

Le lait de jument

1-. Introduction : le lait de jument

2-. Propriétés générales.

3-. Lait de jument : formats

4 -. Maladies et les mécanismes d'action spécifique

5 -. Composition et caractéristiques des composants

6 -. Avertissements et attention

7-. Traitements -

Références

1-: Introduction au lait de la jument

01.01 -. Le lait de jument

Le lait de jument est un aliment naturel

Les juments ont, comme tous les mammifères femelles, des glandes mammaires qui sécrètent ce qui devrait être la seule nourriture pour leurs enfants durant les premiers stades. Il s'agit d'une substance liquide blanchâtre qui contient de l'eau, de protéines, de la graisse et du sucre ainsi que des vitamines, des minéraux et d'autres substances azotées. Une de ses fonctions est de rassembler tous les éléments nécessaires pour le bon développement et un sevrage rapide du poulain en plus de lui fournir l'énergie dont il a besoin pour mener une vie active et alerte.

Le lait de jument est, en particulier dans la composition chimique et la teneur en protéines, assez similaire au lait maternel humain. (Businco et al. 2000)

01.02 -. Historique

Selon les références historiques, la domestication du cheval a eu lieu en Asie centrale, en particulier au Kazakhstan aujourd'hui. Outram et al. dans un article publié dans la revue Science en 2009 suggèrent que les premières domestications datent de la culture néolithique. En plus de preuves archéologiques démontrant la domestication des chevaux, on a également trouvé des preuves laissant penser que le lait était déjà exploité à cette époque.

Des récipients en céramique datant de 3500 avant JC ont été retrouvés contenant des traces de certaines graisses ne pouvant être trouvées que dans le lait de jument. Par conséquent, ils concluent que les résidents actuels de l'Asie centrale ont bu du lait de jument et ses dérivés. Par exemple, la boisson nationale de Mongolie est un dérivé du lait de jument (Koumiss ou Airag).

01.03 -. Généralités

	Jument	Humain	Vache
Lipides (g / kg)	12.1 (5-20)	36,4 (35-40)	36.1 (35-39)
Protéine totale (g / kg)	21.4 (15-28)	14.2 (9-17)	32.5 (31-38)
Lactose (g / kg)	63,7 (58-70)	67,0 (63-70)	48,8 (44-49)
Cendres (g / kg)	4,2 (3-5)	2,2 (2-3)	7,6 (7-8)
Calories (kcal / kg)	480 (390-550)	677 (650-700)	674 (650-712)

Source: Malacarne et al. (2002)

En comparaison avec le lait maternel et le lait de vache, le lait de jument est le moins élevé en matière grasse des trois. Il a une teneur en protéines qui se trouve entre le lait humain et le lait de vache. Il a une teneur en lactose similaire au lait humain, qui est supérieure à celle du lait de vache.

En comparant ces trois types de lait, on s'aperçoit que le lait de jument contient moins d'énergie, mais on doit tenir compte du fait qu'une grande partie de l'énergie fournie par le lait provient surtout des sucres et moins des graisses. Par conséquent, l'énergie que nous donne le lait de jument est une énergie immédiate car les sucres sont beaucoup plus rapides que la graisse métabolisable du lait de vache.

2-: Propriétés générales

Le lait de jument agit sur notre corps, nous aider à améliorer ses performances. Il a un certain nombre d'avantages que nous diviserons en trois groupes afin d'en simplifier la compréhension :

Nous appellerons le premier bloc : l'activité

Le lait de jument ne donne pas de bien-être mais nous aide à l'obtenir par nous-mêmes. En raison de sa contribution en acides aminés essentiels tels que le tryptophane, la tyrosine et cystéine (Uniacke Lowe et al. 2010 Csapó-Kiss et al. 1995) de lait de jument nous fournit les éléments nécessaires pour être en mesure de synthétiser la sérotonine.

La sérotonine est un neurotransmetteur utilisé par les voies nerveuses responsables de l'humeur, l'appétit, le sommeil et le désir sexuel. Si nous fournissons à notre corps les acides aminés essentiels nécessaires pour synthétiser ce neurotransmetteur, les voies nerveuses liées à des sentiments positifs ont l'option d'exploiter et de mieux réguler la synthèse et la dégradation de la sérotonine favorisant ainsi le bon fonctionnement nerveux.

Le deuxième bloc, nous l'appellerons l'énergie et le bon fonctionnement.

L'énergie qui est principalement dérivée du lactose du lait de jument. Bien que le lait de jument ait une teneur plus faible en calories que le lait de vache, la plupart de ces calories sont dues à des sucres (Malacarne et al. 2002, Uniacke-Lowe 2010). Par conséquent, l'énergie que nous donne le lait de jument est une énergie immédiate car les sucres sont beaucoup plus rapides que la graisse métabolisable du lait de vache.

La bonne performance est due à la quantité d'acides aminés essentiels, vitamines, minéraux et acides gras qui constituent le lait de jument.

Les acides aminés essentiels ne sont pas seulement une partie des protéines du lait de jument mais certains sont libres dans le lait. Cela signifie qu'ils sont très utiles pour corriger les déficiences plus rapidement que si nous devons digérer un complexe protéique; Il est plus facile d'absorber ces acides aminés sous forme libre directement.

Le lait de jument contient aussi, dans des proportions différentes, des vitamines A, B1, B6, B12, C, D, E et K (1995 Csapó et al.). Et une bonne variété de minéraux (Fe, Cu, Mg, Mn, Zn et Ca) (Csapó-Kiss et al., 1995).

La faible quantité de graisses contenues dans le lait de jument (+ - 1,2%), sont, pour près de la moitié des acides gras polyinsaturés, Oméga 3 et 6

(Csapó et al, 1995 Malacarne et al 2002.. 2011 Haddad et al.). Ces graisses, appelées cardio, qui font de ce lait un aliment complet afin de favoriser l'absorption de toutes les vitamines et minéraux présents dans le lait de jument et dans notre alimentation. De plus elles contribuent à réduire le taux de cholestérol.

Le troisième domaine que nous appellerons le renforcement des défenses dépend uniquement du fait qu'il s'agit de lait cru qui n'a pas été soumis à des températures de traitement. Le lait de jument est riche en substances actives, des enzymes qui aident à réguler la flore intestinale en limitant la croissance de ces bactéries indésirables et l'amélioration de la croissance de celles souhaitables telles que les bactéries de l'acide lactique et les bifidobactéries (Foekel et al. 2009). Aider à maintenir la flore intestinale appropriée contribue également à renforcer les défenses et à lutter contre des maladies résultant d'une décompensation de la flore bactérienne intestinale.

Il nous donne également l'immunoglobuline A (IgA) qui agit comme un marqueur pour les micro-organismes qui pourraient être pathogènes, facilitant ainsi le travail de nos défenses (Uniacke Lowe et al. 2010 Malacarne et al., 2002, vous Foekel à. 2009). On trouve également dans le lait de jument plusieurs protéines qui, une fois digérées, libèrent des peptides bioactifs avec des propriétés très différentes, y compris des régulateurs de pression artérielle, anti-microbienne et anti-inflammatoires (Uniacke Lowe et al. 2010 Nagpal et al. 2011).

3 -. Lait de jument - formats :

Grâce à un partenariat avec des sociétés productrices de lait de jument dans toute l'Europe différents laits peuvent être achetés dans différents formats : le lait de jument cru congelé, le lait de jument frais pasteurisé, le lait en poudre atomisé ou lyophilisé et les capsules de lait de jument en poudre.

Les propriétés du lait frais et du lait en poudre sont théoriquement les mêmes, mais il faut noter que la plupart des processus impliquent la perte d'une partie des propriétés. Le lait frais conserve ses propriétés mieux que le lait en poudre.

