

# **Chlorure de magnésium**

(  $\text{MgCl}_2$  )

**Des vertues insoupçonnées**

**Des bienfaits prouvés et reconnus**

## **Sommaire de ce guide**

- 1- Présentation
- 2- Le Chlorure de Magnésium dans notre organisme
- 3- Dysfonctionnements connus par carence en Magnésium
- 4- Les Bienfaits du Chlorure de Magnésium
- 5- Un brin d'Histoire sur le Chlorure de Magnésium
- 6- Utilisations, dosages
- 7- Le NIGARI : même source ! mais en mieux ?
- 8- Quelques applications spécifiques

### **Sources documentaires:**

<http://www.amessi.org>

<http://www.Doctissimo.fr>

Marie-France Muller aux Editions Jouvence.

Association ARABEL ( <http://b.herzog.free.fr> )

# Présentation général

## Le Magnésium

Contrairement à ce que beaucoup de gens croient, ce n'est pas de calcium que nous avons le plus besoin, mais de magnésium, un oligo-élément essentiel qui a disparu de notre alimentation en raison du raffinage des céréales d'une part, mais aussi et surtout des méfaits de l'agriculture intensive.

D'autres raisons peuvent être encore invoquées pour la carence alimentaire en magnésium : le raffinage du sel lui fait perdre une grande quantité de magnésium, les conservateurs utilisés dans l'industrie alimentaire, mais aussi la consommation d'alcool. Nos besoins quotidiens en magnésium sont de 350 à 480 mg/jour - 400 mg/jour pour les femmes enceintes.

Au 19<sup>e</sup> siècle, alors que notre alimentation était plus équilibrée et pas encore dévitalisée par l'agriculture industrielle, la carence en magnésium n'existait pas. Il suffisait de manger 500gr de pain complet au levain qui amenait quotidiennement l'apport nécessaire.

Le pain que nous mangeons aujourd'hui n'en apporte que des quantités infimes. Le magnésium n'est pas un médicament, c'est un aliment absolument nécessaire puisque son absence totale est incompatible avec la vie. Il est nécessaire à tous les processus biochimiques de votre organisme, au métabolisme, à la synthèse des acides nucléiques et des protéines, et à la majorité des fonctions de notre organisme, comme la reproduction cellulaire, la production d'énergie, la transmission des influx nerveux. Dans ce dernier cas, le magnésium profondément lié au calcium puisqu'il assure sa fixation, est l'un des principaux éléments de la cellule nerveuse ; dans tous les troubles du système nerveux (nervosité, dépression, insomnie, anxiété...) on constate la carence de magnésium.

Le chercheur français ROBINET a montré qu'en France, les carences du sol en magnésium se superposait parfaitement sur la carte de France des suicides.

Le magnésium est donc un puissant antidépresseur que l'on devrait privilégier par rapport à certains médicaments aux effets secondaires redoutables.

Dans certains cas, le rôle du magnésium par rapport au calcium est intéressant à bien des égards. Déjà, on sait que c'est le magnésium qui fixe le calcium et intervient dans le métabolisme calcique sur les glandes parathyroïdes. Au niveau cellulaire, il contrôle et régule l'entrée du calcium dans la cellule et les liquides intra-cellulaires.

# Le Chlorure de Magnésium dans notre organisme

## UN ELEMENT CAPITAL

Le magnésium (Mg), bien que présent en petite quantité, n'en est pas moins un élément capital de l'économie organique et un des constituants fondamentaux de la matière vivante.

Ce sont les cellules des os et des tissus mous (muscles, viscères, peau, nerfs) qui en contiennent le plus. Durant la croissance, le dépôt magnésien des os peut suppléer une carence dans les tissus mous sans dommage pour le développement du squelette et donc préserver la teneur en magnésium des muscles, peau et cellules nerveuses.

En effet, le cortex, la substance blanche cérébrale, le cervelet et la moelle épinière sont les plus riches en magnésium. En outre, le taux de Mg est plus élevé dans le liquide céphalo-rachidien que dans le sérum.

