

GUIDE PRATIQUE

LE ROLE DANS LA VIE QUOTIDIENNE

DE L'ALOE VERA,
DES PRODUITS DE LA RUCHE, ET
D'AUTRES COMPLEMENTES ALIMENTAIRES

PAR G.P.W. RENAUD
VERSION FRANÇAISE PAR S. BERNARD

Préface

Dans cette brochure, nous avons opté pour toujours citer l'Aloe vera sous sa dénomination latine et non sous le nom français aloès.

Le présent document a vu le jour grâce aux efforts d'un grand nombre de personnes conseillères en matière d'Aloe vera. Nous sommes particulièrement reconnaissants envers ceux et celles qui ont utilisé les produits et qui nous ont fait part de leurs expériences. Ce sont eux/elles qui nous ont incitées à mettre à la disposition de tout le monde ces informations pour profiter de leurs expériences et apprendre comment utiliser au mieux tout le potentiel que représente l'Aloe vera.

Ce n'est pas par hasard que l'Aloe vera connaît un grand nombre de noms populaires, par exemple « plante miraculeuse », « plante remède » etc. Les Indiens de l'Amérique du Nord parlaient de « baguette magique ». Les Egyptiens l'appelaient « plante de l'immortalité ». Christophe Colomb, quant à lui, donnait à cette plante particulière le nom de « pharmacie en pot ». En Russie, la traduction littérale est « Elixir » et les gardiens de temples l'appelaient « Elixir de Jérusalem ».

Pour faire la connaissance de l'Aloe vera et de ses nombreuses applications, le présent document peut vous être d'une grande utilité. Ensuite le tour est à vous, chère lectrice, cher lecteur, pour apprécier, en tant qu'utilisateur, les vertus de l'Aloe vera.

Vous trouverez des mises à jour des données les plus récentes sur notre site web : <http://www.aloe-info.nl/index.htm> pour les informations en français et néerlandais et <http://www.hclux.com> pour les informations en allemand, anglais et français.

© GPW Renaud, Soesterberg

2ème édition révisée française, avril 2005

Information importante :

Pour faciliter la lecture, nous avons raccourci certaines phases répétitives. Par exemple : « Effets favorables » et « Indications » doivent se lire comme suit : « Le produit décrit ci dessus peut présenter les effets favorables en présence des problèmes de santé suivants ; aucune garantie de succès ne peut cependant être donnée ».

Clause salvadorienne

Les informations du présent document sont basées sur les expériences acquises par les utilisateurs des produits qui ont eu l'amabilité de nous en faire part.

Ces informations sont à considérer comme une indication de ce que vous pourriez attendre de ces produits. Ce document ne remplace en aucun cas le diagnostic médical – ne changez pas votre traitement sans l'avis de votre médecin. Quand vous êtes malade consultez votre thérapeute.

L'application des produits décrits se fait sous la responsabilité exclusive du consommateur.

Personne, ne saurait, à partir de ces informations, exercer un recours ni déposer une demande en dommages intérêts auprès de qui que ce soit.