Le lait frais est gelé en boîte de 36 dosettes de 25ml. On peut trouver en France et en Belgique des bouteilles de 75 cl de lait frais pasteurisé.

Le lait en poudre atomisé est disponible en boîtes de 280gr et de 1 kg mais aussi en sachets de 2 x 10g.

Les capsules de lait se trouvent en boîtes de 90 gélules à 500 mg de lait en poudre dans chaque capsule.

4 -. Maladies et mécanismes d'action spécifique :

04.01 -. Localisation de la recherche à l'heure actuelle

Bien que le lait de la jument ait été utilisé pendant longtemps comme un remède naturel pour de nombreuses maladies ainsi que comme tonifiant, très peu de recherches ont été faites à ce sujet.

De nombreux auteurs ont publié des études sur la composition du lait de jument et son mode d'utilisation comme complément à la nutrition humaine, en particulier pour les nourrissons, les personnes âgées et les convalescents (Malacarne et al. 2002, Uniacke Lowe et al . 2010 Csapó-Kiss et al. 1 995, Haddad et al. 2011 Foekel et al. 2009).

La digestibilité par les enzymes digestives humaines a été bien étudiée ainsi que ses similitudes avec le lait maternel. *Ces études ont conclu que le lait de jument est très similaire au lait humain en termes de composition en protéines et en lipides et qu'il permet une bonne digestibilité par les enzymes digestives humaines* (Inglingstad et al. 2010).

Afin d'évaluer la réponse allergique chez les individus allergiques au lait de vache, des études ont mis en évidence une réponse allergique en baisse chez l'homme consommant du lait de la jument (Maldonado et al. 2005 Businco et al. 2000), mais aussi il ya eu des cas isolés de réaction allergique chez certaines personnes (Gall et al., 1995).

D'autres auteurs se sont penchés sur les effets immunomodulateurs du lait de jument. Certains en ont conclu que certains composants présents dans le lait de jument régulent légèrement la réponse des cellules à se défendre ainsi qu'un certain effet de la réduction de la réponse inflammatoire (Foekel et al. 2009).

Cependant, il faut reconnaître que très peu de recherches ont été faites dans ce domaine et d'autres études sont nécessaires afin de valider ou de rejeter définitivement les effets de renforcement des défenses qui ont été attribués à la longue au lait de jument. Tout en admettant que le contenu en lysozyme, en lactoferrine et les immunoglobulines sont une bonne raison de croire que ces effets devraient être validés.

On a récemment étudié ses avantages dans des maladies spécifiques. Par exemple une étude clinique a été menée chez des patients souffrant de dermatite atopique. On a évalué le taux d'infection de l'atopie et la concentration de bactéries de l'acide lactique et les bifidobactéries dans les selles (Foekel et al. 2009).

Cependant, à la fin des années 70 et au début des années 80 un certain nombre de recherches ont été publiées mais elles sont difficiles à trouver car

elles sont en format numérique. De plus, elles ne sont pas écrites en anglais mais en allemand et en russe et sont stockées dans des bibliothèques universitaires allemandes et russes. Toutefois, leurs contenus ont mis en évidence des avantages pour la santé humaine dans les derniers articles publiés dans ces pays. On y montrerait une action, notamment sur les maladies du foie, en régulant l'activité de transaminases trouvé par Il'iasov & Sha ĭ Khiev en 1968.

Tout en citant des articles dont profitent des mécanismes spécifiques d'action fondés sur les connaissances, l'expérience de nombreux patients et les indications que certains éléments sont basés principalement sur la composition du lait. L'association de recherche eQuaid a lancé une étude clinique pour évaluer les effets du lait de jument chez les patients atteints du syndrome du côlon irritable et une autre pour les patients atteints de la maladie de Crohn qui sont actuellement en cours.

Ces études sont menées par l'équipe de gastroentérologie de l'hôpital Trueta Dr.Josep à Gironne, en collaboration avec le département de microbiologie de l'Université de Gironne. Dans le même temps, et animée par la recherche eQuaid, on étudie les profils microbiologiques des différents laits de jument dans le département de santé animale de l'Ecole vétérinaire à l'UAB (Barcelone).

04.02 -. Maladies et mécanismes d'action connus :

Des recherches qui ont été faites sur le lait de jument et l'expertise des cas spécifiques, nous avons maintenant suffisamment d'informations pour attribuer certains avantages et certaines propriétés au le lait de jument et certaines de ses composantes.

Cependant, dans la plupart de ces maladies nous avons encore besoin de beaucoup de recherches afin de déterminer quels composants du lait de jument sont les plus importants.

Cependant, il ya suffisamment de cas où de bons résultats ont été observés pour être en mesure de recommander l'utilisation de lait de jument contre plusieurs maladies:

4.2.1 -. Anémie

Le lait de jument permet de corriger l'anémie grâce à sa haute teneur en lactoferrine. Il contient également du fer, mais ce n'est pas la quantité de fer que nous donne le lait mais plutôt sa capacité à attirer le fer des autres aliments.

4.2.2 -. Maladies digestives

Le syndrome du côlon irritable et la digestion irrégulière

Le lait de jument peut nous aider à améliorer certains problèmes digestifs résultant de la déstabilisation de la flore bactérienne intestinale. Le lait de jument peut agir comme une flore bactérienne prébiotique, en apportant des bactéries souhaitables qui la développent d'une manière appropriée.

Dans le même temps, la combinaison du lysozyme et de la lactoferrine limite la croissance de la flore bactérienne non souhaitable et favorise la croissance des bactéries de l'acide lactique et les bifidobactéries.

Néanmoins, certains des peptides anti-inflammatoires bioactifs issus de la digestion des protéines du lait jument jouent également un rôle important dans la réduction de l'inflammation intestinale associée à divers troubles digestifs.

On retiendra également l'effet régulateur de chimiotactisme et oxydatif rafale responsable de l'inflammation de la lysozyme et oméga-3 qui sont prouvés dans Foekel et al. (2009).

La maladie de Crohn :

Les effets anti-inflammatoires du lait de jument peuvent aider à réduire l'inflammation intestinale causée par la maladie.

En outre, l'action prébiotique de lait de jument peut aider à maintenir une bonne flore intestinale qui aide à prévenir d'éventuelles manifestations de la maladie. Enfin, le contenu du butyrate du lait de jument peut aider à maintenir en bon état les colonocytes (cellules du côlon) afin d'éviter l'aggravation de la maladie.

L'intolérance au lactose :

Le lait de jument a une teneur plus élevée en lactose que le lait de vache. Toutefois, il convient de noter que la quantité de lait qui est pris est très faible et, par conséquent, la quantité de lactose ingérée quotidiennement est également faible.

La consommation de lait cru pourrait avoir des effets bénéfiques pour les intolérants au lactose. Ce lait contient ses propres flores bactériennes, la betagalactosidase l'enzyme (lactase) qui améliore la digestion du lactose dans notre tube digestif. En outre, la présence de betagalactosidase résiduelle stimule la lactase et reste dans les anthérocytes (cellules absorbantes de l'intestin) de la personne, en encourageant l'action et l'amélioration de l'intolérance quand ce lait est consommé.

4.2.3. Traitements - interféron

Le lait de jument peut aider à réduire certains effets secondaires du traitement par l'interféron. Il peut être utile pour contrer les effets secondaires des immunosuppresseurs en renforçant les défenses par le lysozyme, la lactoferrine, IgA et des peptides bioactifs.

La perte de vitalité et la dépression causées par le traitement peuvent être neutralisées en induisant la sécrétion de la sérotonine et la dopamine. Et l'inflammation du système digestif et de la diarrhée peut être atténuée par l'effet anti-inflammatoire de peptides bioactifs qui sont libérés dans la digestion de la caséine et de la globuline du lait.

