

## Les métaux lourds qui empoisonnent et les antioxydants naturels



Les métaux lourds ont toujours joué un rôle important dans le développement de l'humanité. Les hommes ont commencé par fabriquer les armes. Les Romains travaillaient le plomb et les aristocrates en buvaient et s'empoisonnaient avec le plomb de générations en générations. Les huns de Mongolie avaient une méthode pour couler le fer. Plus tard, les Français découvrirent les alliages contenant du mercure et naquirent les plombages. En dentisterie les gens étaient empoisonnés avec ces métaux lourds. Certains dentistes travaillaient avec le ciment et l'or. Cet amalgame est un alliage : 50% mercure, 30% argent, 9% étain, 6% cuivre, et un peu de zinc. De ceci des symptômes apparaissent au niveau : neurologiques, au niveau de la tête, digestifs, cardiaques et bien d'autres symptômes dû au mercure et qui provoquent des douleurs et autres, obligent les gens à prendre des antidouleurs et autres... Une désintoxication aux métaux lourds dure six mois à deux ans.

## \* Aluminium



Sources : les antracides, les antiperspiranux, les levains en poudre, les bidons de déversage, l'aspirine protégée, les nourritures en boîte, les approvisionnements en eau de ville, les cookware, les ustensiles, les produits de beauté, rouge à lèvres, des minerai pour la transformation des fromages.

Description : l'aluminium est dans l'environnement d'aujourd'hui toxique en quantité excessive, il est absorbé par la peau, poumons et Intestins, il affecte les os (ostéoporose) reins, estomac et le cerveau. Il peut contribuer à la maladie d'Alzheimer, de Parkinson, la démence et autres désordres neurologiques etc.

## \* Arsenic



Sources : Les installations de transformation chimiques, la fumée de cigarettes, l'eau potable, les fongicides, les viandes et les fruits

de mer fonderies en métal, de minerai,, les pesticides qui ont pollués l'air, les produits de verre de spécialité, les herbicides, préservateurs de bois.

Description : poison extrême, l'arsenic entre dans le corps par la bouche, poumons, peau et affecte la peau, poumons, le système gastro intestinal provoque des désordres nerveux, de la coordination motrice, des maladies respiratoires, cancer de la peau, foie, poumons etc.

#### \* Cadmium



Sources : la pollution atmosphérique, batteries, les céramiques, fumée de cigarettes, eau du robinet, de puits, la nourriture ( cultivé dans un sol souillé par cadmium), fongicides, mines, peintures, fonderies, fruits de mer.

Description : l'exposition au cadmium peut se produire par inhalation ou l'ingestion dans des endroits ou des situations où des produits de cadmium sont employés, fabriqués, ou ingérés. La fumée de cigarettes est la plus grande source de toxicité de cadmium que semble affecter principalement les poumons, les reins, les os, le système immunitaire, cancer des poumons, De la

prostate, des maladies du cœur, causes des dents jaunes, l'anémie et la maladie de la thyroïde. Etc.

### \* Le plomb



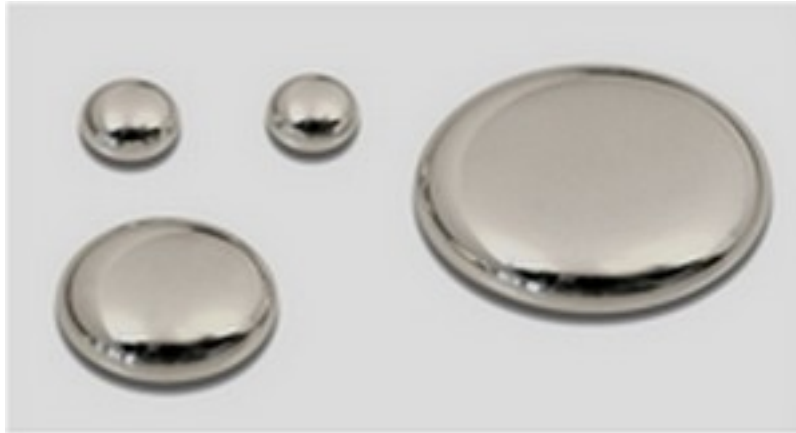
Sources: la pollution atmosphérique, munitions, échappement, batteries, récipients pour des corrosifs, sol souillé, produits de beauté, engrais, colorants de cheveux, la nourriture (cultivée en sol souillé), insecticides, poterie, pesticides, soudure, fumée de tabac, l'eau.

Description : le plomb est une neurotoxine. Bien que beaucoup de produits contenant du plomb (essence et peintures de bâtiments) aient été interdits dans les années 70. La contamination se produit toujours aujourd'hui. L'eau contaminée, l'air pollué et reste dans les vieux bâtiments peints.

Certains secteurs toxiques et les industries. Affecte le système nerveux, reins, os, cœur et sang. Très dangereux pour les enfants en bas âge et les femmes enceintes y être exposé affecte le développement fœtal, retarde la croissance, baisse d'attention, des

incapacités de stabilité, troubles du comportements et problèmes de développement. Etc.

#### \* Le mercure



Sources : La pollution atmosphérique, baromètres, batteries, produits de beauté, remplissage dentaire d'amalgame, poissons d'eau douce (truite) Fongicides, insecticides, laxatifs, peintures, pesticides, poissons d'eau de mer (thon, mollusques et crustacées d'espadon) l'eau de robinet et de puits, thermomètre, thermostats, et vaccins.

Descriptions : Toxique et dangereux, le mercure est trouvé dans tous nos environnements sous beaucoup de formes et également dans Beaucoup d'articles de ménage. Le mercure imprègne souvent la terre où nous marchons. Dans les vaccins d'enfants, dans le remplissage (amalgames) Dentaires qui est la source primaire d'exposition toxique. Par inhalation de l'air sous forme de vapeur. Affecte le système nerveux central, reins, foie et contribue à l'autisme et à la sclérose en plaque. Etc.

#### ALIMENTS ANTIOXYDANTS

O Les produits laitiers en petites quantités : lait - crème - yaourt - fromages  
O Les légumes secs  
O œufs (pas abuser)  
O Poissons d'eau froide  
O La volaille  
O Les baies de genévrier  
O L'algue : la chlorella très efficace : draineur  
O L'ail de l'ours excellent

antioxydant O Le thym O La lavande O La coriandre excellent  
antioxydant O L'huile et graine de lin, chanvre, citrouilles, noix de  
Grenoble O L'huile de poissons : congre, krill, soja, bourrache,  
onagre, cassis O cannelle O Les céréales complètes O Les  
aliments gras (pas abuser) O Les tomates en conserve O La  
margarine O Les œufs entier (bon) O La levure de bière O Beurre  
O Les baies de Bayon O L'huile d'olive vierge O Le blanc d'œuf  
cru O La viande rouge O Les céréales : avoine, riz brun, germes  
de blé, sarrasin, tournesol, son, germes de luzernes O Les fruits  
oléagineux : noix, noisette, amandes, cacahuètes O Les fruits :  
pommes, poires, raisins, melon, avocat, orange, ananas, mures,  
framboises, abricots, fraises O Les légumes : choux, brocoli, pois,  
artichaut, carottes en petite quantité, oignons, courge, haricots,  
laitue romaine, asperges, épinard, pommes de terre, fenouil, maïs,  
champignons, radis, O Les légumes racines O Les légumes verts  
avec feuilles O Les poissons : saumon, thon blanc, sardine, O  
L'extrait de sésame O La chlorophylle magnésium (médicament)  
O La viande : le porc, foie, rognon O L'eau minérale

### Mariage heureux

- Des céréales et laitage
- Semoule et pois chiches (couscous)
- Soja et céréales
- Poissons ou viandes et lentilles, haricots rouges
- Pâtes et soupe de pois
- riz ou maïs et haricots

Ne pas croire que vous pouvez soigner une intoxication par ex: le mercure en drainant uniquement sans enlever les plombages dentaires qui en contiennent.

## Remèdes pour les métaux lourds

Gelsémium 200K 1x/mois (Gelsémium 5CH tous les deux jours)  
stoppé le temps du traitement de détoxification

Boldo 3x2 capsules/j --> drainage du foie

Oméga-3 huile de poisson 1000mg (= EPA 180mg, DHA 120mg)/Vit.E 10mg: 1 gélule/j --> apport acides gras essentiels pour restauration de la myéline

Huile de noix (oméga-3) et de sésame (oméga-6): crues première pression à froid --> apport acides gras essentiels pour restauration de la myéline

Vitamine C combiné extraction Acer oia/synthèse acide ascorbique: 4g/j --> restauration du système immunitaire, restauration colla génique pour saignement des gencives

Chlorelle 24g/j --> absorption et élimination des métaux lourds

Ail des ours teinture mère 3x10 gouttes/j --> élimination des métaux lourds

Coriandre teinture mère 3x5 gouttes/j --> sur potentialisation de la chlorelle

Silanol silice organique 3 doses liquides/j --> minéralisation, restauration colla génique pour saignement des gencives

Magnésium

Dentifrice Weleda au calendula avant d'aller dormir

Baume gengival Weleda à la sauge avant d'aller dormir

Régime 2/3 mono diète: cerneaux de noix trempés 12h et raisin frais

Soupe de poireaux et légumes

Erbasit 3x2 comprimés à sucer/j --> éviter la réabsorption des métaux lourds par la paroi du colon (chélation)