Le magnésium participe aux modifications de la perméabilité ou respiration cellulaire (la cellule assure ses besoins et rejette les déchets). Quand celle-ci est défectueuse, la santé de la cellule est compromise et, partant, celle du tissu concerné, et celle de l'organisme tout entier. Le magnésium participe à la réduction des corps oxydants et l'oxydation des corps réducteurs (équilibre acido-basique). L'ion Mg pénètre dans la cellule où sa présence est indispensable à de nombreux systèmes enzymatiques. Il fait office de convoyeur du phosphore (indispensable à la synthèse et à la dégradation des composés phospho-organiques). Se combinant avec les protéines, il joue un rôle important dans l'ossification. Il a donc une action à la fois plastique et catalytique...

## CLE DE VOUTE DE L'ASSIMILATION DES OLIGO-ELEMENTS

Pour fonctionner de façon optimale, le magnésium (Mg) doit être en équilibre dans le corps avec le calcium (Ca), le phosphore (P), le potassium (K) et le chlorure de sodium (NaCl).

- Un excès en Mg inhibe l'absorption/retention du Mg et du K et favorise l'ostéoporose.

- Un déficit en Mg provoque une excrétion excessive de P et K à l'origine de troubles comportementaux. Le chercheur allemand Hertha Hafer a montré la relation entre un abus de phosphate et les troubles du comportement chez de nombreux enfants.

(Nahrungsphosphat als Ursache für Verhaltensstörungen und Jugendkriminalität)

L'absorption du magnésium est très liée à celle du calcium, leurs actions parfois s'inhibent, parfois se conjuguent : le ratio optimal entre ces 2 minéraux dans l'alimentation étant de 2 pour 1 en faveur du calcium.

Le taux Mg est abaissé sous l'action d'un excès de Ca qui provoque une excrétion de Mg qui, si elle est prolongée, entraîne un déficit magnésien. Quant aux formations de dépôts calcaires dans les artères et certains viscères, et compte tenu du rôle joué par le Mg dans

la formation et l'entretien du tissu osseux, et sans doute de l'apparition de lésions dentaires liées à l'insuffisance de magnésium, on peut dire que cette carence gêne le métabolisme du calcium.

L'intégrité est donc respectée si, en plus de la dose suffisante de Mg, le Ca/P est apporté dans le rapport adéquat et le potassium au taux requis. Le magnésium est donc une clé de voute de l'assimilation des Oligo-éléments.

## **BESOINS QUOTIDIENS**

Un régime équilibré devrait couvrir les besoins quotidiens en magnésium, de l'ordre de 300 mg pour un adulte.

« D'une étude faite chez les enfants de 3 à 7 ans, Daniels et Everson concluent que le régime à cet âge ne doit pas contenir moins de 13 mg de magnésium par kilo de poids. Pour Shukers et ses collaborateurs, les besoins des nourrissons de 2 à 6 mois sont du même ordre; Soons et Hum-mel évaluent entre 0,35 à 0,45 g la quantité de Mg/ jour nécessaire à la femme enceinte. » (Dr Maurat)

En fait, ce sont les rapports qui comptent car ces taux n'ont de valeur réelle qu'en fonction des quantités de calcium et de phosphore ingérées. En effet, le taux de magnésium ne sera normalement utilisé qu'à condition de recevoir le calcium/phosphore nécessaire et le taux de potassium doit être normal, faute de quoi le déséquilibre magnésien est inévitable .

« Le magnésium agit comme régulateur de la fixation du calcium dans l'organisme, et doit, en conséquence, faire partie intégrante du complexe: calcium-phosphore-vitamine D. »

(M. Randoïn et Pr. Causeret)

## **CARENCE GENERALISEE**

(APPORT QUOTIDIEN RAREMENT OBTENU)

Cet apport quotidien de 300 mg de magnésium étant rarement obtenu, c'est l'insuffisance qui est la plus fréquente, car en réalité, l'équilibre du magnésium des sols, donc des végétaux et des animaux, est perturbé.

En effet, le commerce courant propose des produits carencés en magnésium et autres minéraux, en oligo-éléments et en vitamines, conséquence :

De plus, le consommateur néglige totalement ses besoins et s'installe dans les routines culinaires déséquilibrées (alimentation riche en protéines et en graisses, sucre, pas assez de crudités et de fruits, pas assez de pain, etc..).

