

Préserver votre cœur après 60 ans... sans toucher aux statines

Si vous êtes né(e) avant 1959, vous pouvez commencer à l'appliquer dès AUJOURD'HUI

Après 60 ans, la vie n'est plus aussi facile qu'avant.

Le cœur ralentit, les douleurs s'accumulent, les ordonnances s'empilent...

Et avec toutes les informations contradictoires qui circulent sur la santé, difficile de savoir vers qui se tourner.

Prenons l'exemple de la santé cardiovasculaire :

Si l'on suivait les recommandations "officielles", 97.1% des personnes de plus de 60 ans devraient être sous traitement aux statines [1].

Les dernières études montrent pourtant que ces médicaments anti-cholestérols sont de véritables DANGERS, qui augmentent même les cas de cancer et d'Alzheimer.

Face à ce non-sens, un médecin indépendant a décidé de diffuser une méthode applicable par TOUS pour protéger naturellement votre cœur et éviter d'être emprisonné dans un traitement à vie.

Sa méthode simple a fait l'objet de nombreuses études :

Elle ferait chuter de 50% votre risque de crise cardiaque ;

Elle peut également diviser par 3 votre risque d'AVC sans toucher au cholestérol ... [2]

Elle peut rééquilibrer votre tension artérielle sans recours aux médicaments [3] ;

Elle fait chuter de 70% le risque de mortalité globale [4] (en « équivalence mathématique », cela revient à gagner 15 années de vie en bonne santé) !!

Et en plus... elle est extrêmement SIMPLE à appliquer : vous pouvez commencer à en ressentir les bienfaits sous 48h seulement.

Ses principes sont déjà enseignés par les thérapeutes et chercheurs les plus réputés en Europe et en Amérique, comme le Dr Micozzi ou le Dr David Perlmutter.

Mais ne vous attendez pas à en entendre parler par votre médecin généraliste...

... Il faudra bien longtemps avant une vraie prise de conscience !

Voilà pourquoi ce médecin a tenu à ce que vous puissiez appliquer sa méthode en cette fin d'été 2019 : pour que vous puissiez prendre 20 ans d'avance et commencer à rétablir la santé de votre cœur dès aujourd'hui.

Avant de vous dévoiler sa méthode simple, laissez-moi vous rappeler pourquoi il faut se méfier des statines :

Les 5 pires effets PERVERS de ces médicaments (et comment les contourner)

Effet PERVERS n°1 : DOULEURS MUSCULAIRES : 57% des patients arrêtent les statines dans les 2 ans après avoir commencé le traitement en raison de ces douleurs insupportables [5]. Le pire, c'est que 20% de ceux qui les arrêtent continuent d'avoir des douleurs.

Écoutez-les :

« J'en prends depuis 13 ans. Depuis un peu plus d'un an j'ai commencé à souffrir fortement de mes jambes, souffrances sur les muscles des cuisses, ce qui m'empêchait de marcher et de gravir des marches sans l'aide des mains courantes, fatigue généralisée...J'ai décidé d'arrêter la prise de statines et depuis je me sens beaucoup mieux et je marche normalement ». M. Brignon

medicament

« J'ai arrêté mon traitement anti-cholestérol à cause des douleurs insupportables, migraines (déprime) et de gros problèmes digestifs. Je ne pouvais plus marcher, plus manger ni respirer normalement. J'ai appelé plusieurs services dont les urgences et personne ne voulait prendre le risque de me faire arrêter, alors j'ai décidé de tout stopper. Après quelques semaines tout est pratiquement rentré dans l'ordre. » Marie

Mais les douleurs ne sont que la partie visible de l'iceberg.

Effet PERVERS n°2 : VIE SEXUELLE PERTURBÉE : l'érection, la libido des femmes et des hommes sont directement affaiblis par les statines car le cholestérol est le précurseur de toutes les hormones sexuelles... Pourtant la vie sexuelle est un facteur de prévention essentiel des maladies cardiovasculaires durant toute la vie, même après 75 ans.

