Régime - Métaux lourds - Gare aux hépatites

Détoxifier l'organisme en douceur SVP !



Chaque jour, nous sommes plus ou moins exposés aux métaux lourds. Chaque jour, nous sommes, selon les résultats de certaines études, exposés à environ 900 molécules de synthèse, certes en quantité infime, mais dont nous ne connaissons pas leurs potentialités en présence les unes des autres ni leurs effets à long terme, même à des doses si petites soient elles. Dans ce flou scientifique, il est difficile de se tracer une ligne de conduite véritable.

Cependant, une certaine lumière s'est faite autour de deux types de produits :

1) **Les substances liposolubles** (solubles dans les graisses) s'accumulent facilement dans les cellules graisseuses.
Lorsqu'elles sont remises en circulation à l'occasion notamment d'un amaigrissement rapide (régime trop sévère, maladie grave, chirurgie lourde, brûlures étendues), elles sont susceptibles d'engendrer une hépatite toxique parfois gravissime, car cet afflux subit de toxiques dépasse largement les capacités d'épuration du foie.

2) **Les nano particules** qui ont une taille inférieure à celle de l'ADN qui régit nos cellules, sont très à la mode actuellement et présentes dans de nombreux secteurs, notamment en cosmétique.
Certaines spécialités ont été retirées du commerce peu de temps après leur commercialisation bien qu'il ne semblait y avoir aucun danger, tant les quantités utilisées étaient faibles... pourtant les fabricants ont préféré les retirer (sans commentaire...).

Même si nous avons une hygiène impeccable, nous devons aider notre organisme à se débarrasser des toxiques qu'il ingère inévitablement chaque jour (air des grandes villes, alimentation, eau chlorée, modes de cuisson par fritures, fours à haute températures, micro-ondes, barbecue au charbon de bois).

La mode est depuis plusieurs années à la chlorella, algue nutritive et dépurative. Son utilisation sans conscience jusqu'à 60 voire 100 comprimés par jour (véridique !) a exposé les sujets qui suivaient ces consignes à une remise en circulation de métaux toxiques dans la circulation sanguine avec captation maximale de mercure par le tissu nerveux, de cadmium par les poumons et de plomb par les reins...

Avoir des effets secondaires toxiques, ce n'était quand même pas le but voulu !
D'autre part, en même temps que sont éliminés les minéraux indésirables, sont éliminés ceux qui sont recherchés. Utiliser de trop fortes doses de chlorella expose donc à des carences minérales multiples.

Notre organisme est quotidiennement exposé à des centaines de substances toxiques. D'une part, aux métaux toxiques (aluminium, cadmium, mercure, plomb), d'autre part, aux produits chimiques.

Si la toxicologie des métaux est aujourd'hui assez bien établie, il n'en est pas ainsi des molécules de synthèse au nombre de 100.000 environ...

Détoxifier son organisme au cours des programmes minceur en douceur !

Commencer à détoxifier environ 2 à 4 semaines avant tout programme minceur afin de ne pas exposer le foie et les reins à des phénomènes de surcharge.

En effet, perdre de la masse graisseuse libère les substances toxiques qui y étaient retenues jusque-là. Celles-ci sont remises en circulation dans le sang puis sont prises en charge par le foie et à moindre degré par les reins, avant d'être définitivement éliminées de l'organisme. Si ces substances arrivent en quantités trop importantes, le foie ne parvient pas à effectuer son travail d'épuration, il est engorgé, ce qui crée une hépatite toxique dont l'évolution est grossièrement semblable à celle d'une hépatite virale.

Quel que soit le régime préconisé, celui-ci doit être doux et ne pas dépasser l'objectif de 3 kilos par mois.

Une formule pour détoxifier

Laminaria japonica, une algue reconnue très efficace vis-à-vis des métaux toxiques. Associée à des plantes drainantes (coriandre, ail des ours), elle vient renforcer l'activité des grands émonctoires (foie et reins).

Un couple anti-oxydant (cacti néa, vitamines A, C et E, sélénium) afin de limiter les effets inévitables de toute cure dépurative, du fait de la mise en présence des toxiques avec nombre de tissus avant leur élimination définitive.
Par ailleurs le cacti néa (fruit du figuier de Barbarie) a une légère action diurétique qui facilite l'élimination des toxiques solubles dans l'eau, sans provoquer une excrétion excessive de sodium ni de potassium.

Enfin, le chrome, est indiqué pour soutenir le métabolisme énergétique car en son absence, les glucides, les lipides et les protéines ne seraient pas aussi efficacement utilisés.



La formule Détox-Nut® qui contient tous ces ingrédients se prend à la dose de 2 gélules par jour.

On peut y associer un draineur doux et efficace, Drenvite® à diluer dans une bouteille d'eau et à boire régulièrement au cours de la cure de détoxification chez les sujets particulièrement sensibles.

Voir carnet d'adresses page 2

Les principales expositions aux toxiques :

- Habitation en grande ville ou près d'une usine rejetant dans l'air des particules polluantes (fabrication des peintures, des vernis, des solvants, des colles, incinération des déchets ménagers, retraitement de batteries automobiles, etc.).
- Port ancien et dépose d'amalgames dentaires au mercure.
  Lors d'une dépose d'amalgames dentaires chez le dentiste, il convient de prendre certaines précautions en se protégeant avant et pendant la dépose et ensuite de faire une cure sur au moins deux à trois mois.
- TABAGISME actif et passif.
- Consommation ancienne et excessive de produits laitiers non biologiques.
- Les agriculteurs au contact de produits phytosanitaires et pesticides.
- Métier exposant aux vapeurs de produits volatils.
  Y compris les photocopieuses, les imprimantes laser et les micro-ordinateurs dans les bureaux.

- Rénovation d'une habitation par des produits modernes (isolants, colles, dissolvants, etc.)
- Produits d'entretien industriels et ménagers.
- Achat d'une voiture neuve (pendant les 6 premiers mois).
- Vêtements sortant de chez le teinturier et que l'on désire porter immédiatement.
- Toute personne désirant perdre du poids.
- Toute personne perdant rapidement du poids de façon involontaire (CF plus bas).