On ne mange pas ce que l'on doit et on croit manger ce que l'on veut...

L'absorption du Mg est de plus rendue plus difficile par la consommation importante

d'alcool ou de café. L'organisme carencé en Mg est plus sensible au stress et le stress augmente la consommation de magnésium par l'organisme.

Toutes ces raisons expliquent que la plupart des gens, de par leur seule alimentation, n'en consomment pas suffisamment.

## **SURDOSAGE ET INSUFFISANCE RENALE**

Les craintes d'excès ne sont pas tellement à redouter si l'on veut bien considérer que la muqueuse intestinale saine devient imperméable aux sels magnésiens lorsque le magnésium du plasma sanguin est à son taux normal. Cette barrière est un moyen naturel de sauvegarde contre le danger d'excès de Mg dans le sang (hypermagnésiémie). C'est ce pouvoir de la muqueuse intestinale qui a permis d'employer les sels de magnésium comme purgatifs.

En revanche, s'il y a insuffisance rénale par suite de maladies des reins, notamment de néphrites aiguës et chroniques, rein polykystique, etc., le taux de magnésium dans le sang tend à monter rapidement et dangereusement. Cette augmentation a lieu même en l'absence de consommation de sels magnésiens à titre de complément alimentaire. C'est que, chez les insuffisants rénaux, l'excrétion du magnésium usé par voie rénale n'est plus assurée. Il y a donc chez ces patients, risque d'intoxication magnésienne qui se traduit par des manifestations nerveuses, des troubles respiratoires et cardiovasculaires.

Il faut donc proscrire, chez les insuffisants rénaux, toute utilisation de sels magnésiens. La régulation de la magnésiémie, ou taux de magnésium dans le sang, postule l'intégrité de la fonction rénale. Les malades des reins doivent, bien entendu, être soumis à une surveillance médicale stricte.

## Dysfonctionnements connus par carence en Magnésium

Il est aujourd'hui prouvé que le magnésium est présent dans tous les tissus et organes, qu'il participe à la bonne marche de toutes les grandes fonctions de l'organisme sans exception. Comme l'organisme ne dispose d'aucune réserve en magnésium, il lui faut un apport régulier journalier pour faire face à ses besoins physiologiques, faute de quoi des troubles vont survenir plus ou moins rapidement au niveau de telle ou telle fonction organique selon la fragilité de chacun. La malabsorption du magnésium est associée aux problèmes gastro-intestinaux.

L'insuffisance chronique peut produire des dommages à long terme et peut être mortelle. 99% des hommes sont en déficit en magnésium (dans le monde moderne).

Problèmes dus au manque de magnésium :

- **Fatigue chronique** ainsi que tout manque d'énergie, réactions émotives, **dépansions, comportement psychotique, impulsion rapide, confusion, colère, nervosité, irritabilité, incapacité de penser clairement, insomnie, spasmes musculaires, tremblements, convulsions, sensibilité excessive à la douleur, problèmes vasculaires, durcissement des artères, arthrite, maladies cardiovasculaires, fibromalgie, spasme vasculaires, spasmophilie, palpitations, crampes.**

On a pu constater que l'apport de chlorure de magnésium a une action très positive sur :

- **L'anxiété** et son cortège de signes fonctionnels souvent caractéristiques : sensation de boule dans la gorge, sensation d'oppression thoracique, palpitations, troubles du sommeil, hyperémotivité etc...
- **Douleurs diverses** sans explication organique ou fonctionnelle, se traduisant le plus souvent par des céphalées ou migraines, des douleurs vertébrales, des douleurs musculaires et articulaires mal systématisées.
- **L'asthénie matinale** : cette fatigue dès le lever étant un signe révélateur très fréquent.
- **Infections diverses** : il est générateur d'un anticorps non spécifique, la properdine (protide magnésien) qui est un bactéricide très puissant (les résultats sont ahurissants).
- **L'hyperexcitabilité neuromusculaire**, notamment les contractions musculaire incontrôlables au niveau des paupières, crampes musculaires.
- **Artériosclérose et hypertension** : il détruit les lipides en excès par effet de catalyse des déshydrates.
- **Etats de chocs (et chocs opératoires)** : il prévient les ruptures de métabolisme et rétablit celui-ci.
- **Hyperthyroïde** : c'est un régulateur puissant.



