

Alzheimer - une idée folle pour en sortir

Cher(e) ami(e) de la Santé,

Le plus cruel, avec Alzheimer, c'est le fatalisme et l'impuissance que l'on vous oblige à ressentir :

On vous dit que, passé 65 ans, vous aurez bientôt une chance sur quatre de développer la maladie d'Alzheimer. Et on vous laisse comme ça, à prier pour que cela ne tombe pas sur vous ;

Quand on vous diagnostique cette terrible maladie, on vous explique qu'elle est incurable. Vous sortez de l'hôpital en pensant que votre vie ne sera plus qu'une lente descente aux enfers ;

Et le seul traitement qu'on vous propose sont des médicaments à l'efficacité douteuse et aux effets secondaires effrayants. [1]

Et pourtant, la maladie d'Alzheimer n'a rien d'une fatalité.

Elle n'existe pas dans les tribus de chasseurs cueilleurs qui ont conservé une alimentation et un mode de vie traditionnel, loin des toxines du monde moderne. [2]

Même au sein des pays développés, d'énormes différences existent : Alzheimer est 10 fois moins répandue au Japon qu'en Europe !

C'est bien la preuve que cette maladie peut être évitée.

Mieux : même lorsque la maladie vous tombe dessus, vous avez en réalité d'excellentes raisons de conserver l'espoir... et à continuer à vous battre.

Pourquoi ? Parce que les traitements naturels progressent à toute vitesse :

Un protocole complet, révélé en 2014, a permis pour la première fois d'inverser la maladie d'Alzheimer [3] chez une dizaine de patients. Il faudra encore des années avant que cette thérapie soit réellement accessible aux malades, mais elle prouve qu'il ne faut jamais baisser les bras ;

De nombreux malades, comme le mari du Dr Mary Newport ont obtenu de formidables résultats grâce à... de l'huile de coco. Ce régime très particulier, dit « régime cétogène », suscite grands espoirs chez les chercheurs ;

Beaucoup plus proche de nous : des expérimentations sont réalisées en ce moment même dans plusieurs hôpitaux pour évaluer le pouvoir anti-Alzheimer... des huiles essentielles !

Et figurez-vous que ce dernier traitement, à base d'huiles essentielles, est immédiatement accessible.

A mon avis, TOUS les malades, sans exception devraient en profiter sans attendre.

Pas seulement parce que les huiles essentielles sont si simples et agréables à utiliser, mais aussi parce que leur effet est franchement prometteur !

Les souvenirs reviennent

La science a découvert que les odeurs familières stimulent des zones cérébrales spécifiques dont l'hippocampe (associée à l'apprentissage) et réveillent des souvenirs anciens depuis l'enfance.

C'est la raison pour laquelle les huiles essentielles prennent tout leur intérêt : elles agissent notamment via l'acétylcholine, un neuromédiateur qui intervient dans les fonctions olfactives.

Au CHU de Nice, le Centre Mémoire de Ressources et de Recherche (CMRR) mesure l'impact des huiles essentielles dans l'amélioration du comportement, de la motricité et de la fonction cognitive de patients malades ou à risque.

Des travaux de recherche de l'Université de Northumbria (Newcastle, Angleterre) ont démontré que l'huile essentielle de Romarin à 1-8 cinéole favorisait grandement les fonctions cognitives.

Un protocole à base d'huiles testé au Japon a démontré un impact impressionnant sur la concentration, la mémoire et l'amélioration du moral.

Au total, nous en savons suffisamment pour faire bénéficier tous les malades de cette fascinante thérapie.

Et c'est désormais possible grâce au dossier complet réalisé par le Dr Fabienne Millet dans la prochaine édition de la revue Santé Corps Esprit.

Elle vous révèle notamment le fabuleux potentiel sur la mémoire de plusieurs constituants des huiles essentielles :

les citrals, à l'action anticholinestérasique, anti-inflammatoire et anti-oxydante (on les trouve dans l'huile essentielle de lemon-grass, ou de litsée-citronée) ;

l'angélate d'isobutyle est utile contre la forte anxiété, les crises d'angoisse et les troubles du sommeil (vous la trouvez dans l'HE de camomille romaine) ;

le d-limonène, particulièrement anxiolitique (dans l'He de pamplemoussier ou de mandarinier)

etc.