Mg Magné caps 90mg 3x2 gélules/j TM coriandre 3x20 gouttes/j

Silicium organique

Vit. C acérola pour la forme et le sommeil

boldo pour achever le drainage du foie

Gelsémium 5CH au besoin

P5P (synth. vit. B12, pour les surrénales ?)

gelée royale

Arum Met. 5CH Arum Mur. 5CH Plumbum Met. 5CH Phosphorus  
5CH

Kali Phosphorus 5CH Cuprum Met. 5CH Taraxacum (pissenlit)  
TM

[https://www.youtube.com/v/d2GN8YPjbOY?hl=fr\\_FR&version=3&rel=0](https://www.youtube.com/v/d2GN8YPjbOY?hl=fr_FR&version=3&rel=0)

[https://www.youtube.com/v/lxiD8I4eEmE?hl=fr\\_FR&version=3&rel=0](https://www.youtube.com/v/lxiD8I4eEmE?hl=fr_FR&version=3&rel=0)



Polluant	Quantités émises en 1990 (en tonnes)	Quantités émises en 2009 (c) (en tonnes)	Évolution entre 1990 et 2009 (e)	Principaux contributeurs secteurs
Arsenic	10,7	0,2	-45%	Industrie manufacturière (minéraux non métalliques, matériaux de construction)
Cadmium	20,0	3,2	-84%	Industrie manufacturière (métallurgie, minéraux non-métalliques et matériaux de construction)
Chrome	390	25,9	-93%	Industrie manufacturière (métallurgie)
Cuivre	170	161	10%	Transports routier et ferroviaire
Mercure	23,9	3,7	-84%	Industrie manufacturière (chimie, minéraux non-métalliques, matériaux de construction, incinération des déchets)
Nickel	297	97	-67%	Transformation d'énergie (production d'électricité, raffinage de pétrole)
Plomb	4 257	80	-98%	Industrie manufacturière (métallurgie, minéraux non-métalliques et matériaux de construction)
Sélénium	14,5	11,1	20%	Industrie manufacturière (minéraux non métalliques, matériaux de construction)
Zinc	1 889	157	-92%	Industrie manufacturière (métallurgie)

Avec le temps et la pollution, des métaux lourds se sont accumulés dans votre organisme. Ils augmentent votre risque de cancer et d'autres maladies (dépression, maux de crâne, allergies, mycoses...). Pourtant, certains légumes, consommés régulièrement, aident votre corps à se débarrasser des métaux lourds : ce sont les légumes crucifères, c'est-à-dire les légumes de la famille des choux mais également les radis, le cresson, le colza.

## Mercure dentaire : pas d'amalgame !

**C'**EST l'une des galeries chimiques les plus dangereuses de la création. Et on en trouve encore partout. Ainsi, le mercure (le poison en question) est actuellement déversé par centaines de tonnes dans le Nil. Pourquoi ? Parce que, comme le raconte « La Croix » (20/8), au Soudan, depuis quelques mois, la découverte d'or, dans le Nord, a provoqué la ruée de 200 000 chercheurs. Qui utilisent le mercure pour fixer les paillettes puis le rejettent dans le fleuve.

En Amazonie, en Guyane française, le même fléau sévit depuis des décennies. Une étude épidémiologique menée durant douze ans et publiée, en avril, par le « Bulletin épidémiologique hebdomadaire » a révélé huit cas de malformations congénitales dues à ce gentil métal liquide, absorbé par la population via la chair des poissons. Au Japon, le danger de la consommation des sushis – le thon rouge fixe de microdoses de mercure – effraie moins que le souvenir de Minamata, ce port au large duquel une usine pétrochimique a déversé des tonnes de mercure. Bilan, après vingt ans (1946-1966) de consommation de poisson contaminé : près de 900 décès à la suite d'une horrible maladie neurologique et des centaines d'enfants nés malformés.

Et en Europe ? Si Bruxelles a banni, en 2007 et 2008, les thermomètres au mercure et le Mercurochrome, les amalgames dentaires font débat. Allemagne, Suède et Danemark en ont restreint l'usage. La Norvège l'a interdit. Certains chercheurs estiment que le patient aux dents « plombées » au mercure pas plus que le dentiste qui pose ou enlève ces bouche-caries ne courent de risque établi. D'autres, qu'ils sont l'un et l'autre exposés à la toxicité du mercure via d'invisibles vapeurs qui s'en dégagent, à basse température. L'exposition, elle, serait variable suivant la constitution du « porteur ».

En septembre 2009, la très sérieuse revue « Médecine et Longévité » a affirmé que le mercure dentaire était un « probable déterminant majeur » de la maladie d'Alzheimer. Mais ce danger, tout comme ceux que présentent d'autres métaux lourds pour les cellules nerveuses et le cerveau, est peu étudié en France. Parent pauvre de la recherche, la toxicologie est en plein déclin et ses rares labos ferment les uns après les autres.

Bah, moins on en sait, moins on s'angoisse...

J. C.