- **Rachitisme** : il active la phosphatase alcaline des os. Notre corps a la faculté de le transformer en calcium. Le magnésium est une clef à l'absorption du calcium.
- **Tétanie** : traitement spécifique de la tétanie. Dans le sang total il y a dans ce cas une chute de 0,035 g d'ion magnésium libre par litre, à 0,015 g par litre.
- **Insuffisance hépatique** : il active les enzymes pour la régénération des sucres.
- **Durant la Grossesse** : à partir du 2ème mois, le taux en magnésium s'effondre généralement chez la femme enceinte, à cause des besoins du fœtus.
- **Thrombose** : il active les thrombocytes. C'est le meilleur anti-coagulant et le meilleur anti-thrombotique. Indispensable les derniers jours avant l'accouchement et les deux semaines suivantes.
- **Equilibre nerveux** : le système nerveux est sous la dépendance de l'équilibre calcium / magnésium. S'il y a rupture d'équilibre, le fonctionnement du cerveau en est affecté.
- **Digestion** : il active les enzymes digestifs.
- **Vitamines** : la vitamine C n'est active qu'en présence d'ions magnésium.
- **Système cardio-vasculaire** : les ions magnésium aident à fluidifier le sang et à assouplir les vaisseaux, calment les nerfs, empêchent la formation des athéromes. Supprime l'angine de poitrine. Régularise le rythme des battements du cœur, stimule le bon cholestérol, réduit le taux de triglycérides.
- **Viellissement** : avec l'âge, la teneur du sang et des cellules en magnésium tend à baisser. Le magnésium pris à doses régulières freine le vieillissement des cellules (pour les doses régulières prendre plutôt le NIGARI, voir plus loin) et éloigne les radicaux libres.
- **Plaies** : toute plaie est une brèche dangereuse laissant place à l'invasion de poisons et de microbes. Le corps réagit immédiatement en mobilisant sur place des anticorps, des leucocytes, des microphages qui s'attaquent aux microbes, des macrophages qui s'attaquent aux gros éléments étrangers, tandis que les thrombocytes tentent de colmater l'ouverture. Le pouvoir phagocytaire des leucocytes, activé par le chlorure de magnésium est augmenté jusqu'à 300%. Toute plaie devrait être traitée par voie interne et externe avec du chlorure de magnésium. Cette méthode ne présente pas les inconvénients des produits alcoolisés qui nécrosent partiellement les cellules de la plaie, entravant ainsi le travail de la cicatrisation.
- **Cancer** : Anti-cancéreux, il active le pouvoir phagocytaire des leucocytes. Le chlorure de magnésium ne guérit pas le cancer, mais en prévient l'apparition par un usage régulier. Cependant en cas de cancer avéré, il est recommandé d'adjoindre, la prise régulière de chlorure de magnésium ou de delbiase à raison de 4 comprimés par jour, le système immunitaire s'en trouvera renforcé et vous vous sentirez mieux, revigoré et meilleur moral, ce qui peut influencer très positivement sur le cours de cette maladie (la

gelée royale prise le matin, remonte aussi le moral).

Des études géographiques poussées furent entreprises en 1928, les cartes géologiques des régions dont la terre était pauvre en magnésium coïncidaient avec celles des régions où l'on constatait un nombre important de cancers. La comparaison des deux cartes est saisissante. On peut les confondre.

