essentielles, provoquer des symptômes pour les malades.

En guerre contre le tout-parfumé pour vivre en paix en société

Les super-pouvoirs de guetteurs que sont les chimicosensibles font d'eux des lanceurs d'alerte, de plus en plus relayés, même, par des non-malades (ou des non-encore-malades, pourrait-on dire...).

A ce titre, ils demandent aux citoyens de se mobiliser contre le tout-parfumé. A-t-on vraiment besoin de « logos olfactifs » dans les magasins ou les banques ? de jouets parfumés pour les enfants ? d'une eau de repassage parfumée ? d'encre parfumée ? de textiles parfumés ? et de transports en commun, métros ou trams, odorisés comme cela se fait déjà dans différentes villes de France (Lille, Lyon, Montpellier, Versailles) ?

Les malades souhaitent vivre mieux et en finir avec l'exclusion sociale que leur pathologie leur impose, ils n'aspirent pas à seulement supporter tous ces polluants responsables de pathologies graves à plus ou moins long terme dans la population générale. En effet, pourquoi tolérer les phtalates (qui, selon le Réseau environnement santé, sont des perturbateurs endocriniens responsables d'une grande pollution environnementale car ubiquitaires (3)), alors que les pesticides, l'hydrogène sulfuré, les métaux lourds, les éthers de glycol, le monoxyde de carbone, etc. sont déjà combattus ? ■

Christine Malfay-Regnier et Catherine Lemasson.

Actuelle et ancienne présidentes de l'association SOS MCS.

SOS MCS

L'association des malades hypersensibles chimiques français existe depuis 15 ans et rassemble des malades pour les aider à mieux vivre leur maladie. Comprendre pour mieux lutter afin de briser la solitude des malades et contribuer à diffuser une information auprès de soignants.

Site : www.sosmcs.org

1. Pall M. L., « Multiple chemical sensitivity: Toxicological questions and mechanisms », *General and Applied Toxicology*, 2009.
2. Pall M. L., *Explaining « Unexplained Illness » – Disease Paradigm for Chronic Fatigue Syndrome, Multiple Chemical Sensitivity, Fibromyalgia, Post-Traumatic Stress Disorder, Gulf War Syndrome and Others*, chapitre 16, Harrington Park (Haworth) Press, 2007.
3. Azuma K. *et al.* « Chemical intolerance: involvement of brain function and networks after exposure to extrinsic stimuli perceived as hazardous ». *Environ Health Prev Med*, 2019.
4. Colloque à l'Assemblée nationale « Crise sanitaire des Maladies Chroniques : les maladies environnementales émergentes nous alertent », octobre 2014, sous l'égide du Réseau environnement santé (RES). « Stratégie nationale Perturbateurs endocriniens », RES, mars 2019 : voir le site de l'association SOS MCS.
5. Steinemann A. *et al.*, « Fragranced consumer products: Chemicals emitted, ingredients unlisted, Environ Impact », *Asses Rev*, 2010.
6. Steinemann A., « Fragranced consumer products: exposures and effects from emissions », *Air Qual Atmos Health*, 2016.
7. Steinemann A., « International prevalence of chemical sensitivity, co-prevalences with asthma and autism, and effects from fragranced consumer products », *Air Qual Atmos Health*, 2019.