Le lait de jument peut également aider à améliorer les effets du traitement par interféron grâce aux propriétés antivirales de la lactoferrine qui séquestre le fer de sorte qu'il demeure disponible pour le développement antiviral.

4.2.4 - Cirrhose ou maladies du foie

Habituellement, une maladie du foie est accompagnée d'anémie. Le fait est que le fer, quand il se déplace librement dans le sang, a un grand potentiel pour précipiter le foie, aggravant ainsi la maladie du foie. La haute teneur en lait de jument lactoferrine peut agir comme un bouclier face à l'accumulation hépatique du fer dans l'organisme. La lactoferrine, une enzyme naturellement présente dans le lait, capture le fer dans le sang de manière à pouvoir éviter sa précipitation dans le foie, mais aussi le mettant à disposition pour la synthèse de l'hémoglobine.

Il a également été démontré que la consommation de lait de jument peut réguler l'activité des transaminases.

4.2.5 - Les effets secondaires de la chimiothérapie

Les effets secondaires de la chimiothérapie sont, entre autres, des nausées, une perte d'appétit et une baisse des défenses immunitaires. C'est au sujet des effets secondaires que peut intervenir lait de jument.

Induire la synthèse de la sérotonine peut aider à améliorer l'humeur et aider le patient à retrouver l'appétit. La régénération de la flore intestinale peut améliorer le contrôle de la circulation et aider à réduire l'inconfort digestif et des nausées. La haute teneur en lysozyme, lactoferrine, IgA et peptides bioactifs du lait de la jument apporte une grande aide afin de renforcer les défenses immunitaires.

4.2.6 - Dépression

Le lait de jument fournit une protéine (alpha-lactalbumine) qui contient beaucoup de tryptophane et la tyrosine. Ce sont des acides aminés essentiels dont le corps a besoin pour absorber certains éléments nutritionnels car il est incapable de les synthétiser seul.

Ces acides aminés essentiels sont indispensables à la formation de la sérotonine et la dopamine qui sont des neurotransmetteurs impliqués dans les voies nerveuses de l'humeur, l'appétit, le sommeil, la soif, le désir sexuel...

Dans de nombreux cas, les patients souffrant de dépression ont de faibles niveaux de sérotonine. Cela peut être dû à un manque de tryptophane et de tyrosine dans l'alimentation. Par conséquent, le lait de la jument peut donner au corps les "morceaux" nécessaires pour "construire" ce dont il a besoin.

4.2.7.- Dermatite atopique

Il a été démontré que *le lait de jument contribue à apporter des améliorations dans les symptômes de la dermatite atopique*. Une étude clinique a montré que la gravité de la maladie diminue en consommant régulièrement du lait de jument.

Le lait de jument, sans être la solution au problème, apporte une amélioration. L'étude montre un lien entre l'amélioration de la peau et l'augmentation de la population de bactéries, de l'acide lactique et les bifidobactéries trouvées dans les excréments des patients qui souffrent de cette amélioration.

Ainsi, les bénéfices du traitement de cette maladie sont très probablement liés à l'effet régulateur de la flore bactérienne du lait de jument.

5 -. Composition et caractéristiques des composants

5.01 -. Composition spécifique

Les composants à un taux plus élevé et / ou du lait plus grand sont présentés dans le tableau ci-dessous ainsi que la quantité de chacun. La première colonne se rapporte à la quantité totale de chaque composant dans le lait de jument. La seconde colonne est la comparaison par rapport au total des quantités présentes dans le lait humain. Enfin, la dernière colonne indique le montant de chaque composant présent à des doses de 25ml.

	<i>Lait de jument</i> TOTAL (g / kg)	<i>Lait humain</i> TOTAL (g / kg)	<i>Lait de jument</i> 25ml partie (mg)
Graisses	12.1	36,4	300
Les acides gras saturés	6.45	14.81	160
Les acides gras insaturés	5.11	19.7	130
Triglycérides	9.732		243,3
Phospholipides	0.605	0,75	15.125
Insaponifiables	0.5445		13,6
FFA	1.1374		28,5
Lactose	63,7	67e	1590

Cendres	4.2	2.2	150
Calcium (Ca),	0.8	0.233	19.995
Le phosphore (P)	0.562	0,14	14.054
Magnésium (Mg)	0,051 / 0,118	0,0317	1.284 / 2.95
Potassium (K)	0.384	0.404	9.6
Sodium (Na)	0.139	0096	3.475
Le cuivre (Cu)	0.00023	0.00016	0.00565
Zinc (Zn)	0,0018	0,0008	0,0457
Total des solides	120		2550

Vitamines			
En	0.00034	0,0004	0,0085
B ₁	0.00039	0.00000016	0.00975
B ₂	0.00011	0.00000035	0.00275
B ₃	0.00072	0.000002	0,018
B ₅	0,00277	0.00000225	0.069
C	0,0238	0.00000004	0,595
D	0.0000032	0,0015	0.00008
E	0.001342	0,048	0,0336
K	0.000043	0.0000012	0.001075

Protéines	21,4	14.2	540
------------------	------	------	-----

Protéine de lactosérum	8.3	9.23	210
β-lactoglobuline	2,55	0	64ème
α-lactalbumine	2.37	2,92	59ème
L'albumine sérique	0,37	0,38	9.25
Immunoglobulines	1,63		41
IgG	0,38	0.046	9.5
IgA	0,47	1.3	12ème
IgM	0,03	0,033	0,75

La lactoferrine	0,58	1.89	14ème
Le lysozyme	0,87	0,27	22
NPN	0.381	0,38	9.25

Caséines	13,56	4,97	340
α s1-caséine	2.4	0	60e
α s2-caséine	0.2	0	5
β -caséine	10,66	4.5	260
κ -caséine	0,24		6

Acides aminés libres	0.312		7.798
L'acide aspartique	0,006	0,0056	0,15
Thréonine *	0,0357	0,0099	0.893
Serina	0,0897	0,0068	2,2425
Acide glutamique	0.0992	0,2215	2,48
Proline	0,0161	0,0067	0,4025
Glycine	0,0101	0,0083	0,2525
Alanine	0,0066	0,0193	0,165
Cystine	0,0006	0,0035	0,015
Valine *	0,0167	0,0081	0,4175
Méthionine *	0,003	0,0018	0,0075
Isoleucine *	0,0016	0,0029	0,04
Leucine *	0,0035	0.00695	0,0875
Tyrosine *	0,0028	-	0,07
Phénylalanine *	0,0057	-	0,1425
Lysine *	0,0088	0,0149	0,22
Histidine *	0,0066	0.00186	0,165
Arginine	0,0019	0,0047	0,0475

Tableau: Comparatif de la composition du lait de jument dans le corps humain montrant des composants du lait jument dans une partie de 25ml.

* Acides aminés essentiels

Sources en rapport avec le lait de la jument:

(Malacarne et al. 2002) (Uniacke Lowe et al. 2,010) (Dewey et al. 1984)

(Csapó-Kiss et al. 1995) (SCHRYVER et al.2008) (Potocnik et al. 2011)

(Marconi et al. 1998) (Csapó et al. 1995)

Sources en rapport avec le lait maternel:

(Malacarne et al. 2002) (Agostini et al. 2000) (Garza et al. 1983) (Forsum et

al. 1980) (Atkinson et al 1980). (Gerbe-Medhin et al. 1976) (Lönnerdek et

1976 al.) (Svanberg et al. 1979)

05.02 -. Comment agissent ces éléments dans l'organisme ?