# Les Bienfaits du Chlorure de Magnésium

## Un bien-être général

- guérit les cholécystites et angiocholites après que les thérapies "officielles" aient échoué
- excellent effet sur le système nerveux : dépressions, tendances suicidaires.
- Effet rajeunissant, contre les crampes musculaires et les tremblements de la maladie de Parkinson
- Effet stimulant
- Peau : disparition des prurits, de nombreux types d'eczémas, psoriasis guéri en quelques semaines
- Acné rebelle et défigurante
- Prostate : aucun homme ayant utilisé régulièrement ce remède ne se plaignait de troubles de cet ordre
- Retouche esthétique en en mélangeant à de la pommade : décoloration des taches de vieillesse, élimination progressive des cheveux blancs
- Régulateur du calcium
- Effet préventif sur l'hypertension en ralentissant la sécrétion d'adrénaline
- Après opérations chirurgicales, facilite la reprise du transit
- Excellent anti-allergique
- Soigne la diphtérie et la polimyélite
- Guérit toutes les maladies respiratoires : Grippe, Enrouement, Coqueluche, Angine, Broncho-pneumonie, Bronchite chronique, Emphysème pulmonaire, Asthme
- Abscesses et furoncles
- Excellents résultats en pathologies rhumatismales
- Très nette amélioration de la glycémie chez les diabétiques...
- Conjonctivite chronique
- Scarlatine, rubéole, rougeole, varicelle
- Asthénies printanières
- Syndrome de fatigue chronique
- Ostéomyélite
- Morsures de vipère
- Rage

- Tétanos
- Sciatique
- Mastopathie kystique
- Cystites récurrentes

# Le Chlorure de Magnésium : Son histoire,

"Les vertus curatives du magnésium",  
Editions Résurgence, docteur Raoul Vergini

"Pendant la guerre de 1914, le jeune chirurgien français P. Delbet se proposa de trouver une substance capable d'exalter la vitalité des cellules afin qu'elles puissent triompher des microbes... Il s'aperçut rapidement qu'un certain taux de solution de chlorure de magnésium augmentait considérablement le pouvoir phagocytaire des globules blancs. ...il baptisa cette méthode cytophylaxie. Ce mot, qui signifie "protection des cellules" est, en réalité, mal choisi. P. Delbet aurait aimé le remplacer par un terme signifiant "exaltation des cellules", en souvenir de l'objectif qu'il s'était fixé, mais le terme cytophylaxie demeura. P. Delbet commença donc à nettoyer les blessures avec une solution de chlorure de magnésium. La solution qu'il utilisait était de 12,1 pour mille, soit environ 12 g de chlorure de magnésium par litre d'eau.

Cette préparation donnant des résultats très satisfaisants, P. Delbet se posa la question de savoir si, hormis les globules blancs, d'autres cellules de l'organisme pouvaient bénéficier de l'effet stimulant du chlorure de magnésium et si celui-ci pouvait également avoir un effet sur des affections internes.

Comme ce fut souvent le cas dans l'histoire de la médecine, P. Delbet fut aidé par la chance. Il administrait souvent aux blessés les plus graves des injections intraveineuses de chlorure de magnésium.

Un jour, il dut soigner un blessé très grave qui ne voulait pas d'injection. P. Delbet suggéra aux infirmières d'essayer de lui administrer la solution par voie orale. Elles lui répondirent, en souriant, qu'elles en prenaient elles-mêmes déjà depuis longtemps. P. Delbet fut surpris de leur réaction et leur demanda des explications.

Elles lui avouèrent qu'ayant constaté une espèce de bien-être général chez les patients auxquels elles injectaient cette solution, elles l'avaient essayée sur elles pour tenter de reproduire le même effet. Elles dirent éprouver une sensation d'euphorie, d'énergie et de résistance à la fatigue, qui les aidait à travailler avec plus d'entrain.

Le chlorure de magnésium produisait, donc, une action sur l'état général. Grâce à ses propriétés, celle qu'on appelait la "médecine du professeur Delbet" connut rapidement une grande diffusion.

# Préparation, Utilisation, Dosages

Il se vend en pharmacie (sans ordonnance) ou en magasin diététique, en sachets de 20g que l'on dilue dans 1 litre d'eau. Il est conseillé de le conserver au réfrigérateur pour tuer un peu la saveur âcre et amère.

## **Dosage de la préparation en utilisation curative**

### Pour l'adulte :

Diluer un sachet (20g) de chlorure de magnésium dans 1 litre d'eau et boire un verre de ce liquide à tous les 60 minutes jusqu'à ce que les symptômes disparaissent.

### Pour l'enfant :

Suivre le même procédé, mais diluer le sachet de chlorure de magnésium dans 2 litres d'eau (demie dose), même fréquence.

### Pour le bébé :

Mélanger le sachet dans 4 litres d'eau (quart de dose), même fréquence.

\* Retenons que le tétanos et la polio répondent également très bien au chlorure de magnésium.