Effet PERVERS n°3 : LE CERVEAU SE RIDE : Le cholestérol est une molécule essentielle au fonctionnement des neurones... Même la FDA (Food and Drug Administration) américaine a reconnu que les statines étaient toxiques pour nos neurones en constatant des troubles de la mémoire chez les personnes traitées ; on n'exclue pas un mécanisme favorable au développement de la maladie d'Alzheimer ou la démence sénile.

Effet PERVERS n°4 : AUGMENTATION DU RISQUE DE DIABETE : On parle d'un nouveau cas de diabète pour 150 personnes traitées. 7 millions de Français sous statines c'est donc près de 50,000 nouveaux cas de diabète qu'il faudra soigner et qui augmentent le risque d'accident cardiovasculaire, mais aussi de cancer ! La FDA a même ajouté ce risque sur les étiquettes des médicaments.

Effet PERVERS n°5 : Et le pire...AUGMENTATION DES CANCERS ! L'étude PROSPER sur 6,000 personnes de plus de 70 ans vient de le suggérer : dans le groupe traité par statines, on a une diminution du cholestérol de 34% et pourtant une augmentation du nombre de cancers (245 contre 199) et des décès par cancer (115 contre 91) [6].

Une des dernières études en date montre même que les statines augmentent la calcification des artères coronaires, entraînant ainsi... un plus grand risque de maladie cardiovasculaire, d'AVC !! Cela même contre quoi ils sont supposés nous protéger ! [7]

Pour reprendre les mots du Dr Micozzi (un pont de la recherche américaine), continuer de prescrire massivement ces statines, c'est comme dire à la famille d'un patient :

« L'opération a été un succès, mais le patient est mort » [8]

Les statines sont donc dangereuses.

Mais alors que faire du cholestérol ?

Dois-je faire baisser mon cholestérol ?

La réponse est simple : il n'y a aucun intérêt à diminuer artificiellement le cholestérol.

Car le cholestérol n'est pas le problème dans les maladies cardiovasculaires.

La preuve, c'est qu'il y a 3 fois plus d'infarctus du myocarde à Lille qu'à Toulouse alors que les habitants ont le même taux de cholestérol [9].

Au contraire : si vous voulez VRAIMENT vivre vieux sans risque de vous effondrer du jour au lendemain en raison « d'un cœur faible », il y a quelque chose de bien plus important à faire.

Vous devez vous attaquer au VIEILLISSEMENT DE VOS ARTÈRES : voilà la véritable cause de l'AVC et des crises cardiaques.

sang

Mais il faut commencer dès que possible, car sinon vos artères pourraient continuer de perdre en élasticité...

Et avec le temps, des plaques d'athérome pourraient boucher vos vaisseaux en formant des caillots de sang.

Sans le bon accompagnement, ces plaques peuvent soudainement provoquer un infarctus.

C'est si soudain qu'on ne s'en doute généralement pas avant le dernier souffle.

Bonne nouvelle : ce médecin vous a préparé une méthode pas à pas pour balayer ces inquiétudes de votre vie.

Tout est fondé sur un constat simple : les Européens du sud font 3 fois moins d'infarctus que ceux du Nord, et ce n'est PAS parce qu'ils consomment moins de cholestérol.

C'est surtout car ils ont intégré 4 petites habitudes merveilleuses :

Ils utilisent la cuisson douce, bien meilleure que la cuisson à feu vif qui carbonise les aliments en produisant des substances cancérigènes. La cuisson à la vapeur ou à l'eau est une bonne manière de diminuer son risque cardiovasculaire.

Ils raffolent de l'huile d'olive : elle contient des polyphénols anti-inflammatoires très précieux ;

Ils consomment de petits poissons qui sont une merveille pour les vaisseaux sanguins : maquereau, sardines...

