



Polly veut un vaccin contre la grippe ?

par Andrew W. Saul

La perruche de ma fille est en grave danger.

Avez-vous besoin de demander pourquoi ? Parce que la grippe aviaire arrive !

Avec tous ces discours terrifiants sur la grippe aviaire, j'ai une question persistante : quelqu'un a-t-il pensé à protéger les oiseaux ? Vivant près du lac Ontario, je nourris régulièrement trop de mouettes. Ils viennent également à l'intérieur des terres. Ce week-end, j'en ai nourri un troupeau typiquement vorace sur un parking d'autoroute inter-États. Les mouettes m'ont encerclé comme dans un film d'Hitchcock. Une autre fois, j'ai été harcelé sans grâce par un troupeau d'émeus renégats que j'essayais, peut-être imprudemment, de nourrir. J'ai dû grimper sur des rochers pour me mettre hors de portée.

De jolis vieux oiseaux ; ils voulaient juste une bouchée.

Domage qu'ils vont tous mourir. Et bientôt aussi.

Oui, chacun d'entre eux. Il ne restera plus une mouette (ni une bouée au bord du lac) debout. Certes, aujourd'hui, si la grippe aviaire est vraiment dangereuse, les oiseaux courent un risque terrible. Tous. Plus d'étourneaux. Plus de pigeons. Au revoir, M. Hawk. Au revoir, Mme Robin. Plus de Woody ; plus de « Bip-Bip » ; Donald est condamné.

Et puis il y a tous les magnifiques oiseaux chanteurs, tous ces petits oiseaux, comme ceux que j'ai tenus dans ma main pendant qu'ils étaient bagués : ce sont tous de la viande morte.

Qu'est-ce que tu dis ? Que j'exagère ? Que toutes les espèces d'oiseaux du monde ne sont PAS condamnées à contracter la grippe aviaire ? Alors je dis : demandez-vous comment cela peut être.

Après tout, aucun tir ne signifie aucune chance. Ou du moins, c'est l'essentiel des présentations retentissantes de notre gouvernement pharmaphile et de nos médias au public.

À vrai dire, cela n'a rien de nouveau. Ils ont déjà essayé cela lors de la panique colossale de la grippe porcine, il y a une trentaine d'années. Souviens-toi ?

Le gouvernement américain ne peut pas affirmer sans réserve que les vaccins contre la grippe sont sûrs ou essentiels.

Voici ce que le gouvernement des États-Unis a dit à propos du fameux vaccin contre la grippe porcine, dans un mémo aux consommateurs distribué en masse par la FDA en 1976 sur le sujet :

"Certains effets secondaires mineurs - sensibilité au bras, faible fièvre, fatigue - surviendront chez moins de 4 % des adultes (vaccinés). Les réactions graves aux vaccins contre la grippe sont très rares."



SHIVAYA INFO



Voilà pour les allégations générales de sécurité, car de nombreuses personnes se souviennent bien des effets secondaires très nombreux et très graves du vaccin contre la grippe porcine qui ont forcé l'arrêt du programme fédéral de vaccination.

Pour autant que ce soit essentiel, dans la même note, la FDA dit ceci à propos du même vaccin :

"Question : Que peut-on faire pour prévenir une épidémie ? Réponse : La seule mesure préventive que nous pouvons prendre est de développer un vaccin pour immuniser le public contre le virus. Cela empêchera le virus de se propager."

Cela s'est révélé totalement faux ; après tout ; le programme public de vaccination a été brusquement interrompu et il n'y a toujours pas eu d'épidémie de grippe porcine. Si la vaccination était la seule défense, des dizaines de millions d'Américains auraient dû être frappés par la grippe porcine, car un pourcentage important de la population américaine n'était pas vacciné.

Il existe sûrement d'autres facteurs impliqués dans la prévention des maladies ou des épidémies. Mais essayez de dire cela aux commissaires à la santé et aux médecins allopathiques. On pourrait penser que les moines et les nonnes qui travaillent avec les malades devraient contracter les maladies de leurs patients... mais ils le font rarement. La vieille et petite Mère Theresa est-elle morte de la lèpre ? Du SIDA ?

Si des germes ou des virus sont partout autour de nous, pourquoi ne sommes-nous pas tous morts, ou du moins mortellement malades ? Et comment se fait-il que les corbeaux et les vautours mangent régulièrement des animaux malades et en décomposition, enfonçant leur visage dans un désordre de vers, puis s'envolent joyeusement ?

Et, alors que mes amis et moi avons l'habitude de fouiller si énergiquement les passages souterrains des chemins de fer à la recherche de pigeons malades et blessés à emmener dans notre cabane dans les arbres et à les soigner, eh bien, je me demande maintenant comment nous avons survécu.

Mais quant à vous, vous qui n'êtes pas un oiseau, les Centers for Disease Control des États-Unis et les médias médicaux disent que sans injection, vous êtes une cible facile pour la grippe aviaire. Il me semble, par extension logique, que sans vaccination de tous les oiseaux, tous les oiseaux sont perdus. Canards inclus, assis ou non. Sans vaccin contre la grippe pour les oiseaux, il n'y aura pas d'oiseaux. Printemps silencieux.

Les oiseaux sont apparemment de petites créatures si fragiles. Leurs corps constamment fiévreux atteignent déjà environ 104 degrés Fahrenheit chaque jour. Un oiseau avec une vraie fièvre doit en effet être un petit numéro brûlant. Pourtant, chaque année, de minuscules petites mésanges passent des hivers entiers et glacials dans mon jardin. Les vents violents sous zéro et nos chutes de neige typiques de huit à dix pieds ne les arrêtent pas. Et ils n'ont pas de vaccins. Pas un seul. Ils n'ont même pas de chaussettes chauffantes. Comment diable font-ils cela ?

