



Candida albicans : apprendre à faire avec, pour la vie

Par : [Cecile Ellert](#) [Cecile Ellert](#) novembre 8, 2016



Il y a 6 ans j'ai écrit la première version de l'Equilibre anti-Candida pour répondre aux besoins de mes clients et lecteurs d'avoir enfin une réponse efficace à leurs problèmes de candidose chroniques.

Depuis, le sujet est devenu à la mode...et le problème est là : on lit de tout et de plus en plus de personnes viennent à moi en me disant qu'elles trouvent des informations contradictoires et ne savent plus que croire.

Alors là je me dis : mais comment les informations sur la candidose peuvent-elles être contradictoires? Il y a les faits, il y a ce qui marche, ce qui est issu de

l'expérience, du vécu, et puis il y a le reste, ce qui ne devrait même pas être publié.

Je ne passe pas mon temps à lire tout ce qui s'écrit sur le sujet, mais j'aimerais bien en finir avec toute la confusion ambiante.

Alors mettons les points sur les i une bonne fois pour toute.

1. Vous portez 70 milliards de bactéries

En ce moment, partout, sur vous, en vous, autour de vous, des milliards de bactéries vous courent dessus et se multiplient en permanence. Environ 70 milliards pour être précis.

Soit en gros 2 kilos de bactéries...un panaché de bonnes et mauvaises bactéries.

Deux kilos: c'est souvent ce que l'on évacue lorsque l'on se lance dans une détox. Ça pèse lourds plusieurs milliards de bactéries indésirables...

Donc, dans le tas, il y a des bonnes bactéries, dont le travail revient à tenir en respect les mauvaises (pour schématiser). Elles font partie de votre immunité. On en a sur la peau, dans la bouche, le vagin et bien sûr, dans les intestins. Lorsque l'on parle de flore, c'est de ces bactéries que l'on parle.

Parmi les mauvaises bactéries, il y a ce cher candida albicans, une levure qu'il est normal de trouver dans nos flores bactériennes.

Donc, je le répète : cette levure, ou champignon si vous préférez, vit normalement dans nos intestins, à manger ce que nous lui donnons à manger.

Tant que **notre flore est forte**, tant que **notre immunité tient la route** et tant que **ce qu'on lui donne à manger suffit à peine à le maintenir en vie**, il se fait tout petit.

2. La clé c'est l'immunité

Je ne vais pas revenir sur « d'où vient notre immunité » et « ce qui l'entretient », mais en gros, une partie de notre immunité est innée, héritée, et l'autre est acquise, donc, fabriquée et entretenue par notre qualité de vie et de pensées.

Je pense qu'il est inutile de vous rappeler qu'en ce qui concerne l'immunité nous sommes complètement inégaux (c'est ce qui explique que certains sont sans arrêt malades et pas les autres).

Par contre, nous sommes à égalité en ce qui concerne la main mise qu'ont l'industrie alimentaire sur nos habitudes nutritionnelles et l'industrie médico-pharmaceutique sur les produits toxiques qu'il est si facile de nous faire avaler au nom de la santé.

Cela n'existait pas il y a 60 ans...rien n'était comparable, que ce soit en terme d'alimentation, de propreté des aliments, de vaccination, d'utilisation des antibiotiques, de niveau de stress, de pollution environnementale, de qualité de l'eau et de recours à des produits pharmaceutiques dont la liste ne cesse de grandir.

Je précise cela parce que c'est une question que j'ai encore régulièrement : comment expliquez-vous que mes grands parents n'avaient pas tous ces problèmes chroniques? Ils mangeaient tout ce qu'ils voulaient sans être malades etc...

Mais ils n'avaient pas les mêmes produits. A l'époque une orange suffisait à donner de la vitamine C pour la journée. Aujourd'hui, il en faut 20! C'est pourquoi on choisit la gélule de 1g de vitamine C, ça va plus vite.

Et oui, il y a plus de 60 ans, rien n'était comparable. Le 20ème siècle a créé une nouvelle industrie, qui a du se fabriquer de nouveaux consommateurs, de préférence clients à vie.