Ils mangent des noix, un concentré de nutriments essentiels pour les artères : bonnes graisses, fibres, vitamines, minéraux et antioxydants... et contrairement à ce que l'on pense... elles ne font PAS grossir.

Ces habitudes sont bonnes. Elles peuvent permettre de vivre 1 ou 2 ans de plus que la moyenne.

Cependant, elles ne sont pas ... suffisantes si vous souhaitez voir grandir vos petits-enfants et leurs donner encore des conseils lorsqu'ils auront 25 ans.

Pour cela, il faut franchir un petit cap supplémentaire...

Pourquoi certaines personnes vivent-elles 20 ans de plus que les autres ?

Ecoutez bien ce qui suit :

Dans 25 ans, vous reverrez vos amis d'enfance :

→ La moitié d'entre eux (peut-être vous) vivra de façon parfaitement autonome, se baladera tous les matins seul ou avec ses amis, verra ses petit-enfants dès qu'ils veulent passer un week-end chez elles (et ces petits en raffolent) ;

→ L'autre moitié (peut-être vous) vivra en maison de retraite, en chaise roulante, nourrie par un personnel dédié, qui remplit ses plateaux repas et mélange sa compote avec des comprimés en poudre.

Dans le premier groupe, il y aura ces personnes qui restent encore en pleine forme jusqu'à un âge avancé.

Vous en avez sûrement dans votre entourage.

Des personnes comme Jeanne Calment, par exemple, qui a vécu 122 ans, a commencé l'escrime à 85 ans. Passé 100 ans, on la voyait encore pédaler sur son vélo dans les rues d'Arles ! A 114 ans, elle a même fait du cinéma !

mamie

C'est à vous de décider si vous voulez faire partie du premier groupe ou du deuxième.

Vous pouvez décider qu'on dise de vous :

« C'est incroyable, mais comment fait-elle pour être encore en aussi bonne forme à 98 ans !? »

Mais vous devez commencer maintenant.

Et appliquer des méthodes testées et prouvées.

La méthode du Dr Ménat est validée par des centaines d'études scientifiques. Ses principes permettent de :

⇒ Faire chuter de 50% le risque de vous retrouver frappé par un AVC en faisant vos courses ou lors d'une promenade ;

⇒ Rajeunir votre cœur et vos artères pour vous surprendre à jouer au « loup » avec vos petits-enfants qui auront du mal à vous courir après !

⇒ Faire chuter de 70% votre risque de mourir d'un infarctus, en diminuant votre tension artérielle et en nettoyant vos artères.

Le Dr Ménat sait que l'on n'obtient aucun résultat en exigeant des patients qu'ils changent complètement leurs habitudes.

Voilà pourquoi il a créé une méthode simple et applicable par tous.

Cette méthode vise à rajeunir vos veines, vos artères et votre cœur, mais avec douceur.

Contrairement à ce que vous pensez peut-être, vous n'avez PAS à renoncer aux plaisirs de la vie pour devenir centenaire.

Bien au contraire !

Sentez votre cœur rajeunir de 15 ans... en cédant à ces petits plaisirs

C'est assez étonnant, mais le Dr Eric Ménat n'est pas du genre à vous interdire des aliments, comme le chocolat ou le fromage.

Pour rester en forme, il vous conseille bien plutôt de vous faire plaisir.

Je dois vous avouer que quand j'ai vu certains de ses remèdes pour le cœur, j'ai d'abord été très surpris : ils donnaient très envie :

Baissez votre tension en mangeant du bon chocolat noir : le magnésium contenu dans le cacao noir participe à diminuer la pression artérielle.

chocolat

Une étude de la « Harvard School of Public Health » à Boston conclue que la complémentation en magnésium permet de diminuer le risque d'AVC de 22% au moins, en faisant baisser la pression de 5.6Mmhg en moyenne (sans parler des bénéfiques inouïables des antioxydants présents dans le cacao) ! [10]

Remplacez la margarine par du vrai beurre (oui, oui) : tartinez votre biscotte le matin avec un bon beurre bio et vous apportez naturellement du bon cholestérol à votre cerveau mais aussi une substance appelée acide butyrique, uniquement présente dans le beurre pour vous protéger contre le cancer du côlon (au contraire, la margarine est un produit industriel bourré d'omega-6 qui augmentent l'inflammation, qui est le moteur de nombreuses maladies modernes dont l'arthrose et Alzheimer).