Alors : dois-je faire vacciner la petite perruche verte de ma fille ? D'autant plus que la perruche est également exposée à toutes les souches de grippe humaine. Oui, Virginia, tous ces millions de virus de la grippe humaine existent, attendant juste de tuer votre 'keet. Et toi avec.

La grippe est une maladie grave et, historiquement, elle a été la faux de la Faucheuse. Environ 10 millions de soldats ont été tués pendant la Première Guerre mondiale, chargeant des mitrailleuses et fauchés mois après mois. Il y a eu près d'un million de victimes dans la Somme et un autre million à Verdun. Un terrible massacre a duré quatre ans.



SHIVAYA INFO



Pourtant, dans les deux années qui ont suivi la guerre, plus de 20 millions de personnes sont mortes de la grippe. Cela représente plus de deux fois plus de décès dus à la grippe en deux fois moins de temps qu'il a fallu aux mitrailleuses. Il n'y a aucun moyen de prendre cela à la légère.

D'un autre côté, il y a de nombreuses raisons de mettre enfin un terme à notre vœu pieux selon lequel les vaccins contre la grippe arrêtent la grippe, car en général, ils ne parviennent pas à atteindre leur public cible, même chez les personnes âgées.

NBC et Associated Press (<http://msnbc.msn.com/id/9438511/>) ont rapporté le 22 septembre 2005 que

"Une nouvelle analyse de 40 ans de recherche fournit davantage de preuves que les vaccins contre la grippe ne sont pas aussi efficaces chez les personnes âgées qu'on le croit généralement. Mais les responsables de la santé ont déclaré que les personnes âgées devraient quand même être vaccinées. . . Les résultats sont similaires à ceux d'une étude réalisée par Les National Institutes of Health des États-Unis, qui ont trouvé des vaccins contre la grippe pour les personnes âgées aux États-Unis, n'ont pas sauvé de vies. »

Et puis ils ajoutent : « Les vaccins contre la grippe pourraient être obligatoires dans toutes les maisons de retraite. Les responsables fédéraux recommandent que tous se fassent vacciner contre la grippe cette année.

Will Rogers avait certainement raison : avec des trucs comme ça dans les journaux, qui a besoin d'un auteur de comédie ? Le Congrès écrit très bien la farce, et les informations la jettent obligeamment directement dans nos salons.

Mais attendez : il y a plus !

Un article intéressant, voire carrément révélateur, publié sur medicinenet.com (1) dit notamment : « Selon une étude parue dans le numéro en ligne du 22 septembre de The Lancet, les vaccins contre la grippe ne sont que « modestement efficaces » chez les personnes en situation de longue durée. " Le vaccin ne fonctionne pas très bien du tout ", a déclaré l'auteur de l'étude, le Dr Tom Jefferson, épidémiologiste au Cochrane Vaccines Field à Rome. Les vaccins sont utilisés comme une arme idéologique. Ce que l'on voit chaque année comme une grippe est provoqué par 200 ou 300 agents différents avec un vaccin contre deux d'entre eux. C'est tout simplement absurde." Le Dr Marc Siegel, auteur de "False Alarm: The Truth About the Epidemic of Fear", est d'accord. "Nous avons mis en place une situation dans laquelle une peur est créée, puis nous essayons de créer le traitement pour cette peur. Le public a l'idée que la grippe va le tuer et que le vaccin le sauvera. Ni l'un ni l'autre n'est vrai", a-t-il déclaré.

Pour mémoire, ces deux critiques sont des médecins.

Avec le recul scientifique accumulé au cours de notre siècle, nous devons aujourd'hui nous poser la question suivante : le manque de vaccination a-t-il réellement été la cause de ces décès dus à la grippe, ou est-ce réellement le stress de la guerre, et en particulier la malnutrition provoquée par la guerre, qui a ouvert la voie en 1918 ? Et maintenant, une fois de plus, nous nous trouvons face à un scénario alarmant et assez similaire : entre les plats cuisinés transformés pauvres en nutriments, les repas McNothing et les reportages télévisés alarmistes, nous avons les ingrédients de base d'une épidémie.



Mais nous disposons désormais également d'une réponse simple, sûre et efficace. Premièrement, la solution nutritionnelle : mangez une alimentation saine, composée d'aliments complets et naturels, **et prenez beaucoup de vitamine C.** Et deuxièmement : détendez-vous ! Déstressez votre vie, allez-y doucement et remontez le moral. Il a été très bien dit que vous valez bien plus que n'importe quel nombre d'oiseaux. Vous êtes équipé en usine d'un système immunitaire de mammifère génial qui est une véritable merveille de la nature. Pour maximiser votre résistance à toute maladie virale, y compris à toute souche de grippe, je pense que vous feriez bien d'arrêter de manger de la malbouffe transformée et de faire le plein d'ascorbate.

Vous aussi pouvez vous amuser et gazouiller, en ignorant le battage médiatique autour de la grippe porcine, les alertes au SRAS, les paniques liées à la grippe aviaire ou tout autre croque-mitaine viral utilisé pour vous effrayer et vous amener à une relation contrainte avec un vaccin contre la grippe.

Référence : 1. Gardner A. Le vaccin contre la grippe n'est que légèrement efficace chez les personnes âgées. HealthDay Reporter, 21 septembre 2005. <http://www.medicinenet.com>

UN MÉDECIN CONFIRME : LA VITAMINE C GUÉRIT LA GRIPPE AVIAIRE

La meilleure présentation que j'ai jamais vue sur la façon dont les mégadoses de vitamine C préviennent et guérissent la grippe aviaire est publiée en lecture gratuite sur le site Web de Robert F. Cathcart, MD : <http://orthomed.com/bird.htm>

Ces articles en ligne peuvent également être intéressants :

Les vaccins contre la grippe sont largement inefficaces : <http://www.jrussellshealth.com/flu vacc.html>

Contexte de la grippe aviaire et relation avec la vitamine C :

http://www.newmediaexplorer.org/sepp/2005/10/08/avian_influenza_are_you_prepared.htm Les dangers de la grippe aviaire sont considérablement exagérés :

http://www.newmediaexplorer.org/sepp/2005/19/10/bird_flu_in_perspective_public_fears_exaggerated.htm

VITAMINE C POUR BRISER LES MYTHES

Un clown essaie-t-il encore de vous dire que la vitamine C est dangereuse ? Ou qu'il ne faut pas prendre plus de 200 mg/jour ? Il existe un excellent article de synthèse que vous voudrez lire sur <http://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/misc/ascorbate-lies.htm>

Et voici encore une très bonne nouvelle pour tous les fous de santé qui tentent chaque jour si vaillamment de convaincre amis, ennemis et famille de prendre leurs vitamines :

NOUVELLE ÉTUDE DE SÉCURITÉ SUR LA VITAMINE C « L'acide ascorbique est une substance généralement reconnue comme sûre (GRAS)... Les souris ayant reçu des doses quotidiennes sous-cutanées et intraveineuses d'acide ascorbique (500 à 1 000 mg/kg de poids corporel) pendant 7 jours n'ont présenté aucun changement dans leur appétit, ni leur prise de poids, et le comportement général ; et l'examen histologique de divers organes n'a montré aucun changement. L'acide ascorbique était un photoprotecteur lorsqu'il était appliqué sur la peau de souris et de porcs avant l'exposition aux rayons ultraviolets (UV).



L'acide ascorbique et l'ascorbate de sodium n'étaient pas génotoxiques dans plusieurs systèmes d'essais sur les bactéries et les mammifères, ce qui correspond aux propriétés antioxydantes de ces produits chimiques. Les données associées à l'absence de rapports dans la littérature clinique sur la sensibilisation à l'acide ascorbique soutiennent fortement la sécurité de ces ingrédients. (PMID : 16154915)

(Elmore AR. Rapport final de l'évaluation de la sécurité de l'acide L-ascorbique, de l'ascorbate de calcium, de l'ascorbate de magnésium, du phosphate d'ascorbyle de magnésium, de l'ascorbate de sodium et du phosphate d'ascorbyle de sodium utilisés dans les cosmétiques. Int J Toxicol. 2005;24 Suppl 2:51- 111.)

MALADIE CARDIOVASCULAIRE DIMINUÉE PAR LA VITAMINE C

"(T)il y avait une diminution de 27 % de la prévalence des maladies coronariennes et une diminution de 26 % de la prévalence des accidents vasculaires cérébraux chez les personnes appartenant à la catégorie de vitamine C sérique la plus élevée. Dans l'étude de suivi épidémiologique NHANES I, il a été constaté que les apports les plus élevés de la vitamine C a entraîné une réduction de 25 à 50 % de la mortalité cardiovasculaire. (Simon, JA et al. Prévalence de l'acide ascorbique sérique et des maladies cardiovasculaires chez les adultes américains. Epidemiology, 1998;9:316-321.)

LA VITAMINE C NE PROVOQUE PAS DE Calculs Rénaux

"La relation entre l'apport de vitamines B6 et C et le risque de calculs rénaux symptomatiques a été étudiée de manière prospective dans une cohorte de 85 557 femmes sans antécédents de calculs rénaux. . . De fortes doses de vitamine B6 peuvent réduire le risque de formation de calculs rénaux chez La restriction systématique de la vitamine C pour prévenir la formation de calculs semble injustifiée.

(Curhan, GC, Willett, WC, Speizer, FE, Stampfer, MJ Apport de vitamines B6 et C et risque de calculs rénaux chez les femmes. J Am Soc Nephrol 10:4:840-845, avril 1999.)

La vitamine C prévient et guérit les polypes rectaux

Jerome J. DeCosse, MD, Ph.D., Mark B. Adams, MD, Joseph F. Kuzma, MD, Paul LoGerfo, MD et Robert E. Condon, MD Effet de l'acide ascorbique sur les polypes rectaux de patients atteints de polyposé familiale . Chirurgie, novembre 1975, Vol. 78, n° 5, pages 608-612.
<http://www.seanet.com/~alexs/ascorbate/197x/decosse-jj-surgery-1975-v78-n5-p608.htm>

NOUVELLES MÉGAVITAMINES GRATUITEMENT

Le service d'information sur la médecine orthomoléculaire (OMNS) publie régulièrement des communiqués de presse sur les vitamines, les remèdes et les maladies. Si vous souhaitez recevoir gratuitement ce fil d'actualité de type service filaire, veuillez vous rendre sur <http://www.orthomolecular.org/subscribe.html>.

LA VITAMINE C GUÉRIT LA PNEUMONIE

(Note de l'éditeur : je sais que c'est vrai. Quand j'ai été suffisamment épuisé pour contracter une pneumonie virale, j'ai pris 2 000 mg de vitamine C toutes les 6 minutes. Cela a fait baisser ma fièvre de 3 degrés en 3 heures et a arrêté une toux que la codéine pouvait provoquer. pas. Lisez avec émerveillement comment cela est possible.)



PNEUMONIE

par Margaret Whittaker, bénévole Doctor Yourself, diplôme en phytothérapie

La pneumonie est une infection grave des poumons qui peut être causée par de nombreux agents infectieux différents, notamment des virus, des bactéries et des champignons. Elle est généralement précédée d'une infection des voies respiratoires supérieures comme un rhume, la grippe ou la rougeole. Les facteurs qui augmentent le risque de pneumonie comprennent le fait d'avoir moins d'un an ou plus de soixante ans, un système immunitaire affaibli, la malnutrition et l'exposition à des irritants chimiques.