Pour atténuer le mauvais goût, la dose peut être prise dans un verre d'eau sucré, jus de fruit. En cas de problèmes intestinaux espacer les doses.

### Usage pour les enfants : doses maximales

- 5 ans et + : 125 ml toutes les 6 heures ou 40 ml toutes les 2 heures.
- 4 ans 100 ml toutes les 6 heures.
- 3 ans 80 ml toutes les 6 heures.
- 2 ans 20 ml toutes les 2 heures.
- Nourrissons : de 1 à 4 cuillères à café toutes les 3 heures.

On peut diluer dans un peu d'eau ou du jus de fruits la solution préparée pour atténuer le goût amer.

**Traitement de recharge :**

boire le matin à jeun 50 ml de la solution de préférence avec une tisane de son choix ou un jus de fruits ou de légumes. A faire 20 jours suivi d'un arrêt de 10 jours (impératif) puis recommencer si nécessaire. On absorbe donc 1 litre en 20 jours . Ceci peut se faire une saison, ou bien à l'occasion d'un "coup de barre", d'une grossesse, d'un allaitement, d'une maladie quelconque.

**Traitement cytophylactique d'urgence** (activation des moyens de défense) :

prise de 60 ml de la solution toutes les 3 heures ou 40 ml toutes les 2 heures. Ceci doit déclencher une diarrhée. La diarrhée est le critère de la réussite et de l'effet du traitement. S'il y a fièvre, elle s'abaisse automatiquement entre 38° et 39°, jamais plus. Cette prise ne doit pas excéder 4 à 5 jours. On peut continuer ensuite à raison de 50 ml le matin et le soir. Si au début la diarrhée est trop forte, réduire la dose. Ne pas s'inquiéter, il n'y a aucun danger. Cette dose massive anti-infectieuse est valable pour toutes les infections, même virales.

**Contre-indication :**

Personnes ayant eu les reins fragilisés (par une néphrite par exemple). Le signal se manifeste par une fatigue importante après les prises (dans ce cas prendre du NIGARI).

# **Le NIGARI**

## **Source de Magnésium ! mais en mieux ?**

Il se présente sous forme de paillettes ou de poudre blanche solubles dans l'eau. Sa couleur peut varier, mais la couleur est sans incidence sur ses propriétés.

Le nigari sert également de coagulant pour préparer du tofu à partir de tonyu (lait de soja), et il est connu depuis des siècles en Asie.

Une cure de chlorure de magnésium ou de nigari pourrait apporter le magnésium manquant à une grande partie de la population occidentale.

Le nigari est très riche en chlorure de magnésium sous sa forme naturelle, il provient toujours de l'eau de mer d'où il est extrait avec le sel alimentaire (sodium). Il est obtenu en faisant traverser une masse importante de sel marin complet par une petite quantité d'eau. L'eau entraîne des minéraux.

La principale composante du nigari est le chlorure de magnésium (environ 95 %). Le nigari contient une toute petite quantité de chlorure de sodium (le sel), du sulfate de magnésium et d'autres traces minérales. Le nigari n'est pas une algue.

Le nigari, généralement en provenance d'Asie est surtout commercialisé dans le circuit bio, sur le Net et en boutique diététique.

Voir la composition du nigari sur le site [celnat.fr](http://celnat.fr).

C'est un complément alimentaire non seulement naturel mais aussi bon marché. Prix constaté : 1,90 € les 100 g., 5,55 € le kg. sur le site [monmarchand.com](http://monmarchand.com).

### **Utilisations :**

En ce qui concerne les cures d'entretien, il est conseillé de prendre plutôt le NIGARI qui est une algue très riche en chlorure de magnésium sous sa forme naturelle (en boutique diététique). Le fait d'habituer l'organisme au chlorure de magnésium (qui est tiré de la mer un peu comme le sel) érode ses réactions, et si soudainement, on a besoin pour une urgence de passer aux doses massives anti-infectieuses, le résultats risque d'être décevant. Quelques paillettes de NIGARI dans les aliments de temps en temps assurent une charge magnésienne adéquate tout au long de l'année.

Pour faire une cure de magnésium naturel, préparer une bouteille d'un litre et demi d'eau à laquelle seront ajoutées environ 10 g. de paillettes de nigari. Boire à jeun, un verre (50 ml. par ex.) de cette préparation chaque jour à titre préventif.