Et bien sûr, le Dr Millet vous donne en détail le mode d'utilisation de chaque huile essentielle afin de renforcer son efficacité sur les capacités cognitives.

Ce n'est pas le seul sujet d'avant-garde que vous trouverez dans ce numéro d'octobre de Santé Corps Esprit, qui vous ouvre une fois encore sa ligne directe avec les médecins et thérapeutes les plus en pointe de la médecine naturelle. Des informations littéralement introuvables ailleurs :

Etes-vous intolérant... au jus de légume ?

Les intolérances alimentaires, c'est LE sujet du moment.

Gluten et lactose sont les « coupables » les plus fréquents... et on vous en parle désormais dans tous les magazines féminins.

Mais ce qu'on ne dit pas assez, c'est que d'autres aliments en apparence « inoffensifs » peuvent eux aussi causer de graves douleurs.

Prenez le cas de Kristel, une journaliste de 31 ans [4]. Victime très jeune d'un cancer lymphatique, elle avait une alimentation irréprochable.

Et pourtant, elle était constamment victime de pénibles ballonnements et de vives douleurs abdominales après les repas.

Finalement, elle a recherché ses intolérances alimentaires. Et une surprise l'attendait :

Elle n'était intolérante ni au lait, ni au gluten, ni aux œufs... mais à d'autres aliments, dont le gingembre, un ingrédient qu'elle mettait dans son jus de légume quotidien !

Pour elle aussi, la découverte de cette intolérance alimentaire a été une libération :

« Aujourd'hui, je bois exactement la même quantité de jus, chaque matin, mais sans gingembre, et c'est mon ventre qui ne bronche plus ».

Et ce n'est pas un témoignage anecdotique.

Comme vous le révèle le Dr Eric Ménat dans un dossier exceptionnel, à paraître dans le prochain numéro de la revue Santé Corps Esprit, diagnostiquer une intolérance alimentaire peut être salvateur !

D'innombrables maladies causées par les intolérances

Ecoutez plutôt l'expérience stupéfiante de ce médecin qui a suivi des centaines de patients victimes d'intolérances :

« J'ai observé des améliorations spectaculaires, dans de nombreuses maladies allant de la migraine à l'autisme en passant par des maladies auto-immunes comme la spondylarthrite ankylosante.

Plusieurs de mes patients ayant eu un diagnostic formel de spondylarthrite par des rhumatologues ont été totalement guéris cliniquement grâce à un bilan et une observance rigoureuse des exclusions alimentaires. On obtient également des améliorations très significatives dans les fibromyalgies.

Evidemment, les intolérances alimentaires ne sont pas la seule et unique cause de ces maladies complexes. J'ai l'habitude de dire qu'elles peuvent représenter 30 à 80% des causes. Quand c'est 80%, on peut obtenir des résultats rapides et durables. »

De fait, les intolérances alimentaires peuvent être impliquées dans un nombre impressionnant de problèmes de santé :

Les maladies de peau (eczéma, psoriasis, acné ...)

Les maladies respiratoires : infections ORL à répétition, fragilité bronchique, asthme ;

Les troubles digestifs – la constipation depuis toujours ;

Les migraines ;

Les douleurs rhumatismales (en dehors de l'arthrose pure), les tendinites et les périarthrites ;

Les maladies auto-immunes (Polyarthrites, recto-colites, lupus, thyroïdites ...)

Certaines maladies neuro-immunitaires (SEP, Parkinson, autisme ...)

La fibromyalgie et le syndrome de fatigue chronique

Et au final, de nombreuses maladies chroniques.

Mais encore faut-il savoir que l'on est touché soi-même par une intolérance !

Les clés pour agir dès aujourd'hui

Dans son dossier complet, le Dr Ménat vous explique quelles sont les méthodes les plus fiables pour détecter une intolérance alimentaire.

Et parce qu'il ne suffit pas d'exclure les aliments pour aller mieux, il vous livre ses étonnants secrets pour ré-équilibrer la muqueuse et la flore intestinale, fragilisées par les agressions extérieures :

Prise de probiotiques et prébiotiques bien sûr (avec certaines substances à éviter si vous avez l'intestin fragile)

Prise de chlorophylle magnésienne, pour agir sur le confort intestinal (absorption des gaz). Attention à certaines contre-indications bien particulières.

Prise de glutamine (2 à 4 g par jour permet d'aider à la réparation de la muqueuse intestinale)

Etc.