Les nourrissons peuvent contracter une pneumonie en raison d'une infection à *Clamidia trachomatis* transmise à l'enfant lors de la naissance. La pneumonie infantile peut également être causée par la même bactérie qui provoque la coqueluche. Les jeunes enfants dont le système immunitaire est affaibli sont très vulnérables aux effets potentiellement mortels de cette maladie.

La plupart des cas de pneumonie ne nécessitent pas d'antibiotiques car ils sont dus à une infection virale. L'approche naturelle de la pneumonie implique deux objectifs principaux : a) Renforcement du système immunitaire b) Stimulation des processus normaux qui favorisent l'expectoration du mucus

La thérapie à haute dose de vitamine C est particulièrement utile pour renforcer le système immunitaire. Au début des années 1900, de nombreuses études contrôlées ont démontré l'efficacité de fortes doses de vitamine C, mais seulement lorsqu'elles sont commencées le premier ou le deuxième jour de l'infection. Si elle est administrée plus tard, la vitamine C tend seulement à atténuer la gravité de la maladie. Les chercheurs ont également démontré il y a longtemps que dans les cas de pneumonie, les globules blancs absorbaient de grandes quantités de vitamine C pour tenter de disposer des munitions nécessaires pour combattre l'infection.

(F Bicknell et F Prescott, Les vitamines en médecine. Minneapolis : Lee Foundation, 1953).

La valeur de la supplémentation en vitamine C chez les patients atteints de pneumonie a été clairement démontrée dans une étude en double aveugle plus récente impliquant 57 patients âgés admis à l'hôpital St Luke de Huddersfield pour une pneumonie aiguë. (C Hunt et al "Les effets cliniques de la supplémentation en vitamine C chez les patients hospitalisés atteints d'infections respiratoires aiguës", 1994) Les patients ont reçu soit 200 mg de vitamine C par jour, soit un placebo. Les patients ont été évalués par des méthodes cliniques et de laboratoire. Les patients ayant reçu une dose modeste de vitamine C ont présenté des taux de vitamine C considérablement accrus dans tous les tissus, même en présence d'une infection respiratoire aiguë. À l'aide d'un système de notation clinique, les résultats ont indiqué que les patients ayant reçu de la vitamine C s'en sortaient nettement mieux que ceux ayant pris le placebo. Ces résultats indiquent que même de petites doses de vitamine C en milieu hospitalier peuvent produire une amélioration clinique significative.

Il a également été démontré que de nombreuses herbes ont des effets antibactériens, antiviraux et immunostimulateurs. L'échinacée est largement utilisée pour renforcer le système immunitaire, traiter le rhume et la grippe, combattre les infections, accélérer la cicatrisation des plaies et réduire l'inflammation. Ses propriétés immunostimulantes sont dues aux polysaccharides et aux phytostérols. Il contribue à activer les macrophages des globules blancs qui participent directement à la destruction des bactéries, virus et autres agents infectieux. L'échinacée augmente également la production d'interféron.



Les expectorants botaniques sont très utiles dans le traitement de la pneumonie car ils aident à diminuer la viscosité et facilitent l'expulsion du mucus des voies respiratoires. Ils ont également une activité antibactérienne et antivirale. Parmi les plus populaires figurent le marrube, l'aunée et la réglisse.

(Note de l'éditeur : une recherche sur Internet permettra d'en savoir plus sur ces alternatives. Pour mes suggestions sur la façon de déterminer si les informations de santé sur Internet sont fiables, veuillez d'abord consulter <http://www.doctoryourself.com/healthquestions.html>)

DE « MÉDECIN VOUS-MÊME » À « DENTISTE-MÊME » :

10 façons dont il a été démontré que des nutriments et des techniques simples améliorent la santé de notre bouche.

par Michael Jolliffe, bénévole de Doctor Yourself

- 1) Vitamine C : prise par voie orale en grammes ou appliquée localement sous forme d'ascorbate de calcium ou de magnésium. Une étude de 2001 publiée dans le Journal of Veterinary Dentistry a montré que pour le traitement des chats, un gel d'ascorbate de zinc était « le plus efficace pour diminuer la croissance bactérienne, la formation de plaque dentaire et la gingivite lorsqu'il était appliqué après une procédure professionnelle de nettoyage des dents » [1]. Non seulement cela, cela a également éliminé l'halitose du chat. Il semble que nous devrions consulter le vétérinaire si nous avons besoin d'un traitement fiable et non toxique pour nos dents et nos gencives. 2) Vitamine E : Comme la vitamine C, la vitamine E peut être appliquée localement en perçant une capsule de 400 UI et en l'appliquant uniformément le long de la gencive pour réduire l'inflammation. 3) Vitamines du complexe B : Une étude récemment publiée dans le Journal of Periodontology a révélé que les patients prenant quotidiennement 50 mg de chacune des vitamines B, avec 400 mcg d'acide folique, présentaient une cicatrisation buccale statistiquement significative par rapport à ceux prenant un placebo [2]. 4) Coenzyme Q10 : Dès 1973, les Drs. Folkers et Matsumura ont réalisé une étude en double aveugle, publiée dans l'International Journal for Vitamin and Nutrition Research, utilisant la CoQ10 pour les maladies parodontales (des gencives). Ils ont rapporté qu'il était supérieur au traitement de choix de l'époque [3]. Le Dr EG Wilkinson a rapporté à la fin des années 70 qu'à des doses de 50 à 75 mg par jour de coenzyme Q10, « arrêtaient souvent la détérioration des gencives, la guérison se produisant parfois en quelques jours » [4]. 5) Flavonoïdes : Abondants dans les fruits, il a été démontré que les flavonoïdes agissent avec la vitamine C pour réduire les maladies des gencives [5]. Une autre raison pour manger une pomme par jour. 6) Magnésium : Il est essentiel de manger des sources de calcium ET de magnésium. En décembre 1963, le Journal of the Southern California Dental Association a publié une étude dans laquelle la consommation d'un régime riche en calcium et pauvre en magnésium entraînait en moyenne 3,64 caries dentaires, contre seulement 1,16 avec un régime contenant de la farine de blé entier riche en magnésium. [6]. Ne commettez pas l'erreur de manger l'un sans l'autre. Il y a beaucoup de magnésium dans les amandes, le riz brun, le quinoa et les légumes vert foncé, ainsi que de bonnes multivitamines/minéraux. 7) Jetez les bains de bouche contenant des ingrédients nocifs : par exemple du propylène glycol (antigel), du laurylsulfate de sodium (détergent de qualité industrielle) et de l'alcool. Une étude publiée par le National Cancer Institute a montré que les femmes qui utilisaient régulièrement des bains de bouche avec une teneur en alcool de 25 % ou plus étaient près de deux fois plus susceptibles de développer un cancer de la bouche que celles qui n'en utilisaient pas [7].