Ma génération a pas mal servi de cobaye lors de la généralisation des antibiotiques, vaccins et autres nouveaux produits industriels...

3. Si vous ne comprenez pas ça, vous tombez dans l'arnaque qui permet de fabriquer des clients à vie

Comment se fabriquer des clients à vie? En fabriquant des besoins à vie. Ça, l'industrie pharmaceutique l'a bien compris.

Lorsque l'industrie pharmaceutique fabrique des médicaments, elle doit s'assurer qu'ils fournissent un minimum de bénéfice en terme de soulagement des symptômes, mais sans aller jusqu'à la guérison bien sur (d'ailleurs, le peuvent-ils?).

On sait qu'on va avoir un certain nombre d'effets positifs (dans le cas des anti-dépresseurs, 70% des effets positifs sont placebos), mais pour continuer à les avoir, il faut continuer à prendre le produit. Et puis, si on arrête le produit on se sent moins bien, en tout cas au début : forcément, le corps est obligé de se débarrasser de toutes les cochonneries que le produit en question a laissé sur place, comme des promeneurs qui laissent leurs papiers gras dans la neige bien blanche...

Encore une fois, la prise du médicament ne guérit pas définitivement.

En fait, la prise du médicament soutient la croissance d'une levure qui grandit à la vitesse grand V avec toutes ces toxines qui affaiblissent l'immunité, et installe un magnifique cercle vicieux de faiblesse généralisée dans l'organisme.

Oui, vous avez bien compris : la candidose est une illustration parfaite de cette escroquerie orchestrée par l'industrie pharmaceutique, à savoir faire croire aux gens (aveuglés par leur confiance en la blouse blanche) qu'on les soigne, tout en leur entretenant une fragilité permanente, une forme de toxicité, un terrain propice à la multiplication incontrôlable du candida en candidose chronique, donc, en fabriquant des maladies chroniques qui garantiront une clientèle longue durée.

4. Le candida ne s'attrappe pas...on l'a, point.

Des gens m'écrivent en me disant qu'ils ont attrapé un candida sur des toilettes!

Mettons là aussi les choses au point : on n'attrappe pas un candida! On en a tous dans notre ventre! Ce qui va se remarquer sous forme de divers symptômes provient du comportement de ce candida. Il peut devenir féroce!

Lorsque tout est conjugué pour lui plaire, le candida peut se transformer, muter et devenir destructif. Ce qu'on va attrapper, ça n'est pas le candida : on va attrapper les résultats de la mutation de la levure, une levure qui peut doubler la taille de sa colonie en moins d'une heure. Elle peut se multiplier dans tous les recoins de notre corps, inclus les yeux, le cerveau, le foie, les poumons, les reins et le cœur. De même qu'il est illusoire de vivre dans un environnement stérile, il est illusoire de penser éliminer la présence de candida albicans de nos intestins. Il ne faut pas chercher à l'éliminer : il faut être plus malin que lui. Parce qu'il n'y a pas le choix.

Les symptômes qui font dire à votre médecin traitant que vous avez une infection fongique ne sont que le sommet de l'iceberg. Et il va vous donner quelque chose pour éliminer vos symptômes...mais certainement pas éliminer l'origine de ces symptômes, car rien ne fait plus plaisir au candida qu'une bonne petite cure d'antibiotiques.

Je crois que c'est un des aspects les plus frustrant de ce phénomène : dans la candidose chronique, rien n'est plus désespérant que l'ignorance (sans complexe) des médecins classiques sur le sujet. Ils n'ont absolument aucune idée de quoi il s'agit, ni de l'impact que ça a sur le problème que vous êtes venu lui demander de soigner pour vous.

Cette ignorance va vous coûter des années de traitements inutiles, de toxicité supplémentaire et d'aggravation de vos problèmes, sans compter la souffrance physique et morale qui va les accompagner.

On se croirait de retour à l'âge de la saignée et de la cautérisation...à l'âge où les gens savaient qu'ils risquaient plus en se laissant soigner qu'en fuyant le médecin.

C'est pourquoi il est important que vous, vous sachiez ce qui vous arrive et quoi faire.