Chaque composant peut affecter d'une manière ou d'une autre le fonctionnement de notre corps, il est donc important de voir quelles sont les principales caractéristiques et les avantages de la plupart d'entre eux.

Graisses

Lipides qui représentent la plus importante source d'énergie dans le corps. En outre, ils jouent un rôle important quand il s'agit de stocker l'eau quand le corps en a besoin.

Certains acides gras insaturés sont essentiels et peuvent être acquis dans le régime alimentaire, il est donc important de considérer la quantité nécessaire d'une consommation quotidienne minimale.

Il ya beaucoup d'aliments qui contiennent des matières grasses, de sorte qu'il est difficile de trouver des niveaux minimum quotidiens. Au contraire, il est plus facile de les voir augmenter. Le lait de jument, comme on le voit dans le tableau, a une grande valeur peu grasse et donc est favorable à maintenir un régime alimentaire d'une valeur de lipides assez faible.

Lactose

Le lactose est le sucre présent dans le lait, son pourcentage assez élevé. Comme on peut le constater, les valeurs du lactose dans le lait jument et le lait maternel sont assez proches. Ce sucre, composé de glucose et de galactose peut présenter certains problèmes d'intolérance, surtout chez les enfants. Cela est dû à un manque ou l'insuffisance de lactase dans l'intestin grêle et peut donc provoquer des difficultés à digérer le lait en général. Le lait de jument contient de la lactase. La lactase rompt la chaîne du lait et donc permet d'en assimiler les sucres.

Grâce à cette aide, une intolérance au lait de jument ne présente pas autant de problèmes que d'autres laits surtout s'il sont préalablement bouillis ou stérilisés.

Cendres

Les cendres représentent la partie des minéraux présents dans le lait. Si on regarde leurs valeurs totales dans le lait de jument on peut observer qu'il en contient environ deux fois plus que le lait humain. Ceci est très bénéfique pour notre corps.

Voici les caractéristiques et les avantages de chaque minéral dans notre corps.

Calcium :

Le calcium est un des minéraux les plus importants pour notre corps. Il est essentiel pour assurer un bon entretien des os et des dents, mais est également important par le métabolisme. Ce minéral agit comme un second messenger et est donc utile pour transmettre des informations et effectuer une voie de transduction de signal (Alberts, 2008). Elle est également impliquée dans la régulation de certaines enzymes (comme kinases). Avoir une alimentation qui répond aux exigences en calcium peut prévenir des maladies telles que l'ostéoporose, l'hypertension artérielle et le cancer du colon (Hernandez et al. 1999).

Le calcium est absorbé dans le duodénum et le long du tractus intestinal. Pour que le calcium soit le mieux assimilé possible, il est bon qu'il soit accompagné de la vitamine D qui agit comme une hormone et augmente l'absorption du calcium. En plus de la vitamine D, les oestrogènes, le lactose peuvent fournir une meilleure absorption de l'organisme. Tous ces composants sont présents dans le lait de jument, par conséquent, le calcium est accompagné des éléments nécessaires pour aider notre corps à absorber plus de calcium possible.

Phosphore :

Phosphore (dans une moindre mesure) dans notre corps agit avec le calcium pour renforcer les os et les dents. Celui-ci, comme le minéral précédent, exige la présence de la vitamine D pour une bonne absorption.

Quand le corps ne reçoit pas assez de phosphore, des problèmes peuvent se produire dans le système nerveux central (symptômes de l'irritabilité à l'encéphalopathie et coma), le système nerveux périphérique (faiblesse musculaire généralisée avec insuffisance respiratoire) et les muscles . Les fonctions les plus importantes de cet élément sont une présente dans presque toutes les réactions physico-chimiques et le métabolisme des graisses, aide à soulager la douleur causée par l'arthrite, il est nécessaire d'assurer le bon fonctionnement des reins afin de bien assimiler les vitamines B2 et B3, stimuler les contractions musculaires et la transmission de l'influx nerveux et est également un élément important dans la division cellulaire et la reproduction.

l'apport alimentaire de phosphore peut aussi améliorer la mémoire.

Magnésium :

Le magnésium est un nutriment essentiel qui joue un rôle central. Fonctionnant comme un élément essentiel et nécessaire à l'activation de plus de 300 enzymes. En raison de son importance pour le corps, il est souvent en déficit en raison de nombreux changements métaboliques dans le corps (Steinmetz et al. 2000).

Actuellement le magnésium est utilisé comme antidépresseur (présent dans la transmission nerveuse, il fournit de l'énergie aux neurones et est un relaxant musculaire). Il favorise le sommeil et la relaxation. En outre, il valorise les commandes intestinales et protège contre les maladies cardiovasculaires. Il est utilisé pour traiter les troubles intestinaux tels que la maladie de l'intestin irritable (Lajusticia-Bergasa, 2001).

Un manque de ce minéral peut causer de nombreux problèmes (tels que l'irritabilité et instabilité émotionnelle) et conduire à la maladie. Le magnésium aide à réduire la fatigue pendant le sport. Pour ces caractéristiques, il est considéré bénéfique et est bien présent dans le lait de jument.

Potassium :

Tout le potassium consommé, entre 80-90% est excrété par les reins qui n'absorbent que ce qui est nécessaire. Bien absorbé en pourcentage faible, habituellement notre corps ne manque pas de ce minéral (Amatrian, 2000). La présence de potassium dans le lait de la jument est bon pour maintenir un bon fonctionnement de l'organisme.

Sodium :

Le sodium joue en grande partie, de concert avec du potassium. Ensemble ils contrôlent l'acidité ou l'alcalinité de notre corps et l'entrée et la sortie de nombreuses autres substances qui digèrent tout au long des parties du corps les plus proches de la peau, des substances qui aident à déplacer, respirer, manger, vieillir et même de penser. Le pourcentage de sodium nécessaire est beaucoup plus faible que celui du potassium (Amatrian, 2000).

Cuivre :

Le cuivre contribue à la formation de globules rouges dans l'entretien des vaisseaux sanguins, des nerfs, des os et du système immunitaire. C'est pourquoi il est important d'avoir un régime en présence de cuivre, mais en petites quantités.

Zinc :

Le zinc est un nutriment essentiel pour la vie. Associé à de nombreuses enzymes il aide de nombreuses parties du corps humain ; il peut avoir un rôle de catalyseur, structurel ou réglementaire. L'intestin joue un rôle important dans le contrôle de l'homéostasie du zinc, contrôlant ainsi son absorption et son excrétion (Lopez, 2010).

Ce minéral est également utile en cas de maladie qui provoque une malabsorption comme une maladie de Coélie, la maladie de Crohn, la colite ulcéreuse ...

LES PROTÉINES

Le lait de jument contient une plus grande quantité de protéines totales que le lait humain. Détaillée dans les lignes suivantes les protéines de lactosérum (quantité similaire au lait humain), qui représentent les avantages les plus représentatifs.

β -lactoglobuline :

Cette protéine n'est pas présente dans le lait maternel humain. Il a des qualités antimicrobiennes et antivirales. Il peut inhiber un grand nombre des agents pathogènes, promouvoir la réponse immunitaire de l'organisme et réguler le développement de la cellule (Schanbacher et al. 1997). En outre, la β -lactoglobuline a la capacité de transporter des minéraux à travers la paroi intestinale et faciliter ainsi leur absorption. Facilite aussi l'absorption des vitamines liposolubles telles que le rétinol (vitamine A) (Apaza et al. 2011).

α -lactalbumine :

La protéine sérique α -lactalbumine possède de multiples fonctions bénéfiques pour notre santé. En ce qui concerne les minéraux, les protéines aident à la bonne absorption de ces derniers, en particulier le calcium (Apaza et al. 2011).