Le goût de l'eau additionnée de paillettes de nigari n'est guère agréable, mais on peut la sucrer ou verser les paillettes dans une tisane ou du jus d'agrumes pressées .

Le nigari peut éventuellement servir à saler les préparations en apportant du magnésium que le raffinage a fait perdre au sel de table courant.

Laissées à l'air libre les paillettes de nigari se transforment en une solution liquide.

Veillez à entreposer le nigari à la température de la pièce dans un contenant bien fermé.

Dans ces conditions, le nigari se conserve d'1 an ½ à 2 ans.

# QUELQUES APPLICATIONS SPÉCIFIQUES

## Grippe A / H1N1 :

Le chlorure de magnésium reste l'une des meilleures préventions contre les épisodes infectieux parasitaires ou grippaux.

Nous avions au lycée, il y a de cela un bon demi-siècle, un professeur de sciences naturelles que l'on moquait pour son éternelle blouse grise, ses cheveux rares mal peignés, la grisaille qui l'entourait et ses propos écologistes avant la lettre.

Il se vengeait en agitant sous le nez des potaches non avertis une bouteille d'une solution magique selon lui : “Vous riez de moi, mais je ne suis jamais malade, tandis que vous, chaque hiver, avez le nez qui coule quand ce n'est pas les oreilles. Vous accusez la grippe et autres méfaits, alors prenez du chlorure de magnésium ! C'est un remède miracle !”

Les décennies se sont succédées, et les informations semblables aussi rares qu'identiques, aussi il m'a été possible de vérifier que cette expérience contenait beaucoup de sagesse, méconnue car le bon sens est devenu suspect voire anormal, surtout si la méthode coûte presque rien !

La méthode de prévention consiste à acheter en pharmacie quelques sachets de chlorure de magnésium (poids net 20g à 1,40 € X 3 sachets) et les dissoudre successivement dans trois litres d'eau qui devront être consommés en trois ou quatre semaines.

Certes le goût ne vaut pas celui d'un bon vin, et il ne faut pas en boire trop d'emblée ! Un tiers ou un quart de verre suffit au début et on peut aller en augmentant les doses. Les personnes trop pressées risquent des épisodes diarrhéiques plus ou moins désagréables. (Ajouter une liqueur rend le goût acceptable...).

L'anion chlore désinfecte le tube digestif : il faut en user prudemment.

Cette méthode en cas d'invasion bactérienne ou virale est la plus simple et la plus efficace.

Les virus et les bactéries s'infiltrant en général (la grippe par exemple) par voies aériennes donc les fosses nasales avant d'atteindre les poumons. Ils sont véhiculés par voie sanguine. Or le sang est filtré par les reins, le tube digestif et notamment le foie.

La glande hépatique va acidifier la bile ; tout le système digestif intestinal sera ainsi épuré par le chlore, les parois intestinales lavées. En conséquence, les nouvelles cellules vont naître dans un milieu aseptisé (turn over 48h). Les cellules nouvelles sont plus performantes. Les reins après purification seront physiologiquement plus efficaces.

Les voies aériennes vont être aseptisées. Le magnésium va renforcer tout le système immunitaire. Son efficacité sera amplifiée et l'infection rapidement éjectée. Les virus seront tranquillement mis à la porte.

De façon générale, le magnésium est à prescrire systématiquement contre la fatigue, l'énervement, la colère, les infections, les plaies ouvertes, les décalcifications osseuses, au cours des grossesses (excepté le dernier mois), dans les suites de couches, les fractures osseuses, les maux de ventre, l'arthrose décalcifiante, etc...

Ce cation est indispensable à la vie

Les sols ont été dénaturés par une utilisation agricole intensive, de nitrates et de pesticides, ce qui a des conséquences sur la composition chimique des aliments. Ceci explique qu'un grand nombre de nos concitoyens sont carencés donc vulnérables aux épidémies. A la vulnérabilité croissante avec l'âge s'ajoutent les multiples pollutions actuelles.