Vous verrez, l'essentiel est d'assurer l'équilibre de votre l'intestin par une approche de soin globale.

Avec l'alimentation bien sûr, la phytothérapie (la boswellia, la réglisse, la guimauve agissent directement sur la muqueuse), les compléments alimentaires, l'aromathérapie (HE d'origan contre la dysbiose) et d'autres techniques, parfois surprenantes, pour retrouver le chemin de la santé.

A lire aussi dans le numéro d'octobre de Santé Corps Esprit, un éclairage fascinant sur les capacités d'auto-guérison qui résident au plus profond de nous. Si on ose aller les chercher :

« Guérir stress et dépression : j'ai d'abord cru à une escroquerie. Mais ensuite... »

« Le cerveau est la plus incroyable pharmacie naturelle de notre corps » explique le Dr Patrick Lemoine.

Mais encore faut-il savoir comment l'utiliser !

Personne n'est mieux placé que le Dr Lemoine pour vous l'expliquer : après 30 ans de consultations, il est aujourd'hui à la tête d'une équipe de 14 médecins au sein de la Clinique Lyon Lumière, qui est l'établissement français le plus en pointe sur les remèdes « corps-esprit ».

Ce qu'il nous rapporte de son expérience d'une technique appelée l'EMDR (Eyes Movments Desensitization and Reprocessing) pour soigner le stress, l'anxiété ou encore la dépression, ne peut pas vous laisser indifférent.

Le traitement, vous allez voir, est franchement spectaculaire mais pour les patients c'est une libération qui est parfois inespérée.

Au début, vous réagirez peut-être comme le Dr Lemoine lui-même. « L'efficacité de cette technique est si étonnante que j'ai d'abord cru à une escroquerie » dit-il...

Mais vous avez compris, le mot important dans cette phrase est « d'abord ». Car ce qu'il a découvert ensuite sur l'EMDR est vraiment bluffant...

Egalement dans ce numéro d'octobre de Santé Corps Esprit :

La méditation à laquelle personne ne pense : le Dr. Jacobson a développé une étonnante technique de relaxation, très efficace pour les gens qui ont du mal à rester en place. En suivant sa méthode précise, vous pourrez bientôt vous retrouver en pleine méditation alors que vous épluchez les carottes ou que vous faites la poussière sur vos meubles !! N'oubliez pas de vous munir d'un petit outil indispensable (vous l'avez déjà probablement chez vous) ;

Sclérose en plaques : passée du fauteuil roulant...à la randonnée sportive !

A 23 ans, Emilie connaît les premiers symptômes de la sclérose en plaques. Un voile flou dans les yeux, puis une main qui ne répond plus correctement, une jambe qui devient folle. Sa perspective alors : le fauteuil roulant. Aujourd'hui elle nous parle alors qu'elle revient d'une grande randonnée de quatre jours dans le parc du Morvan. Un miracle ? Non...Une enquête minutieuse sur la maladie. Et des découvertes...saisissantes !

Curieuse épidémie : depuis des années, on voit se multiplier les personnes qui marchent en ville, équipés de bâtons. Une nouvelle maladie ? Au contraire...Ces personnes pratiquent un sport qui offre beaucoup plus de bienfaits que la simple randonnée : la marche nordique.

Tout le monde croit la connaître, cette marche. Mais nous vous révélons les 8 secrets de son efficacité incroyable : réduction du risque de maladies cardio-vasculaires, meilleure gestion du poids, amélioration des troubles du sommeil, de la dépression...

Et ce n'est pas tout. Dans les 32 pages de ce nouveau numéro, vous découvrirez également :

Le nouveau super fruit qui vous protège de la démence et du déclin cérébral ;

Hypothyroïdie : le mix d'oligo-éléments qui fait la différence ;

Les trois aliments à bannir pour repousser les maladies chroniques ;

La baie délicieuse qui réduit la taille des tumeurs cancéreuses ;

Une cause de décès qui embarrasse beaucoup les autorités sanitaires;

La vitamine qu'il ne faut surtout pas avaler sous sa forme synthétique (non naturelle) ;

Hypertension, maladie cardiaque ? Essayez vite cette gymnastique ancestrale chinoise (prouvé scientifiquement) ;

L'épice antidabétique qui aide accélère la sensation de satiété