SHIVAYA INFO



- 2) Utilisez plutôt un bain de bouche contenant des ingrédients protecteurs tels que de l'extrait de pépins de pamplemousse, de la vitamine C, de l'huile d'arbre à thé ou des extraits de thé vert. 8) La même chose peut être dite pour les dentifrices contenant de la saccharine, du fluorure et des pigments de couleur synthétiques (généralement dérivés du goudron de houille). 9) Grattage de la langue :
- 3) Cela semble plus douloureux qu'il ne l'est, mais même le Journal of the American Dental Association a indiqué que « des preuves scientifiques ont validé la nécessité de pratiquer un brossage habituel et approfondi de la langue » [8]. Des textes médicaux datant de plusieurs centaines d'années décrivent le nettoyage de la langue comme faisant partie de la routine d'hygiène quotidienne des gens pour éliminer les impuretés accumulées. D'après mon expérience personnelle, les premiers grattages ne sont pas agréables et peuvent laisser un mauvais goût et une langue douloureuse, mais persévérez et la sensation de fraîcheur en vaut la peine. 10) Gardez le calcium dans vos dents : une étude publiée dans le Journal of Prosthetic Dentistry a révélé que « des apports élevés en sodium, en protéines, en alcool et en caféine provoquaient une augmentation des pertes urinaires et un équilibre calcique négatif » [9].

[1] Clarke DE. Effets cliniques et microbiologiques du gel oral d'ascorbate de zinc chez le chat. J Vétérinaire Dent. décembre 2001;18(4):177-83. [2] Neiva RF, Al-Shammari K, Nociti FH Jr, Soehren S, Wang HL. Effets de la supplémentation en complexe de vitamines B sur la cicatrisation des plaies parodontales. J Parodontol. juillet 2005;76(7):1084-91. [3] Matsumura T, Saji S, Nakamura R, Folkers K. Preuve d'un traitement amélioré de la maladie parodontale par thérapie avec la coenzyme Q. Int J Vitam Nutr Res. 1973 avril ; 43(4) :537-48. [4] Wilkinson, EG, Arnold RM Folkers, K. Bioénergétique en médecine clinique. VI. Traitement d'appoint de la maladie parodontale avec la coenzyme Q10. Rés. Commun. Chimique. Pathol. Pharmacol. 1976 4:715-9. [5] El-Ashiry GM, Ringsdorf WM, Cheraskin E. Influences locales et systémiques dans la maladie parodontale. II. Effet de la prophylaxie et de la vitamine C naturelle versus synthétique sur la gingivite. J Parodontol 1964 ; 35 : 250-9. [6] <http://www.mgwater.com/rod10.shtml> [7] Blot WJ, Winn DM, Fraumeni JF Jr. Cancer buccal et rince-bouche. J Natl Cancer Inst. 70(2):251-3. [8] Christen AG, Swanson BZ Jr. Hygiène buccale : une histoire de grattage et de brossage de la langue. J Am Dent Assoc. 1978 février ; 96(2) : 215-9. [9] Faine, MP Facteurs alimentaires liés à la préservation de la masse osseuse buccale et squelettique chez les femmes. Journal de dentisterie prothétique 1995 ; 73 : 65-72.

(Note de l'éditeur : avant d'écrire, puis-je préciser que non, je ne sais pas comment combler les caries naturellement, ni comment éviter un traitement de canal nécessaire. « Dentiste vous-même » ne signifie pas ne jamais voir votre dentiste ; c'est de ne pas avoir besoin de travaux une fois sur place.)

TDAH

Résoudre naturellement le mystère du TDAH, par Linda Santini

Battle Creek, Michigan : Acorn Publishing, 2004. <http://www.acornpublishing.com>

Broché, 228 pages plus bibliographie et index. ISBN097289697X

Révisé et protégé par copyright 2005 par Andrew W. Saul

"Qu'est-ce qu'il a fait cette fois ?" Combien de fois ai-je entendu un parent dire cela après avoir réquisitionné le téléphone de l'école pour appeler à la maison au sujet du comportement de son enfant. L'auteur Linda Santini, elle-même enseignante, a été des deux côtés d'une telle conversation.



SHIVAYA INFO



Même s'il n'est pas facile d'enseigner dans une classe peuplée d'enfants atteints de TDAH, la vie est infiniment plus difficile pour maman et papa, ces personnes qui souffrent depuis longtemps, le Dr Abram Hoffer appelle « parents battus ». Et pour cause.