En raison de la teneur élevée en acides aminés ramifiés présents dans la protéine, il est utilisé pour diminuer les dommages musculaires causés par l'exercice ou les situations d'anoxie (Tsuda, 2002). Il est bactéricide, et contribue également à la digestion du lactose.

Une autre qualité est qu'il est une source de tryptophane, un acide aminé essentiel qui agit comme précurseur de la sérotonine (neurotransmetteur) et à partir de cela, il synthétise la mélatonine, l'action en faveur de l'horloge biologique (jour et nuit), en insomnies dans le TDAH, Alzheimer, la dépression, la fatigue chronique, la fibromyalgie, les migraines, le syndrome du côlon irritable, de l'ostéoporose et de l'épilepsie.

La mélatonine est également utilisée pour traiter le cancer (sein, cerveau, poumon, prostate, tête, cou et intestins), ainsi que les effets secondaires provoqués par la chimiothérapie.

Cliveland clinique en Ohio (USA) met au point un vaccin contre le cancer du sein à partir de la protéine α -lactalbumine qui induit l'apoptose des cellules tumorales. ¹

Albumine sérique:

Cette protéine est responsable du transport de substances telles que des acides gras, des acides aminés, les stéroïdes, les métaux (comme le calcium) et de plusieurs médicaments à travers le sang, composants dont les organismes ont besoin.

Immunoglobulines :

Ces molécules sont très importantes pour protéger le corps en identifiant et en neutralisant les agents étrangers. Son bon fonctionnement est essentiel pour la défense de l'organisme contre divers agents pathogènes.

Principalement, il ya trois types d'immunoglobulines (il y en a cinq au total) dans le lait de jument. Ce sont des IgG, IgA et IgM.

IgG :

C' est la seule qui a la capacité de traverser les membranes biologiques. Il est également important de dire que, lorsqu'elle est causée par une réponse immunitaire secondaire, la plupart des immunoglobulines appartiennent à ce type.

L'immunoglobuline A :

peut être sécrétée par les muqueuses et les glandes exocrines, rendant son action la plus importante sur la surface de la muqueuse et des fluides (tels que le liquide céphalo-rachidien, les sécrétions bronchiques, les larmes, la salive, etc) .. Ainsi, ce type d'immunoglobuline a la capacité de protéger les points les plus vulnérables du corps: les yeux, la bouche, le système digestif, le système respiratoire, le vagin, etc.

L'immunoglobuline M :

est chargée d'élaborer un plaidoyer d'espaces intravasculaires, de sorte qu'elle apporte rapidement une réponse primaire. On peut donc voir que la présence d'un renforcement des défenses au quotidien peut être bénéfique car il peut agir plus efficacement contre les agents pathogènes.

La lactoferrine :

Cette protéine antimicrobienne est très utile pour la protection de l'organisme. Elle fournit une protection contre les bactéries pathogènes qui colonisent les muqueuses. Utilisée contre les infections intestinales pédiatriques, la lactoferrine est également utilisée comme un antibiotique naturel et le lysozyme (qui sera vu ci-dessous) ou les antibiotiques qui sont efficaces contre les bactéries qui ont développé une résistance à plusieurs antibiotiques différents (Drago, 2006).

La lactoferrine a aussi la capacité de lier le fer et le transporter dans la circulation sanguine. L'une de ses fonctions les plus importantes est le transport des métaux. En outre, comme mentionné plus haut, elle possède une activité antimicrobienne agissant contre les bactéries à gram positif et à gram négatif, mais aussi contre certains virus et champignons (Franco-Rodriguez et al. 2005).

En plus de tout cela, la lactoferrine est un modulateur de la réponse immunitaire. Il stimule ou inhibe diverses composantes hormonales et cellulaires impliqués dans la prévention et/ou la résolution de l'infection et l'inflammation associées à ceux-ci (Drago-Serrano et al. 2008).

Il faut dire aussi que, hormis une activité antimicrobienne, cette protéine a également d'autres fonctionnalités comme immunoregulatrice, anti-inflammatoire, antioxydante et anticancéreuss (Öztas et al. 2000).

Ce sont pour ces caractéristiques que la lactoferrine est indiquée pour les patients atteints d'anémie (la capacité de captation et de transport du fer), mais aussi pour tout le monde en général, car il permet d'avoir un renfort utile de défenses contre certains agents pathogènes.

Le lysozyme :

Le lysozyme facilite la digestion de la caséine, du sucre dans l'intestin, libère des facteurs de croissance qui sont essentiels pour certaines bactéries dans notre flore intestinale et a une activité bactériostatique sur de nombreuses espèces bactériennes (Alais, 2003).

Cette protéine a une activité antibiotique. Elle agit sur certaines bactéries et dissout, en supprimant le composant polysaccharidique de leurs parois cellulaires (Garg, 2010). Il a également des propriétés anti-inflammatoires (Shellhorn et al. 1995). Le fait qu'il a ces propriétés et qu'il est présent dans la salive, contribue à détruire les bactéries qui peuvent venir avec de la nourriture et donc protège une zone facilement accessible par des agents pathogènes.

Il joue un rôle important dans la régulation du cancer. Le lysozyme est un antioxydant qui agit comme un régulateur ou «frein» dans la réplication de l'ADN (comme dans la multiplication des cellules de contrôle).

Il envoie un signal au gène p53 qui est un suppresseur de tumeur. Ainsi, ce gène est activé et peut mener à bien l'antioncogène d'action ou la suppression des tumeurs. Si le lysozyme, peut permettre la réplication de l'ADN des cellules cancéreuses et les facteurs de croissance de ces cellules, lorsque cela se produit, ce déficit peut provoquer des tumeurs lysozyme (bénigne ou maligne) (étang et al. 2012).

La présence de lysozyme dans le lait de jument est très bénéfique car elle protège contre diverses maladies infectieuses, mais aussi les maladies non transmissibles. Il en est de la grande importance de cette enzyme, même la Chine mène un projet visant à obtenir du lait riche en lysozyme de vaches transgéniques, génétiquement modifié (Yang et al. 2011).

Actuellement le lysozyme est également utilisé comme protection dans les aliments transformés comme le fromage.

LES ACIDES AMINES LIBRES

Le lait de jument contient d'autres acides aminés qui forment des protéines, évoluant librement. Voici les principales caractéristiques et les avantages de chacun de ces acides aminés :

L'acide aspartique :

L'acide aspartique est un acide aminé essentiel, que l'organisme ne peut synthétiser lui-même. Il est utilisé dans les cas de fatigue et / ou de dépression. Il peut aider le système immunitaire car il provoque une augmentation de la production des immunoglobulines et des anticorps. Il fournit une protection pour le foie en aidant l'expulsion de l'ammoniaque et facilite l'entretien adéquat du système cardiovasculaire et du système nerveux. Il est également utile pour accélérer l'absorption du calcium, du magnésium, du zinc et du potassium.

Thréonine :

La thréonine est un acide aminé essentiel, apporté à l'organisme par l'alimentation. En plus d'être important pour synthétiser d'autres acides aminés, il est très important pour garantir une bonne croissance en aidant à maintenir des niveaux adéquats de protéines dans l'organisme. Il contribue également à diverses fonctions du système cardio-vasculaire, le foie, le système nerveux central et le système immunitaire.

Une fois modifié, il peut fournir des fonctions de soutien au foie, par exemple, il aide à détoxifier. Il aide également à prévenir l'insuffisance hépatique et l'accumulation de graisse. Comme les autres acides aminés il facilite l'absorption d'autres éléments nutritifs, mais favorise également la digestion et évite les problèmes digestifs.

Sérine :

La sérine est également un acide aminé essentiel. Il joue un rôle important dans la fonction catalytique de plusieurs enzymes qu'il peut activer, ou désactiver une partie de la gaine de myéline protectrice qui recouvre les fibres nerveuses. Il est essentiel pour l'entretien d'un système immunitaire sain et contribue à la production d'immunoglobulines et des anticorps. Il agit sur l'hydratation de la peau et est nécessaire à la croissance musculaire.

L'acide glutamique :

Il est essentiel, nous pouvons le synthétiser à partir d'autres composants. Cela ne signifie pas qu'il a une grande importance. Il peut agir comme un stimulant, un neurotransmetteur et est couramment utilisé pour traiter les troubles de la personnalité.

Proline :

Fait également partie du groupe des acides aminés essentiels. Peut être utile dans le traitement des maladies articulaires. Il est essentiel dans la synthèse du collagène et du cartilage.

Très important dans le développement et le maintien d'une peau saine et des tissus conjonctifs, notamment en cas de dommages aux tissus. Avec la lysine et de la vitamine C il peut aider à prévenir ou améliorer les métastases du cancer.

Glycine :

Acide aminé essentiel. Peut agir comme un neurotransmetteur inhibiteur du système nerveux central. Aide à la motricité de contrôle du corps et augmente la libération d'hormone de croissance. Collabore afin de réaliser une bonne activité du système immunitaire et est utile pour la réparation de tissus endommagés.

Des études sont en cours dans laquelle on croit que la glycine pourrait être utilisée dans le traitement des tumeurs cancéreuses et les mélanomes. Il a été démontré qu'une alimentation pourvue en glycine prévient les maladies dégénératives comme l'arthrite ou l'ostéoporose ².

Alanine :

L'alanine est un acide aminé essentiel. Il représente une source d'énergie pour le système musculaire, nerveux et le cerveau. Permet de stabiliser les niveaux de sucre dans le sang et aide également le système immunitaire par stimulation des anticorps.

Cystine :

Acide aminé essentiel, mais qui contient une teneur élevée en soufre, il est adapté à des troubles de la peau. Quand il y a carence, peut provoquer du psoriasis.

La Cystine aide à l'expulsion des toxines par le foie. Protège le foie et le cerveau contre l'absorption du cerveau des toxines de l'alcool ou du tabac.

Valine :

La Valine est essentiel dans la guérison des blessures et des plaies et contribue à la formation du tissu musculaire. Préviend l'atrophie musculaire et favorise la récupération après un effort physique.

Il contribue à l'entretien de la santé mentale et calme les émotions, empêche les changements de comportement. Il est important pour maintenir un bon niveaux de sucre dans le sang. Utilisé pour la régénération du foie et des dommages à la vésicule biliaire. ³

Méthionine :

Un acide aminé essentiel utilisé dans le traitement de maladies du foie, de dépression et d'arthrose. Il peut aider dans le traitement de la maladie de Parkinson.

Aide à prévenir l'accumulation de cholestérol, participe à des fonctions de la rate, du système lymphatique et du pancréas, la diminution de la faiblesse musculaire et favorise l'excrétion des œstrogènes.

Isoleucine :

Un acide aminé essentiel qui contribue à augmenter la production de l'hormone de croissance. A indirectement un rôle dans la régulation de la sécrétion de la bile et des fonctions hormonales des hormones sexuelles mâles et femelles.

Tyrosine :

Tyrosine est un acide aminé essentiel dérivé de l'hydroxylation de la phénylalanine. Elle est liée à la synthèse de plusieurs neurotransmetteurs. C'est un précurseur de la dopamine et l'adrénaline (liées aux humeurs, elles suppriment l'appétit et aident à réduire la masse corporelle). Il est nécessaire pour la synthèse de la mélanine (responsable de la peau et de la couleur de cheveux).

Avec l'iode il produit la formation des hormones thyroïdiennes. Il participe à la fonction thyroïdienne, mais aussi l'hypophyse et les glandes surrénales.

Phénylalanine:

La phénylalanine est un acide aminé essentiel nécessaire au bon fonctionnement du système nerveux central. On l'utilise pour contrôler les symptômes de la dépression, la douleur chronique et les troubles connexes du dysfonctionnement du système nerveux central.

Efficace pour les troubles du cerveau puisqu'il est capable de traverser la barrière sanguine formée par des cellules sanguines.

Aide à réguler le rythme cardiaque et résoudre les problèmes de pigmentation de la peau. Il est également utile pour réduire la faim et les symptômes de certaines maladies neurologiques. Il est important pour la mémoire et la capacité d'apprendre.

Lysine :

C'est un acide aminé essentiel qui permet d'améliorer la fonction immunitaire et la production d'anticorps. Il est essentiel au développement de l'enfant car il stimule la croissance.

Améliore la fonction gastrique et assure l'absorption et la distribution de calcium. Peut aider à retarder le vieillissement chez les personnes âgées. Il est connu que la lysine a de grandes propriétés antivirales. Actuellement utilisé dans plusieurs traitements, par exemple dans le traitement de l'herpès labial.

Histidine :

L'Histidine est également un acide aminé essentiel. Il est nécessaire pour la production de globules rouges et blancs dans le sang, d'améliorer la réponse immunitaire. Aide à lutter contre les effets négatifs de la polyarthrite rhumatoïde dans la détoxification des métaux lourds (mercure, plomb, arsenic ...) et même d'éviter les vomissements pendant la grossesse. Il protège également le corps de dégâts d'irradiation, et réduit la pression artérielle.

Arginine :

Il est un acide aminé essentiel qui collabore à la production d'énergie et l'amélioration de l'activité musculaire, du thymus et des lymphocytes.

Améliore la cicatrisation, protège et détoxifie le foie.

Il aide aussi en cas d'infertilité féminine et masculine et soulage les maladies causées par des contractions musculaires continues et fortes. Utilisé pour traiter la perte de cheveux.

Utilisé à titre préventif des crises cardiaques et améliore la circulation sanguine. L'Arginine régleme également les hormones et les niveaux de sucre dans le sang.

LES VITAMINES

Le lait de jument, en plus de tous les éléments décrits fournit une quantité variée de vitamines. Voici le détail des principaux avantages de chacune :

La vitamine A (rétinol) :

La vitamine A est une vitamine liposoluble essentielle à la rétine. Elle est nécessaire pour la croissance du tissu épithélial et l'os. Egalement nécessaire dans la reproduction, le développement de l'embryon et l'allaitement. En outre, augmente la fonction immunitaire. Contribue à la santé de la peau.

La vitamine B1 (thiamine) :

Le groupe des vitamines B sont solubles dans l'eau. La thiamine a la capacité de stimuler l'activité mentale et l'apprentissage. Aide à garder les yeux en bonne condition alliée à la vitamine A. Est efficace contre les vertiges.

Impliqué dans le traitement de l'alcoolisme, la dépression, le béribéri et polynévrite, la sclérose en plaques et la myasthénie grave. Il est nécessaire d'absorber efficacement le glucose comme carburant du système nerveux. L'une des substances dont le corps a besoin de convertir les glucides en énergie.

Vitamine B2 (riboflavine) :

Cette vitamine joue un rôle étroitement lié à la vitamine B1, la riboflavine est impliquée dans la transformation des aliments en énergie. Améliore la vision, en particulier des personnes âgées, participe à la croissance et la reproduction des cellules et aussi une bonne activité du système nerveux.

Elle participe également à la croissance et la reproduction.

La vitamine B2 régule la croissance des globules rouges et permet de maintenir un bon système immunitaire. Il aide également les cheveux, la peau et les ongles.

Vitamine B3 (niacine) :

La niacine a plusieurs propriétés importantes pour le bon fonctionnement de l'organisme. Aide à réduire le taux de cholestérol et de triglycérides, de stabiliser la glycémie, favorise la circulation et aide à réduire la pression artérielle. Il est utile dans les troubles cardiaques, impliqué dans le traitement de l'insomnie, les troubles mentaux et les traitements du cancer. Préviend et améliore les migraines, aider à réduire les symptômes de vertige et maintient les tissus et les membranes muqueuses du système digestif en bon état.

En outre, la vitamine B3 a également un rôle très important dans la production d'énergie par le corps. Il est essentiel pour la synthèse des hormones sexuelles et est impliqué dans la production de cortisone, l'insuline et la tyrosine.

Il faut dire que pour mener à bien toutes ces fonctions il est important que la vitamine B3 soit renforcée par d'autres vitamines complexes telles que B2.

Vitamine B5 (acide pantothénique) :

L'acide pantothénique est nécessaire pour la formation d'anticorps. Il est important pour réduire au minimum les effets toxiques de certains antibiotiques et pour aider à guérir les plaies. Aide à lutter contre les effets négatifs des drogues comme la fatigue chronique. Impliqué dans la synthèse d'hormones anti-stress (telles que l'adrénaline) et la formation de l'insuline.

Contribue à réduire les symptômes de l'arthrite, la migraine, contribue également à réduire le taux de cholestérol dans le sang. Il est important de convertir les graisses et les sucres en énergie pour la synthèse de fer et la normalisation du processus de digestion.

Recommandé aux personnes qui souffrent d'anxiété ou de dépression.

La vitamine C (acide ascorbique)

La vitamine C est soluble dans l'eau et est associée avec de nombreuses fonctionnalités et avantages pour l'organisme. L'acide ascorbique accélère la cicatrisation des plaies et des fractures, aide à prévenir et améliorer les conditions de la peau et est essentielle pour la synthèse ou la production d'hormones et de neurotransmetteurs.

Il est un agent antioxydant, qui à lui seul apporte de nombreux avantages (certains similaires au lysozyme). Aide à combattre les bactéries et les maladies virales et peut aussi aider à prévenir la formation de substances cancérogènes. Peut contribuer à l'amélioration du système immunitaire.

Combat le stress, protège le système circulatoire et abaisse les niveaux de pression artérielle, aide à réduire le cholestérol et améliorer la constipation. Il est important lors pour détoxifier l'organisme des métaux lourds dans le traitement de l'arthrite et les rhumatismes et les personnes souffrant de la maladie de Parkinson. Il faut dire aussi qu'elle réduit les complications du diabète de type II et augmente la production d'œstrogènes pendant la ménopause.

Contribue à maintenir le collagène sain dans la peau, réparer les tissus endommagés et promouvoir les dents et des os sains.

Vitamine D (calciférol) :

Le calciférol est une vitamine liposoluble importante pour veiller à la bonne utilisation et l'entretien des niveaux adéquats de calcium et de phosphore. Il favorise aussi la coagulation du sang. Hormone impliquée dans de nombreux processus, renforce le système immunitaire en aidant à prévenir les infections et maintenir le système nerveux en bon état.

Joue également un rôle important dans le développement et l'entretien des dents, des os et du cartilage des enfants et des adultes.

Vitamine E (tocophérol) :

Le tocophérol est liposoluble. Il est recommandé dans la prévention et le traitement des maladies cardiovasculaires, car il contribue à lutter contre le cholestérol et les triglycérides. Il empêche également la formation de caillots et d'embolies.

Favorise la croissance et le développement normal des muscles, peut même augmenter la force musculaire et améliorer la capacité des tissus à utiliser l'oxygène. En ce qui concerne le système immunitaire a aussi certaines fonctions comme la régulation des liaisons de plaquettes, l'augmentation de la réponse immunitaire et la stimulation des globules rouges afin d'acquérir une plus grande résistance.

Aide également à lutter contre les symptômes prémenstruels, le stress, la fatigue, les maladies dégénératives, le Parkinson, la maladie de Crohn... Fournit une protection contre l'anémie et est utile dans la guérison, la vision, la fertilité et le système reproducteur.

Il faut aussi mentionner que c'est un agent détoxifiant qui protège contre les polluants environnementaux. Peut être utile dans la prévention du cancer, et améliore également l'action de traitements de sélénium pour lutter contre cette maladie.

La vitamine K (FITAMENADIONE) :

La vitamine K est liposoluble et assure une bonne fonction du foie, favorise la formation de l'os dans le corps. Certaines études suggèrent que la vitamine K aide à augmenter la densité osseuse et prévient les fractures chez les personnes souffrant d'ostéoporose.

Elle est également nécessaire à la bonne assimilation du calcium et aide à réduire le flux menstruel excessif.

Le fitamenadione est nécessaire à la coagulation du sang ; par exemple, il régule les facteurs de prothrombine qui empêchent les saignements incontrôlés ou les hémorragies internes. En outre, il contribue également à renforcer les capillaires.

6 -. AVERTISSEMENTS

Le résultat de l'expérience des patients dans et autour de l'information existante sur la composition du lait de jument peut indiquer les cas et les situations spécifiques dans lesquels il est recommandé de ne pas prendre de lait de jument ou de le consommer avec modération et toujours en informant le médecin :

Cancer du hormonal (traitement d'ablation hormonale) :

Chez les femmes qui ont eu des tumeurs dans les ovaires et sont sous traitement d'ablation hormonale il est recommandé de ne pas boire de lait de jument. Le lait de jument contient de petites quantités d'oestrogènes conjugués et, par conséquent, pourrait être contre-productif dans ces cas de suppression hormonale.

Il est recommandé de consulter un médecin pour savoir si oui ou non il est bon de consommer ce lait.

Radiothérapie :

L'utilisation de lait de jument chez les patients qui sont sous traitement pour la durée de traitement de radiothérapie est également déconseillée.

L'efficacité d'un traitement basé sur l'oxydation des cellules tumorales peut être réduite par les antioxydants naturels contenus du lait de jument. Par conséquent, il est préférable de cesser de prendre ce lait quelques jours avant la radiothérapie et attendre quelques jours avant d'en reprendre afin de laisser le temps au traitement de faire sa fonction.

Il est indiqué de consulter les interactions avec un traitement radiologique en raison de la présence de vitamine C et E dans le lait de jument.

Allergies spécifiques aux protéines de lait ou au cheval :

Il est décrit certains cas particuliers d'allergies au lait de jument. En cas de diagnostic de cette allergie il ne faut en aucun cas en consommer.

Selon la littérature qui décrit quelques cas d'allergie au lait de jument ont été associées des allergies respiratoires aux protéines des poils des chevaux, donc les gens allergiques aux poils de chevaux qui veulent boire du lait jument doivent le faire très soigneusement. Cependant, de nombreuses personnes allergiques aux poils de chevaux ne montrent pas d'allergie au lait de jument.

Il est donc prudent de faire d'abord des tests d'allergies supervisés par des médecins auprès des personnes qui ont une allergie aux poils de cheval.

Les patients qui prennent Sintrom :

Dans ce cas, il s'agit plutôt d'un avertissement que d'une contre-indication. De par l'apport en vitamines C et E dans le lait de jument, les patients prenant le Sintrom anticoagulant tout en prenant ce lait doivent réduire graduellement la dose de l'anticoagulant. Comme les patients qui sont déjà sous traitement avec le Sintrom sont contrôlés périodiquement, ils peuvent consommer du lait de jument, mais avec modération et toujours en informant leur médecin.

7. TRAITEMENTS

En général, le même dosage est recommandé pour presque tous les traitements d'exception ainsi que pour les cas graves ayant des besoins spécifiques.