Grignoter, c'est mauvais pour la santé ? Pas forcément ! Vous allez raffoler de ces petites friandises naturelles à prendre en collation entre les repas : une poignée par jour a plus d'effet bénéfique pour votre cœur que tous les légumes du monde (et en plus, cela ne fait même pas grossir ! Indice : c'est grâce à leur teneur en omega-3).

Buvez du Haut Médoc, c'est bon pour le cœur : les antioxydants présents dans les polyphénols du vin rouge (le Haut Médoc est un exemple, mais tout autre vin rouge bio fera l'affaire) permettent de protéger les artères comme aucune autre boisson (même les meilleurs jus « detox »).

Je ne vais pas vous détailler les 36 autres substances à intégrer dès maintenant à votre alimentation, ni comment les consommer pour en tirer les meilleurs bénéfices pour votre longévité : le Dr Eric Ménat vous explique tout dans sa méthode.

Dans un instant, vous allez pouvoir commencer tout de suite à appliquer ses conseils délicieux pour avoir un cœur en meilleure santé.

Mais attention : tout n'est pas qu'une question d'alimentation.

Puisqu'il veut mettre TOUTES les chances de votre côté, le Dr Eric Ménat a tenu à vous révéler un autre secret de centenaire bien gardé ... : des plantes mystérieuses, qui ont chacune leur propriété bien particulière pour faire revivre vos artères, vos muscles, vos os, votre cœur, et retrouver une forme épatante.

Ces plantes secrètes font rebattre votre cœur comme à 20 ans

Dans ce dossier intitulé « Un cœur en pleine forme jusque 110 ans ? », le Dr Eric Ménat (qui possède un diplôme de phytothérapie en plus de ses autres spécialités) dévoile 17 plantes incontournables pour profiter de vos paisibles journées, sans jamais plus avoir à craindre l'infarctus.

En tisane, en complément ou en les intégrant à vos plats, ces petites merveilles de la nature sont le parfait moyen de renforcer le fonctionnement de votre cœur sans effort :

Ce jus rouge fait chuter la tension (indice : ce n'est pas du vin) : le nitrite contenu dans cette plante dilate les vaisseaux sanguins et oxygène les cellules, ce qui diminue la pression sur vos artères et permet à votre sang de couler comme un fleuve. Une étude sur 4 semaines a montré une augmentation de 20% de la dilatation artérielle et diminution de 10% de la rigidité artérielle des patients simplement en buvant 250ml de ce jus délicieux par jour [11].

Contre les palpitations cardiaques et les tachycardies il vous conseille des tisanes d'aubépine, à associer avec le lotier (et il vous révèle les 2 plantes de référence contre l'angoisse).

aubépine

Pour décupler les effets des plantes, il n'hésite pas à vous conseiller la gemmothérapie, une thérapie qui utilise des bourgeons de plantes dilués au 10ème, comme le Cornus Sanguinea bourgeons : ce bourgeon fluidifie le sang pour empêcher la formation des caillots responsables de l'AVC et de l'infarctus ;

Mais aussi des plantes diurétiques car la rétention d'eau est une des grandes causes d'hypertension : vous découvrirez par exemple le pouvoir de la piloselle, très utile également contre la cellulite ou les « jambes en poteau » ;

olivier

Il n'y a pas que l'olive dans l'Olivier ! Cet élément oublié du célèbre arbre méditerranéen regorge de 4 effets protecteurs pour le cœur 1) il réduit le risque d'angine de poitrine, 2) abaisse les tachycardies, 3) balaie les caillots et 4) diminue le niveau de cholestérol dans votre sang : il suffit de casser une branche pour laisser son pouvoir emplir vos veines...