La plupart, sinon tous les enfants atteints de TDAH sont accros à la stimulation. Ce sont de petits accros à l'adrénaline, avides de cette poussée qui empoisonne leur crâne. L'adrénaline est le neurotransmetteur catécholamine du choc et du drang, de la tempête et du stress. Une surstimulation peut signifier une surproduction d'adrénaline. L'excès d'adrénaline est oxydé en adrénochrome, un hallucinogène de type LSD qui, pour reprendre une expression des années 1960, vous fait flipper. Généralement, ces enfants frappés par l'adrénochrome ont également besoin d'une surstimulation alimentaire, en particulier de la malbouffe colorée et sucrée, qui agresse davantage leur cerveau. Tout le temps, jour après jour.

Si vous avez un enfant atteint de TDAH, le nouveau livre de Santini, Résoudre naturellement le mystère du TDAH, résonnera instantanément en vous. "C'est lui!" tu diras. Je le sais, parce que je l'ai fait. Le livre décrit parfaitement un garçon que j'ai aidé à élever pendant huit ans. En tant que préadolescent, il avait des problèmes de comportement plus graves que d'habitude à l'école et à la maison. Chose intéressante, l'enfant prenait de petites quantités de niacine prescrites par son médecin, mais pour un total inférieur à 150 mg/jour. Ce n'est pas un mauvais début, puisque l'AJR pour les enfants est inférieur à 20 mg/jour. Mais ce n'était pas suffisant pour être efficace, et le garçon devait recevoir du Ritalin pour le déjeuner. Mais la pharmacie n'était pas une solution, car lorsqu'on les essayait, les médicaments l'aggravaient généralement : plus colérique et encore plus conflictuel, à la limite de la paranoïa.

Le garçon ne voulait pas prendre beaucoup de niacine parce qu'il s'opposait fortement aux bouffées de chaleur. Sachant que la dose devait être augmentée bien au-delà de 150 mg/jour pour espérer réussir, sa mère a finalement essayé de lui donner 500 mg de niacinamide trois fois par jour (1 500 mg au total). Il y a eu une amélioration notable. À 3 000 mg/jour, le jeune allait encore mieux, mais a développé des nausées à cause de la niacinamide, et la dose a été réduite considérablement. Avec le temps, le garçon a eu un violent épisode psychotique suffisamment grave pour que ses parents aient dû le retenir pendant que le garçon, aujourd'hui âgé de 13 ans, leur criait des menaces de mort.

Après cela, pour augmenter la dose de B-3 sans nausées, la mère désormais très motivée a opté pour de la niacine pure, des bouffées de chaleur et tout. Avec environ 500 mg toutes les deux heures, le garçon était une nouvelle personne. C'était le jeune le plus joyeux, coopératif et affectueux qu'on puisse imaginer. L'ajout de vitamines C et B-6 à son régime l'a encore plus aidé. Ses résultats scolaires ont grimpé en flèche et les professeurs l'adoraient. Lorsque ses tests de fonction hépatique ont révélé des résultats élevés, la dose de niacine a de nouveau été réduite, mais pas autant cette fois. À 15 ans, sa dose d'entretien est d'environ 3 000 mg/jour. Cela correspond exactement à ce que le Dr Abram Hoffer a démontré à plusieurs reprises depuis plus de 50 ans.

Le comportement est au moins autant biochimique qu'autre chose. Les médecins insensibles et incultes négligent systématiquement le lien avec la nutrition. C'est très bien pour eux ; ils voient l'enfant comme un patient pendant seulement quelques minutes. Les parents ne peuvent pas s'échapper : ils rentrent chez eux à la fin de la journée auprès d'un enfant qui peut être hostile, nerveux et incontrôlable. La modification du comportement et les conseils, bien que louables, échouent trop souvent parce que les enfants atteints de TDAH ne sont pas réceptifs aux conseils comportementaux, car le comportement lui-même est biochimique. De même que vous ne pouvez pas implanter des pensées heureuses chez une victime d'une intoxication à l'arsenic ou au cyanure, vous ne pouvez pas non plus conseiller adéquatement les enfants dont l'adrénochrome circule dans leur corps.



SHIVAYA INFO



Linda Santini, conseillère expérimentée, le sait bien et elle le communique encore mieux. Résoudre le mystère du TDAH Naturellement est particulièrement bien écrit. L'auteur a un style d'écriture clair et engageant. Ses faits sont simples et ses anecdotes sont bien rythmées, précises et vivantes. Le livre est bien organisé et bien indexé. La première partie du livre met en lumière les problèmes, tels que l'auteur et sa famille en sont intensément témoins, tandis que la deuxième partie met l'accent sur la solution. Le résultat combiné est une présentation excellente et facile à suivre de la médecine orthomoléculaire (mégavitamine) qui devrait être une lecture obligatoire pour tous les professionnels de la santé.

Comme le dit l'actrice Margot Kidder : "Vous pouvez réparer votre cerveau. Vous pouvez réparer votre cerveau grâce à la nutrition." Je recommande fortement Résoudre le mystère du TDAH naturellement, un livre qui vous montre comment et offre une issue pour vous et votre enfant TDAH.

(fin de la revue)

SCHIZOPHRÉNIE ET PSYCHOSE

Récupération de l'enfer de la schizophrénie par Carlene Hope. Introduction par Abram Hoffer, MD

Morrisville, Caroline du Nord : Lulu Press <http://books.lulu.com/content/63707>, 2005. Broché, 187 pages plus bibliographie. ISBN1-4116-2706-7. Révisé et protégé par copyright 2005 par Andrew W. Saul

"Quand on est malade, on n'est plus malade", dit un proverbe chinois. C'est d'autant plus vrai si vous avez trouvé une issue à la maladie. Pour la famille enfermée dans une lutte 24 heures sur 24 contre la schizophrénie d'un enfant, Sortir de l'enfer de la schizophrénie sera une lecture à la fois très familière et très encourageante.