La consommation du lait de jument doit toujours commencer par une faible dose, qui restera suffisante s'ils continuent. Il est préférable de commencer le traitement avec une faible dose parce que le lait de jument a un effet régulateur sur la flore intestinale qui pourrait causer de la diarrhée sous quelques jours en cas de traitement de départ avec des doses élevées.

07.01 -. Poudre de lait

Si quelqu'un prend de la poudre de lait, il devrait commencer juste par une cuillère à café par jour (environ 2,5 g) de lait de jument pendant au moins 3 ou 4 jours. Dans les cas de psoriasis, de traitements médicamenteux agressifs (interféron, chimiothérapie, radiothérapie ...) et pour la fatigue chronique, à partir du quatrième jour, la dose peut être augmentée à une cuillère à dessert. Dans les cas graves, la dose peut être augmentée jusqu'à une cuillère à soupe. Pour les autres cas, une cuillère à café suffit, mais on peut en augmenter la dose.

Pour la plupart des traitements en une semaine on devrait avoir remarqué les effets désirés, à l'exception des problèmes de peau qui dureront plus longtemps. Dans les cas de psoriasis et d'eczéma les résultats peuvent être vus après environ deux ou trois mois.

07.02 -. Lait congelé ou liquide

Pour le lait congelé ou liquide, les effets sont les mêmes que pour la poudre de lait. Le traitement peut être débuté par un verre par jour, puis augmenté, si nécessaire, à 2 verres par jour.

En général, cependant, un verre par jour est habituellement suffisant parce que le lait a subi moins de pertes que le lait en poudre et est donc généralement plus efficace.

07.03 - Capsules.

Une capsule contenant une très faible quantité de lait de jument, il est préférable de réserver leur usage pour l'entretien après d'autres traitements pour les cas bénins et les personnes en bonne santé qui veulent le prendre à titre préventif ou ne supportant pas de boire du lait.

Pour les cas bénins et pour une dose quotidienne d'entretien, 'une à trois capsules par jour devrait suffire. Mais il serait mieux de commencer avec du lait en poudre ou du lait congelé ou du lait frais.

Pour l'entretien après traitement pour le psoriasis ou l'eczéma , prendre deux ou trois capsules par jour pour minimiser d'éventuelles poussées de la maladie.

Références :

- Businco, L., Giampietro, PG, Lucent P.; Lucaroni, F., Pini C, Di Felice, G., Iacovacci, P., Curado, C. et Orlandi, M. *allergénicité du lait maternel chez les enfants atteints d'allergie au lait de vache. Journal of Allergy and Clinical Immunology.* 2000 1031-1034
- . Outram et al *Exploiter plus tôt et traite* 6 Mars, 2009 *Science*:. 1332-1335
- Malacarne, M. Martuzzi, F., Été, A. et P. Mariani, *protéines et la composition de la graisse du lait maternel: quelques remarques nutritionnelles avec référence à l'humain et le lait de vache* **laitière internationale Journal** 12 (2002) 869-877.
- Uniacke-Lowe, T., Huppertz, T. et Fox, PF, *protéines de lait équin: chimie, de la structure et de la nutrition importance, Revue internationale de laiterie Journal* 20 (2010) 609-629.
- Csapó-kiss, Zs.; Stefler, J. Martin, TG, Makray, S. & Csapó, J. *Composition du colostrum et le lait maternel. La teneur en protéines, la composition en acides aminés et le contenu des éléments macro et micro* **internationale de laiterie Journal** 5 (1995):. 403-415
- Csapó, J. Stefler, J. Martin, TG, Makray, S. & Csapó-Kiss, Zs., *Composition du colostrum et le lait maternel. Matière grasse, composition en acides gras et la teneur en vitamine* **internationale de laiterie Journal** 5 (1995):. 393-402
- Haddad, E.; Mozzoni, M. Strabbioli, R. Compensation et NG, *la composition en acides gras et regiodistribution dans le lait de mère triacylglycerols à différents stades de lactation. Dairy Science Technology* 91 (2011) 397-412
- Foekel, C., Schubert, R. Kaatz, M. Schmidt, E. Bauer, A., Hipler, UC., Vogelsang, H., Rabe, K. et Jahre, G.; *effets diététiques de l'intervention orale du lait maternel sur la notation de la sévérité de la dermatite atopique, où faecalis microbiote et où les paramètres immunologiques chez les patients atteints de dermatite atopique Intern. Journal of Food Sciences and Nutrition* 60 (S7)(2009).41-52
- Nagpal, R. Beha, P., Rana, R. Kumar, A., Kumar, M. Arora, S.; Morotta, F., Jain, S. Et Yadav, H., *peptides bioactifs dérivés des protéines de lait et leur santé bénéfiques potentiels... Une mise à jour alimentaire Funct* 2011, 2, 18
- Inglingstad, RA, Devold, TG, Eriksen EK, Holm, H. Jacobsen, M. Liland, KH; Rukke, EO et Vegarud, GE, *Comparaison de la digestion de caséine et de protéines de lactosérum dans équine, bovine, caprine et Laits humains par les enzymes gastro-intestinales humaines. Dairy Science Technology* 90 (2010) 549-563
- Maldonado, AM, Rodriguez, NA, Maldonado, SB; Lainez, V., Isola, MC et Franzoni, L., *Evaluation des paramètres et de la nutrition immunitaire chez les enfants allergiques les formules leche vache alimentados des alternatives* . Fichiers allergie e Clinical Immunology 2005, 36 (3): 55-67
- Gall, H.; Kalveram, CM, Sick, H. et Sterry, W., *L'allergie aux protéines thermolabiles α -lactalbumine et β -lactoglobuline dans le lait maternel* . Journal de l'allergie et d'immunologie clinique . En 1995. 97, 6, 1304-1307
- Il'iasov, IZ et i Khiev Shah, AA; *activité des transaminases du lait de la mère et koumiss IST dans le processus de maturation* . Vopr. Pitana . 1968 27 (3): 87-9 (article en russe)
- Bonne et finement Lönnerdal. (1984). *Breast volume de lait et de composition au cours de Lactaton tardive (7-20 mois)* . Journal of Pediatric Gastroenterology and nutrition , 3, 713-720.
- SCHRYVER HF, OT Oftedal et al. (2008). *Allaitement au cheval: la composition minérale de la Mère de lait* . The Journal of Nutrition .
- Klemen Potocnik, Vesna Gantner et al. (2011). *lait de jument: Composition de comparaison et de la fraction de protéines dans le lait de différentes espèces* . lait de jument, Mljekarstvo. 61 (2), 107-113.
- Emanuele Marconi et Gianfranco Panfilo. (1998). *Composition chimique et les propriétés nutritionnelles de la poudre de lait Mère de produits commerciaux* . Journal de la composition des aliments et de l'analyse , 11, 178-187.
- Couverts Garza, Carmen A. Johnson et al. (1983). *Changements dans la composition des éléments nutritifs du lait maternel au cours de l'sevrage progressif* . The American Journal of Clinical Nutrition , 37, 61-65.
- 1.Jésica Abbey. *Desarrollado vaccin possible contre le cancer du sein.* (2010). Consulté le 6 Juillet à partir de <http://suite101.net/article/desarrollada-posible-vacuna-contr-a-el-cncer-de-mama-a18360>
- 2.Sinc. *Une supplémentation en glycine dans enfermedades de Previene alimentaires comme l'arthrose ou l'ostéoporose* . Consulté le Juillet 11, 2012 à partir
- 12.Oficina espagnols brevets et des marques. (1997). *utilización de valine pour un medicamento les préparatifs pour la régénération du foie.* Consulté le 11 Juillet 2012 à partir de http://www.espatentes.com/pdf/2238680_t3.pdf