Jamais je n'ai vu une aussi belle armée se battre pour une aussi belle cause : la vitalité de votre cœur.

Ce qui est formidable, c'est que le Dr Eric Ménat a donné accès à ce programme à chacun d'entre nous, et que dès que vous l'avez sous la main, en l'espace de 48h seulement, vous pourrez commencer à rétablir votre santé cardiovasculaire.

Il y a juste une toute petite condition : le Dr Eric Ménat souhaite vous accompagner dans la démarche.

Puisqu'il veut mettre TOUTES les chances de votre côté pour que vous puissiez vivre votre vie normalement, sans être inquiet par ces terribles maladies, il m'a demandé de vous envoyer chaque mois ses conseils inestimables.

Cela s'appelle les Dossiers du Dr Ménat, et c'est assez extraordinaire...

Le thérapeute qui maîtrise (presque) toutes les médecines

Vous connaissez peut-être le Dr Ménat pour l'avoir vu dans l'émission « Allo Docteur », sur France 5.

Ou peut-être avez-vous vu ses nombreux livres autour de la santé naturelle dans votre librairie.

Le Dr Ménat a une quantité assez impressionnante de diplômes dans le domaine de la médecine globale.

En plus de la médecine « classique », il maîtrise :

La Nutrition et nutrithérapie – c'est sa passion depuis toujours ;

La Phytothérapie (médecine par les plantes) et l'Aromathérapie (huiles essentielles) ;

L'Homéopathie – sa formation initiale ;

La Naturopathie - qu'il a enseignée avec le grand Robert Masson ;

La Cancérologie – il est diplômé de carcinologie clinique auprès de l'institut Gustave Roussy de Villejuif ;

Et aussi : l'immunologie, la mésothérapie, la gemmothérapie, la nutrition comportementale, l'équilibre émotionnel, la médecine prédictive, etc.

C'est pourquoi le Dr Ménat a publié plus d'une dizaine de livres de référence pour le grand public : sur le diabète, l'ostéoporose, la perte de poids, le cholestérol, le cancer, etc.

Mais ce qui fait sa grande différence, ce ne sont pas ses diplômes ou ses livres, mais son expérience.

Du Dr Seignalet... au Prix Nobel de Médecine, le Dr Ménat travaille avec les plus grands

Dès les années 1990, le Dr Ménat a travaillé sur les maladies auto-immunes avec le Dr Jean Seignalet.

Jean Seignalet, c'est ce géant de la médecine naturelle qui a prouvé 30 ans avant tout le monde qu'un régime « hypotoxique » sans lait et sans gluten pouvait contribuer à guérir 91 maladies de notre temps !

Le Dr Ménat fait aussi partie du groupe Chronimed, regroupé autour du prix Nobel de Médecine français.

Chaque mois, le Dr Ménat rencontre les autres membres du groupe pour partager leur expérience et leurs découvertes sur les maladies chroniques (arthrose, diabète, cancer, etc.).

Imaginez les plus grands cerveaux de la médecine naturelle, réunis autour d'une table à « phosphorer » pour le bien de leurs patients !

Le Dr Ménat est toujours à l'affût des « bonnes pratiques » et découvertes. Et c'est sans doute pour cela que ses patients lui sont fidèles.

Gagnez 20 ans d'avance sur la médecine officielle

S'il faut au moins 6 mois pour espérer obtenir un rendez-vous avec le Dr Ménat, ce n'est pas pour rien.

Victime de son succès, il n'accepte d'ailleurs quasiment plus aucun nouveau patient.

Car son approche a des années d'avance sur la médecine conventionnelle.