Le livre est composé de quatre sections. La première partie est un vaste prologue autobiographique. Même si cela ouvre la voie, pour moi, la force du livre commence à la page 46, lorsque le fils de l'auteur présente pour la première fois des symptômes de maladie mentale. La deuxième partie est l'histoire de la progression de la maladie, des tentatives pharmaceutiques infructueuses pour la contenir et du succès éventuel de la thérapie orthomoléculaire par mégavitamines. Alors que le récit est du point de vue d'une mère, la deuxième partie se termine par une séance de questions et réponses avec le patient, et la troisième partie est entièrement consacrée au point de vue du père. La quatrième partie est un résumé de citations et de passages d'écrits orthomoléculaires fondateurs, présentant les travaux d'Abram Hoffer, Carl C. Pfeiffer et d'autres.

L'auteure se retient peu, décrivant ses expériences avec une intensité presque cathartique. Mais mieux encore, elle oriente le lecteur de manière réfléchie et répétée vers les solutions nutritionnelles disponibles. Des listes de nutriments et de doses spécifiques sont fournies. Elle inclut également le journal de réduction des médicaments de son fils et affirme franchement que même si les médicaments seuls étaient loin d'être curatifs (et leurs effets secondaires débilissants), certains médicaments se sont révélés utiles lorsqu'ils étaient pris de concert avec le programme nutritionnel de son fils. J'aime la façon dont l'auteur détaille et date les améliorations de comportement spécifiques. La plupart des lecteurs seraient probablement d'accord sur le fait que le livre bénéficierait d'un index.



SHIVAYA INFO



Tout professeur de sciences ayant enseigné la métrique ne sera pas surpris de voir que le livre contient une unité d'erreur de mesure répétée. Aux pages 97, 128 et 132, la dose recommandée de sélénium est indiquée à 100 « mg » (milligrammes) deux fois par jour alors qu'elle devrait être de 100 mcg (microgrammes). Ce n'est pas une mince affaire, puisque la différence est d'un facteur 1 000. 200 microgrammes de sélénium/jour sont bénéfiques et totalement sans danger. 200 milligrammes/jour (200 000 mcg) ne seraient ni l'un ni l'autre. Toutes les autres doses de nutriments sont indiquées avec précision.

La valeur primordiale de ce livre réside dans son témoignage simple, parfois passionné, mais toujours sans équivoque : la thérapie vitaminique fonctionne. Après avoir vécu cela, l'auteur décrit son fils précédemment hospitalisé mais aujourd'hui rétabli : « En le regardant aujourd'hui, on ne saurait jamais s'il a déjà souffert de cette maladie. Notre fils conduit. Il cuisine pour lui-même. Il prépare ses sachets de vitamines et il les prend à temps. Il ne dort plus et vit sur le canapé. Il gère parfaitement son chéquier." Et, peut-être le commentaire maternel le plus émouvant de tous : « Il ne me demande plus pourquoi je l'ai mis au monde. »

Un autre proverbe chinois me vient alors à l'esprit : « Celui qui dit que cela ne peut pas être fait ne devrait pas interrompre celui qui le fait. » Les résultats disent tout. La guérison de l'enfer de la schizophrénie est une présentation simple d'une thérapie nutritionnelle à base de niacine simple, sûre et efficace, décrite à juste titre par l'auteur comme « la clé de Hoffer ». C'est le livre idéal pour toute famille qui n'a jamais su qu'elle disposait d'une option nutritionnelle, qui n'a jamais eu la chance de l'essayer et de changer sa vie grâce à la médecine orthomoléculaire. (fin de la revue)

JOYEUX 88E ANNIVERSAIRE, DR. ABRAM HOFFER !

Le 11 novembre 2005, le doyen de la thérapie mégavitaminique célèbre son 88e anniversaire. Le Dr Hoffer a réalisé les toutes premières expériences en double aveugle contrôlées par placebo de l'histoire de la psychiatrie, au début des années 1950. Il est à l'origine et toujours le leader mondial du traitement par mégadoses de niacine pour les maladies mentales. Il a sauvé d'innombrables vies, a eu une énorme influence dans le domaine de la médecine naturelle et, sur une note personnelle, a été pour moi un merveilleux mentor.

Si vous souhaitez envoyer un message reconnaissant à ce médecin de renommée mondiale, vous pouvez envoyer votre carte d'anniversaire à : Abram Hoffer, MD, PhD., 2727 Quadra, Suite 3 Victoria, Colombie-Britannique, Canada V8 4E5.

DÉTENDEZ VOTRE VIE, Sixième partie

par John Mosher, PhD, professeur émérite de biologie, Université d'État de New York

IRRITANT OU PERLE ?

Il existe des perceptions et des visions des situations de la vie qui peuvent transformer ce qui semble être une situation inconfortable, indésirable ou stressante en une situation de gain. Un exemple en serait la perle. La belle et désirable perle a un début qui, pour l'huître, peut sembler une situation désagréable. Un grain de sable pénétrant à l'intérieur de la coquille de l'huître est irritant. Cette irritation continue amène l'huître à former une couche protectrice lisse autour du sable irritant. Ce manteau finit par devenir la perle. Si l'huître peut le faire, pourquoi pas nous ? Pourquoi ne pouvons-nous pas prendre la situation évidente, irritante, stressante et l'inverser pour produire une perle de grande sagesse ou au moins une situation positive ?



