

Levure de riz rouge... une alternative naturelle aux statines loin d'être anodine

Cabinet du Dr Frédéric HURSON

Adresse du site : www.docvadis.fr/docteur.frederic.hurson

Sur la base de ces données, les experts de cette publication ne recommandent pas d'utiliser les préparations à base de levure de riz rouge comme alternatives thérapeutiques chez les patients ayant besoin d'un hypolipémiant et réclamant une option naturelle ou ne tolérant pas les statines, ni en complément de ces dernières, tant que la fabrication de ces préparations ne sera pas mieux encadrée.

La levure de riz rouge est un complément alimentaire connu pour réduire les taux de cholestérol et elle constitue parfois une alternative aux hypocholestérolémiants lorsque les patients refusent ces traitements ou qu'ils ne les tolèrent pas ou encore lorsqu'ils demandent spécifiquement des traitements naturels. La levure de riz rouge contient un champignon, *Monascus purpureus*, qui a également été utilisé dans la fabrication de la lovostatine, première statine commercialisée et chimiquement identique à ce produit (non disponible en France). Le principe actif qui bloque la production du cholestérol est la monacoline K, or il est pratiquement impossible de prédire la relation dose-efficacité et les effets indésirables des préparations de levure de riz rouge, du fait de la variabilité de ces dernières. En 2013, la HAS, tout comme la FDA, ont alerté sur le manque d'assurance concernant l'efficacité, la sécurité et l'insuffisance de standardisation dans les méthodes de fabrication des préparations à base de levure de riz rouge. Une équipe américaine vient de réaliser une revue de la littérature afin de mieux apprécier les preuves disponibles sur l'efficacité et la sécurité de ce composé.

Méthodologie

Une revue de la littérature a été menée à partir de différentes bases de données afin d'identifier les essais cliniques contrôlés évaluant l'efficacité et la tolérance de la levure de riz rouge.

Résultats

- Les données issues de la littérature montrent que les sujets traités par de la levure de riz rouge présentent occasionnellement les mêmes effets indésirables graves que ceux survenant sous statines (myopathie, rhabdomyolyse, et hépatotoxicité).
- Par ailleurs, certains lots de culture de riz rouge peuvent contenir des produits chimiques toxiques s'ils sont cultivés en utilisant des insecticides et/ou pesticides.
- Jusqu'à 80% des produits à base de levure de riz rouge contiennent des taux élevés de la citrinine, une mycotoxine néphrotoxique pouvant conduire à l'insuffisance rénale.
- Les auteurs mentionnent qu'il serait utile de réaliser des essais cliniques contrôlés avec plusieurs compléments à base de levure de riz rouge. Mais à ce jour, tant qu'il n'y a pas de règles normalisant la production de ces produits, ces essais seraient ininterprétables.
- L'efficacité de ces préparations commerciales est également extrêmement différente d'un produit à un autre puisqu'elle dépend de la concentration en monacoline K. Les producteurs de riz rouge et les fabricants de levure de riz rouge sont donc bien incapables d'assurer l'efficacité et la sécurité de leur production.
- Une étude ayant évalué les concentrations en monacoline K de 12

préparations de levure de riz rouge commercialisées a montré que celles-ci variaient d'un facteur 1 à 11.

- Malgré la publication de plusieurs rapports mettant en évidence la satisfaction de ces préparations, aucune de ces préparations n'est aussi standardisée et contrôlée qu'une préparation pharmaceutique.
- L'efficacité des préparations à base de levure de riz rouge tout comme celle des statines présente de fortes variabilités inter-individuelles. Cependant, pour les premières, il est impossible de savoir si les variations d'efficacité sont liées aux variations inter-individuelles et/ou aux variations de concentrations en monacoline K des différentes préparations et des différents lots.

À retenir

Sur la base de ces données, les experts de cette publication ne recommandent pas d'utiliser les préparations à base de levure de riz rouge comme alternatives thérapeutiques chez les patients ayant besoin d'un hypolipémiant et réclamant une option naturelle ou ne tolérant pas les statines, ni en complément de ces dernières, tant que la fabrication de ces préparations ne sera pas mieux encadrée.