5. Prendre des médicaments ou surveiller votre candida ?

Dans les deux cas, c'est pour la vie.

Vous devez comprendre ce qui se passe dès que le candida se met à muter : des ramifications qui endommagent tout sur leur passage en lâchant des déchets toxiques, les mycotoxines. Ces mycotoxines font des trous dans les tissus très fins comme la paroi des intestins.

Si vous avez entendu parler de l'intestin hyper-perméable, c'est de cela qu'il s'agit.

Le candida produit 79 toxines différentes durant son cycle de vie.

Donc, en fonction de ce cycle de vie diverses toxines sont produites et provoquent des symptômes différents.

C'est aussi la raison pour laquelle au cours de mon programme anti-candida on éprouve des symptômes complètement différents à différentes phases du programme, à des moments différents...tout dépend du rythme auquel les cellules de la levure meurent.

Si vous avez le malheur de souffrir en plus d'une intoxication aux métaux lourds, vous devez attendre que les métaux libèrent vos tissus pour pouvoir atteindre et éliminer la levure! Vous vous retrouvez à éliminer à la fois des métaux lourds et votre candidose, ce qui peut être très difficile à vivre pour vos organes émonctoires.

6. Il n'y a que les produits vivants qui servent à quelque chose

A moins d'utiliser des produits vivants comme les huiles essentielles, produits contre lesquels la levure ne sait pas muter, vous n'avez pas grand chose à disposition pour vous aider décimer des colonies entières de candida et à soulager vos symptômes de détoxification.

Et si vous avez la mauvaise idée de donner à manger à votre levure avant de l'avoir bien affaiblie, avant d'avoir remis sur pied votre flore et votre immunité, votre candidose se refait une santé en une heure et tout est à recommencer!

Comprenez bien que tout notre environnement actuel est un terrain de jeu/restaurant gastronomique idéal pour un candida albicans, et qu'il n'y a qu'en éliminant ce qui l'aide à se reproduire, puis en sachant le maintenir sous contrôle, que vous pourrez vivre en bonne intelligence avec cette toxine dont personne, absolument personne, ne peut éliminer de son organisme.

Aucune solution n'est définitive. C'est l'éducation de toute une vie. L'important est de comprendre ce qu'il y a à prévenir, combattre, et avec les bons outils.

7. Pour récapituler :

Le candida se multiplie avec tout ce qui est toxique : médicaments, alcool, sucre

Tout ce qui va affaiblir l'immunité va le rendre plus fort : stress, fatigue, gluten, caséine, alimentation industrielle, antibiotiques, émotions négatives.

La solution : Apprendre à manger "anti-candida", apprendre à se soigner "anti-candida".

Ne pas compter sur un produit miracle à prendre à vie... Changez juste de style de vie.

Tout ce que vous allez apprendre pour vaincre la candidose chronique va vous servir **pour soigner toutes les maladies chroniques qui pourraient se déclarer** à cause de l'invasion de votre candida.

Donc, donnez-vous simplement les **moyens de ne plus en être la victime**.

8. En ayant le pouvoir de maîtriser le candida vous avez aussi le pouvoir de ne plus tomber malade.

Vous n'avez besoin de rien d'autre pour prendre soin de vous. Aucun médecin ne peut savoir mieux que vous ce qu'il vous fait pour guérir.

Gardez bien cela à l'esprit parce que trop de mes lecteurs ont du mal à comprendre qu'ils savent, qu'ils peuvent, et que personne n'est plus qualifié qu'eux même pour les aider.

Vous avez trois outils importants à votre disposition :

[Le mode d'emploi du microbiome](#) pour apprendre à protéger l'équilibre bactérien de votre ventre

[L'Équilibre anti-candida](#) pour apprendre à réduire et contrôler la surpopulation du candida dans votre organisme

[Les 140 recettes anti-candida](#) pour avoir de quoi varier les recettes et les plaisirs tout en apprenant à ne pas utiliser les ingrédients préférés du candida.

There was an issue loading your timed LeadBox™. Please check plugin settings.
There was an issue loading your exit LeadBox™. Please check plugin settings.

Incoming search terms: