



Safran et Fibromyalgie

Etude

Shakiba M et al., Saffron (Crocus sativus) versus duloxetine for treatment of patients with fibromyalgia : a randomized double-blind clinical trial. Avicenna Journal of Phytomedicine, Nov-Dec 2018 ; 8(6) : 513-523.

Résumé

Le safran aurait une efficacité comparable à celle de la duloxétine dans le traitement de la fibromyalgie.

La fibromyalgie est une affection chronique caractérisée par une douleur diffuse ou des sensations de brûlure dans toutes les parties du corps accompagnée d'une fatigue profonde, avec des troubles du sommeil, des dysfonctionnements cognitifs, des troubles dépressifs et de l'anxiété, des maux de tête et différentes manifestations d'allure psychosomatique. Elle touche 2 à 5 % de la population avec une préférence pour les femmes âgées de 30 à 50 ans.

Des troubles dépressifs majeurs sont fortement prévalents chez les personnes souffrant de fibromyalgie atteignant 22 à 90 % d'entre elles, selon les différentes études. Une diminution des sécrétions de sérotonine et des altérations dans le système sérotoninergique seraient les principaux responsables des troubles dépressifs. Par ailleurs de faibles concentrations de sérotonine et de norépinéphrine (noradrénaline) sont impliquées dans les symptômes psychiques et les douleurs de la fibromyalgie.

La duloxétine améliore principalement les symptômes dépressifs et la douleur de la fibromyalgie avec des effets minimes sur les troubles du sommeil et la fatigue.

Le safran a montré des effets bénéfiques sur des troubles dépressifs et sur l'anxiété, tout comme sur des modèles animaux de douleurs chroniques. Certaines études montrent son efficacité de façon comparable à celle du citalopram et de la duloxétine, deux inhibiteurs sélectifs de la recapture de la sérotonine. De plus, le safran a de puissantes propriétés antioxydantes ainsi que des effets anti-inflammatoires et neuroprotecteurs.

Un essai clinique randomisé en double aveugle compare l'efficacité du safran et de la duloxétine dans le traitement des symptômes de la fibromyalgie. Soixante-cinq patients, hommes et femmes, âgés de 18 à 60 ans, diagnostiqués avec une fibromyalgie ont reçu quotidiennement pendant 8 semaines 15 mg de duloxétine ou 30 mg d'un extrait de safran.

Les résultats montrent une efficacité comparable de l'extrait de safran et de la duloxétine sur les symptômes de la fibromyalgie. D'autres études devront venir confirmer l'intérêt du safran dans le traitement de cette maladie.