SHIVAYA INFO



Réagir à un stress par la frustration et la colère ne fait que produire davantage de stress. Mais si vous prenez la situation, renversez l'évidence et restez conscient, vous pouvez apporter compassion, tolérance, pardon et compréhension à la situation. Par conséquent, au lieu d'adopter une réaction modeste consistant à ajouter davantage de colère ou de chaos à la situation, vous avez inversé la situation en apportant calme et paix à la situation. Un exemple simple de la façon dont cette idée pourrait être appliquée dans une situation frustrante ordinaire est celui des clés égarées. Vous pourriez être très pressé et découvrir que vous ne trouvez pas vos clés de voiture. Une réponse évidente serait de s'énerver, de blâmer les autres et de se déchaîner en criant et en faisant rage. Ce comportement ne trouve pas vos clés et peut en fait être si gênant qu'il vous empêche de chercher systématiquement vos clés. Cela peut même brouiller votre perception et vous empêcher de vous rappeler où vous les avez placés. Ce comportement ou cette irritation se répétera sans fin jusqu'à ce que vous constatiez que ce comportement ne résout pas le problème de l'égaré de vos clés. Lorsque la lumière de la réalisation s'allume enfin, votre observateur interne, celui qui connaît, pourrait dire : « Cela se produira toujours jusqu'à ce que vous fassiez un changement. » Le changement à effectuer est simple, il suffit de prendre l'habitude de toujours laisser vos clés au même endroit. Ce simple changement résout le problème.

De cette situation irritante et gênante est née la motivation de changer. Je crois qu'une grande partie de l'irritation, de la douleur et de la souffrance dans notre situation de vie sert en réalité de stimulus pour attirer notre attention, nous réveiller et changer ! Peut-être que prendre l'évidence et l'inverser ou la transformer en une situation positive qui soutient la vie est le défi ultime.

Les perles de sagesse, comme la reconnaissance de la beauté, de l'amour et du bonheur, peuvent surgir d'une situation apparemment exigeante et désagréable. Avec de la discipline, un peu de réflexion créative et de pratique, nous pouvons créer des « perles » à partir de ce qui peut sembler pénible et indésirable.

COMMENT PRATIQUER LA PLEINE CONSCIENCE

Une partie importante de la réduction du stress consiste à apprendre à être attentif. Cela signifie être conscient de vos pensées et de ce que vous faites. Par exemple, disons que vous faites la queue à la caisse d'une épicerie et que vous avez des pensées négatives et impatientes. Tout d'abord, réalisez que vous avez ces pensées. Lorsque vous le faites, faites immédiatement le choix d'observer les pensées, d'en être conscient et de les laisser partir. Remplacez l'espace par des pensées positives. Vous pourriez penser : « Je souhaite à tous les gens qui font la queue et dans le magasin du bonheur, de la bonne santé et du succès ». Envoyez-leur des pensées d'amour et d'appréciation, en particulier au caissier qui travaille si vite pour réduire la taille de la file d'attente. Mettez-vous à sa place et envoyez-lui de bonnes pensées. Ainsi, en pratiquant ou en cultivant des états d'esprit positifs, vous diffusez des intentions édifiantes dans votre environnement. Pratiquez la technique consistant à être présent et à remplacer consciemment les pensées et sentiments négatifs par des sentiments de compassion, d'altruisme, de tolérance, de gentillesse, de pardon, de gratitude et d'appréciation. C'est un bon début pour réduire beaucoup de stress. Rappelez-vous qu'il n'existe aucune règle écrite stipulant que les choses doivent être telles que vous pensez qu'elles devraient être. Prenez une situation de vie telle qu'elle est et apportez-y autant d'amour et de compassion que possible.

À maintes reprises, les résultats des recherches soulignent qu'une attitude positive envers la vie, le sens de l'humour et le rire renforcent le système immunitaire et semblent même prolonger la vie. Soyez présent et pensez positivement !

Le conseiller et professeur de biologie John I. Mosher, PhD, est l'auteur de plusieurs articles sur le site DoctorYourself.com, tous facilement consultables.)



SHIVAYA INFO



Déclaration financière et de confidentialité : Nous ne vendons pas et nous ne partageons pas notre liste de diffusion ou votre adresse e-mail avec qui que ce soit. Nous n'envoyons jamais de publicités d'aucune sorte. Vous remarquerez peut-être qu'il n'y a aucune publicité sur <http://doctoryourself.com> et aucune publicité dans cette newsletter. Nous n'avons aucun lien financier avec l'industrie des suppléments. Nous ne vendons pas de vitamines ou d'autres produits de santé, à l'exception des livres du Dr Saul, qui contribuent à financer ces services publics gratuits.

REMARQUE IMPORTANTE : Ce bulletin d'information n'est en aucun cas offert comme prescription, diagnostic ou traitement pour une maladie, une infirmité ou une condition physique. Toute forme d'automédication ou de programme de santé alternative doit nécessairement impliquer l'acceptation d'un certain risque par l'individu, et personne ne devrait supposer le contraire. Les personnes ayant besoin de soins médicaux doivent les obtenir auprès d'un médecin. Consultez votre médecin avant de prendre une décision de santé.

DOCTOR YOURSELF DoctorYourself.com et Doctor Yourself Newsletter sont des marques de service d'Andrew W. Saul. Tous droits réservés.

Copyright c 2005 et années antérieures Andrew W. Saul doctoryourself.com/contact.html .
L'autorisation de reproduire des exemplaires uniques de ce bulletin d'information POUR UN USAGE PERSONNEL NON COMMERCIAL UNIQUEMENT est accordée par la présente, à condition qu'aucune modification du contenu ne soit apportée et que le crédit d'auteur soit accordé.