Grâce à son savoir et son expérience, il a aidé des milliers de patients à INVERSER des maladies cardiaques graves... à SORTIR la tête haute de l'épreuve du cancer... à PRÉVENIR Alzheimer avant qu'elle ne se développe... et à FAIRE TAIRE les douleurs chroniques comme celles de l'arthrose.

En fait, quelle que soit la complexité de votre cas... et même si votre diagnostic est décourageant, le Dr Ménat aura quelque chose à vous proposer.

Même des maladies « incurables » comme l'autisme ne le désarment pas. Dans les années 1990, vingt ans avant tout le monde, il avait déjà montré que la nutrition faisait des merveilles sur un tiers des enfants autistes... et les familles qu'il a aidées l'en remercient encore !

Grâce à son travail acharné, le Dr Ménat a toujours des années d'avance sur les autres médecins.

Protégez-vous de la propagande des lobbys pharmaceutiques et agroalimentaires

Je ne compte plus le nombre de fois où il a dénoncé les dangers de certains médicaments de nombreuses années avant que les scandales n'exploient :

Au début des années 2000, au moment où tous les spécialistes saluaient l'arrivée d'une nouvelle classe de médicaments contre le diabète et le surpoids (les « thiazolidinediones »), le Dr Ménat recommandait à ses patients de ne surtout pas y toucher... Résultat ? Ces médicaments ont été retirés du marché en 2011, à cause de leur dangerosité ;

Même chose pour le Protelos® contre l'ostéoporose, qui vient d'être retiré du marché par le laboratoire Servier en mars 2017 : le Dr Ménat en a dénoncé publiquement les dangers il y a 10 ans, à une époque où ce médicament était encensé dans les médias ;

Quant aux médicaments contre Alzheimer, le Dr Ménat les a toujours déconseillés à ses patients... mais il a fallu attendre 2016 pour que la Haute Autorité de Santé reconnaisse qu'ils sont inefficaces et dangereux !

Comprenez bien que le Dr Ménat n'est pas du tout anti-médicament par principe.

Il sait parfaitement que certaines molécules pharmaceutiques peuvent sauver des vies, généralement en cas d'urgence.

Mais il sait aussi qu'il existe presque toujours des alternatives naturelles plus efficaces et moins dangereuses.

Donc, que ce soit pour traiter un reflux gastro-œsophagien, de l'hypertension, du cholestérol élevé, une dépression ou d'autres problèmes communs, il saura vous recommander les alternatives qui fonctionnent.

Et parce qu'il se renseigne sur tous les fronts, le Dr Ménat a aussi prévenu ses patients des années à l'avance du danger des ondes des téléphones portables, des additifs alimentaires comme le dioxyde de titane (cancérigène) ou du gluten.

Vous pouvez désormais bénéficier de ses lumières... sans sortir de chez vous !
Jusqu'à récemment, seuls ses patients pouvaient réellement bénéficier de ses efforts infatigables pour améliorer leur santé.

Mais le Dr Ménat a toujours souhaité pouvoir aider le plus de gens possible à travers la France, et jusqu'en Suisse, Belgique ou Canada.

Et aujourd'hui, il a trouvé un « système » assez incroyable pour y parvenir, malgré la distance.

Laissez-moi vous expliquer comment ça marche.

Comment le Dr Ménat vous « entraîne » à être en bonne santé

Tous les mois, le Dr Ménat écrit spécialement pour vous un guide avec ses conseils les plus précieux pour prévenir et traiter la plupart des maladies, et ses solutions pour rester jeune dans son corps et dans sa tête à tout âge.

C'est lui qui écrit tout ce que vous lirez, du début jusqu'à... la toute dernière page !

Cela s'appelle Guérir & Bien Vieillir – Les Dossiers du Dr Ménat, et ce sont de véritables « trésors » que vous recevez chaque mois, dans votre boîte aux lettres.