Un petit conseil : il ne faut pas prendre du chlorure de magnésium à la louche, mais dans une concentration faible au début puis de plus en plus forte. Beaucoup d'affections comme la peste ou la spirochétose hémorragique, au moins à leur début, réagissent positivement à cette méthode qui s'avère également efficace dans les parasitoses digestives, les intoxications secondaires à des eaux souillées. On a rapporté de bons résultats dans le paludisme. D'autres sels de magnésium (gluconates, glutamates, orotates, pidolates) sont fréquemment conseillés. En cas d'infection ou de parasitose le chlorure est à privilégier pour son efficacité dans le combat à mener. Il active le système naturel de défense immunitaire de chacun en pareil cas.

Association ARABEL ( <http://b.herzog.free.fr> )

## **Brûlures :**

Appliquer une compresse de chlorure de magnésium, la douleur cesse immédiatement, il faut toujours avoir chez soi du chlorure de magnésium prêt : 1 sachet ou 20g dans un litre d'eau. Lorsque le pansement est en place, on peut le réhydrater en versant du chlorure de magnésium sans pour autant défaire le pansement. Il n'y aura jamais d'infection.

## **Un traitement alternatif à la méningite :** le chlorure de magnésium !!!

La méningite est, bien souvent, l'effet secondaire le plus grave de la vaccination.

Le chlorure de magnésium, administré à temps, possède une action d'arrêt positive, même dans les cas les plus graves de la méningite. Il s'agit d'agir dès les premiers symptômes. Pour vérifier si la personne malade est atteinte de la méningite, il suffit de lui demander de se soulever la tête lorsqu'elle est en position couchée. Si la personne se plaint d'une douleur significative à la nuque au point d'être incapable de soulever la tête, il y a de bonnes indications d'une irritation des nerfs de la nuque et de la moelle épinière. Ce sont les symptômes reliés à une irritation des méninges : le méningisme.

## **Les animaux :**

liste des maladies où le chlorure de magnésium se montre efficace : fièvre aphteuse, traitement préventif de l'avortement, septicémie, traitement de la non-fécondation des vaches, traitement de la mammite, bronchite, entérites, météorisation (ballonnements), broncho-pneumonie, maladie de carré (chien), gastro-entérite, diphtérie aviaire, choléra aviaire, typhose aviaire, peste aviaire, pneumonie contagieuse des poulets, diarrhée blanche, coccidiose des lapins etc...

A priori , pourquoi les animaux seraient guéris et pas les humains ?

## Conception et réalisation :

ALOHA Internet Business

<http://aloha.comuv.com>

*"D'autres E-book sont disponibles sur le site internet, n'hésitez pas à consulter notre catalogue"*

Service Publications - ALOHA Internet Business



### **Arrêter de fumer facilement et sans médicament en 5 à 6 jours !**

Pourquoi la méthode HALT TABAC remporte un tel succès dans l'efficacité ?

- Tout simplement car elle est basée sur le BON SENS.

Pourquoi la méthode HALT TABAC est-elle unique ?

- Elle est rapide, naturelle, sans contre indication.

**Résultats** : Fini la cigarette, fini les patches, fini les gommes, "c'est une vraie renaissance".

<http://www.halt-tabac.com>



### **La solution n°1 anti-stress, par la maîtrise consciente de votre sommeil !**

80% de la population pense avoir besoin de 8 à 10 heures de sommeil par nuit.

- Nous disons "c'est complètement faux !"

Votre organisme a besoin réellement de 3h à 3h30 de sommeil par nuit.

- La méthode DORMIEU est naturelle, et vous apprend à détecter les moments où votre organisme a réellement besoin de ces 3h de sommeil (pour tous les âges et sans aucune contre-indication).

- L'apprentissage de vos cycles de sommeil dure une vingtaine de jours seulement.

Résultats : Fini votre stress, fini l'énervement, fini l'agressivité, "la sérénité retrouvée". !

<http://www.maitrise-du-sommeil.com>

## **Biotonia - Toulouse-Blagnac** Centre de Danse



Apprenez à danser avec des " PRO " avec de nombreuses danses enseignées.

Danses Classique, Orientale, Indienne, Salsa.

Sous la direction de Mme Christine Teyssier, soliste des Ballets du XX<sup>e</sup> siècle de M. Béjart

<http://blagnac-danse-biotonia.comyr.com>