Dans chaque numéro, il traite en profondeur un problème de santé majeur (cancer, arthrose, Alzheimer, ménopause, surpoids...) et vous livre toutes les solutions pour gagner des années de vie en bonne santé.

Pour être honnête, quand j'ai eu sous les yeux son premier dossier sur l'arthrose, je n'en ai pas cru mes yeux.

Mais... docteur, lui ai-je dit, ce n'est pas un dossier que vous avez écrit... c'est un livre ! »

Et c'est vrai... sauf que ses dossiers sont beaucoup plus passionnants, clairs et agréables que la plupart des livres qui sortent en librairie !

L'objectif du Dr Ménat n'est pas que vous deveniez un « docteur en médecine ».

Ce qu'il veut, c'est que vous « passiez à la pratique » le plus facilement possible, pour optimiser réellement votre santé.

Il ne se contente pas d'être à la pointe de la recherche scientifique... il vous livre aussi la quintessence des traitements qui marchent vraiment, ceux qui ont obtenu des résultats concrets avec ses milliers de patients !

Mais ses dossiers ne s'arrêtent pas là.

Ils vous donnent aussi des alertes médicaments, des informations sur les risques environnementaux, et même des recettes de cuisine santé !

Délicieuses recettes pour rajeunir... et autres « belles surprises »
Prenez l'exemple de l'alimentation.

Ce n'est pas forcément ce qu'on attend quand on va chez le médecin : mais le Dr Ménat lui n'hésite pas à vous donner chaque mois des recettes de cuisine qu'il élabore lui-même pour guérir et mieux vieillir.

N'aimeriez-vous pas bénéficier des recettes d'un des meilleurs spécialistes français de la nutrition ?

Il vous apprendra par exemple à faire ses délicieuses rillettes de sardines, une habile manière de faire le plein d'oméga-3, de calcium et de vitamine D, particulièrement intéressant pour la santé des os mais aussi pour les neurones ;

En bon « héritier » de la grande pionnière de la santé naturelle, la Dr Catherine Kousmine, il vous donnera aussi sa recette revisitée de sa célèbre « crème Budwig » : un plat riche en micronutriments et acides gras essentiels qui favorise le fonctionnement de nos cellules et lutte contre les maladies dégénératives.

Et ce n'est pas tout. Pour faire de chacun de ses dossiers une lecture riche et amusante, il vous donnera chaque mois :

Ses propres conseils de lecture : des livres de santé qui l'ont marqué à titre personnel, et les meilleurs livres qui sortent sur la santé.

Des « questions-réponses de patients » : il répond de façon très directe à des « petits problèmes de santé » que ses patients rencontrent régulièrement. Il vous dira ainsi comment utiliser de la propolis pour soigner un aphte, des remèdes homéo à prendre quand on a le trac, et les secrets naturels pour se débarrasser d'un herpès, d'une verrue ou tout simplement pour éviter la chute des cheveux !

Ses patients le savent bien : le Dr Ménat est une forte personnalité, avec un sacré sens de l'humour... C'est pourquoi il a même tenu à avoir chaque mois une petite rubrique dédiée à l'humour : il parle de thérapie par le rire.

Tous ses conseils sont faciles à appliquer, et il donne systématiquement une multitude de possibilités pour que vous puissiez les utiliser efficacement, quelle que soit votre situation.

Je suis sûr que vous attendrez chaque mois son dossier avec impatience, et que vous le dévorerez d'une traite !

Le Dr Ménat déteste le jargon... et vous accompagne avec humanité

Car vous pouvez compter sur lui pour vous parler clairement, dans un langage simple, limpide et sans jargon.

Les dossiers et les articles du Dr Éric Ménat sont toujours faciles à lire : il sait que les mots en latin, les noms d'organes, les noms de molécules donnent parfois mal à la tête !

Il sait aussi mieux que quiconque que pour se soigner, un malade a besoin avant tout de comprendre de façon claire ce qui lui arrive !

Un diagnostic et une ordonnance ne suffisent jamais : un bon médecin doit expliquer, conseiller, encourager, parfois persuader ou consoler, mais aussi rassurer ou mettre en garde.

Ce qui distingue le Dr Ménat, c'est son « approche 360° ».

Comme il maîtrise aussi bien la nutrithérapie que l'homéopathie, la phytothérapie que les huiles essentielles, la diététique que l'équilibre émotionnel...

...il parvient à avoir une approche vraiment globale de la personne !

Des thérapies et des produits dont personne ne parle et qui marchent !

Dans ses dossiers, le Dr Éric Ménat vous révélera chaque mois des conseils dont on ne parle jamais dans les médias :

Tous les compléments alimentaires, même des produits peu connus comme l'héricium : c'est un champignon qui booste votre mémoire et vos capacités intellectuelles en stimulant une molécule (NGF) qui favorise la croissance des neurones.

Les secrets des plantes qui soignent, et comment les utiliser, sous quelle forme et à quel dosage : il vous dira ainsi quelle espèce d'ortie utiliser et quelle partie de la plante. Pour l'arthrose par exemple, ce sera les feuilles et non les racines, qui elles, seront plus intéressantes en cas de problèmes de prostate.

Il sait aussi que la dimension corps-esprit est essentielle dans la prévention et la guérison de toutes les maladies et vous donnera toujours des conseils en ce sens. Pour aider ses patients à maigrir, il n'hésite pas à faire appel à des méthodes « comportementales ».

Le Dr Ménat va puiser dans tout son savoir les méthodes qui marchent le mieux, selon les cas... y compris les plus inattendues !

Car il a beau être un scientifique rigoureux, le Dr Ménat n'hésite pas à vous conseiller, quand c'est utile, le thermalisme, la magnétothérapie ou l'acupuncture, l'auriculothérapie, ou encore l'organothérapie (des dilutions homéopathiques de l'organe atteint).

Pour tout vous dire, je ne connais aucun médecin qui ait une connaissance aussi IMMENSE de toutes les solutions naturelles qui marchent.

Des remèdes qui ralentissent le vieillissement et écartent les effets des maladies
Chaque mois, le Dr Ménat vous livrera de véritables trésors qui peuvent littéralement transformer votre forme physique et faire la différence quand vous commencerez à vieillir :

Le collagène marin, issu du cartilage de raies, est d'une grande efficacité contre les douleurs de l'arthrose en quelques mois seulement ; ce collagène marin apporte également de nombreux nutriments intéressants et ralentit le vieillissement de la peau.

Pour consolider vos os et éviter qu'ils ne se fragilisent avec le temps et à cause de l'ostéoporose, le Dr Ménat recommande la silice minérale qu'on trouvera dans la prêle ou dans le bambou tabashir.

Le Dr Ménat recommande souvent ce vieux remède inventé par des alchimistes hollandais il y a presque trois siècles : l'Huile de Haarlem est un excellent complément alimentaire pour ralentir le vieillissement en faisant le plein de soufre. Elle facilite la récupération après un effort, diminue la fatigue intellectuelle, permet de garder une belle chevelure et des ongles éclatants.

Mangez du cacao ! Il était déjà très connu pour protéger le cœur et les artères, il va aussi améliorer les fonctions cognitives, en plus de son action sur le stress. Une étude de l'Université Columbia à New York montre que les flavanols du cacao peuvent inverser le déclin normal de la mémoire chez les personnes âgées de 50 à 70 ans. Comme pour le thé vert, ces effets sont visibles sur des tests mais aussi sur des examens d'IRM fonctionnelle.

Rajeunissez votre cerveau avec de la lécithine de soja naturelle qui est très riche en deux molécules excellentes pour le cerveau : la phosphatidylcholine, qui protège notamment les artères et en particulier celles du cerveau, et la phosphatidylsérine qui favorise le fonctionnement des neurones.

Julien Darve (avec Xavier Bazin)