TABLE DES MATIERES

Préface	2
<i>CLAUSE SALVATORIE</i> NE	2
TABLE DES MATIERES	3
INTRODUCTION.....	4
POURQUOI ALOE VERA A-T-ELLE DES PROPRIETES GUERISSANTES ?	4
DIX BIENFAITS POUR LE CORPS HUMAIN	5
POURQUOI L'ALOE VERA D'UN PRODUCTEUR DE GRANDE RENOMME ?	6
AGENTS CONTENUS DANS LE GEL DE L'ALOE VERA	8
CONSEILS POUR L'USAGE	9
Les buvables à l'Aloe vera	10
ALOE VERA/NATURE	10
ALOE/CANNEBERGE	11
ALOE/PECHES.....	12
ALOE/GLUCOSAMINES	12
<i>CONSEILS DE CONSOMMATION</i> pour les boissons à l'ALOE VERA	14
Préparations à l'Aloe vera à usage externe	15
ALOE GELS	15
ALOE MSM GELS.....	16
ALOE/EUCALYPTUS LOTIONS	16
ALOE LOTIONS HYDRATANTES.....	17
ALOE LOTIONS	17
ALOE/PROPOLIS CREMES	18
ALOE LOTIONS ECRAN SOLAIRE	18
ALOE LOTIONS AUTOBRONZANTES.....	19
ALOE STABILISEE	19
ALOE VERA STABILISEE EN SPRAY	20
ALOE VERA STABILISEE AUX HERBES EN SPRAY	20
ALOE BAUME POUR LEVRES	21
ALOE/PROPOPLIS DENTIFRICES.....	21
Produits de la ruche.....	21
MIEL D'ABEILLES	21
POLLEN D'ABEILLES.....	22
PROPOLIS D'ABEILLES	23
GELEE ROYALE	25
Composés vitamines/minéraux/herbes	26
CALCIUM/MAGNESIUM.....	26
AIL / THYM	27
HUILE DE POISSONS / HUILE D'OLIVES.....	28
BETACAROTENE/SELENIUM/VITAMINE E	28
VITAMINE-C RETARD.....	29
VITAMINE B12 / ACIDE FOLIQUE.....	30
GARCINIA / CHROME	30
LYCIUM / REGLISSE	31
GINKGO ET HERBES.....	32
ECHINACEA/HYDRASTE/EXTRAIT DE PEPINS DE RAISINS.....	34
MACA	36
HERBES DE BLE, D'ORGES ET DE LUZERNES, CAYENNE ET CHROME.....	38
GINSENG/MELANGE D'HERBES	40
EXTRAITS DE MYRTILLES/LUTEINE, ZEAXANTHINE ET AUTRES ANTIOXYDANTS	40
MULTIVITAMINES/MINERAUX.....	41
PROBIOTIQUES.....	42
Aloe vera dans le cabinet du vétérinaire	43
SOINS NATURELS POUR CHEVAUX	45
LES DIFFERENTES AFFECTIONS	48
TABLEAU DES CODES	49
LISTE ALPHABETIQUE DES AFFECTIONS.....	49

INTRODUCTION

L'Aloe vera (Aloe vera) est l'une des plantes médicinales les plus connues depuis l'antiquité. Dans la Grèce antique, les médecins prescrivaient la plante par le biais de leurs ordonnances, et les Egyptiens du temps des pharaons s'en servaient comme médicament, mais aussi comme élixir, autant pour les soins de la peau que pour embaumer leurs défunts.

L'Aloe vera, ou Aloe barbadensis Miller, est une plante qui ressemble à un cactus poussant dans les climats chauds. C'est une plante grasse de la famille des liliacées. La connaissance des vertus particulièrement curatives de l'Aloe vera frais nous est parvenue grâce à la tradition orale des pratiques médicales anciennes. Les scientifiques cependant ont été incapables d'expliquer ces vertus ni de les égaler. Le Dr. Bill Coats, pharmacien pratiquant à Dallas aux USA, était persuadé que le gel extrait de la plante pouvait être utilisé sans que ses vertus ne se perdent. Il s'est consacré à l'étude de la composition chimique pour découvrir les secrets de la plante et décida de faire ce que personne n'avait encore réussi à faire dans l'histoire trimillénaire de la plante. Il voulait stabiliser de façon naturelle du gel obtenu des feuilles de l'Aloe vera, tout en conservant ses vertus curatives. En 1968, cela lui réussit pour la première fois. Depuis, de nouveaux domaines ont été découverts dans l'utilisation du gel de l'Aloe Vera stabilisé : médecine, sports, santé, beauté, cosmétiques et soins pour animaux. Pour conclure, on peut dire que c'est grâce au Dr. Bill Coats que des millions d'individus dans le monde entier peuvent profiter des bienfaits de l'Aloe vera.

Pourquoi Aloe Vera a-t-elle des propriétés guérissantes ?

La plante contient au moins 6 agents antiseptiques : lupéol, acide salicyclique, phénol, azote d'urée, acide de cannelle et soufre qui agissent toutes de façon antimicrobienne. Le lupéol, l'acide salicyclique et le magnésium sont également des analgésiques très efficaces. C'est pourquoi l'Aloe vera peut guérir beaucoup d'infections internes et externes.

Aloe Vera contient au moins trois acides gras anti-inflammatoires : cholestérol, campestérol et bêta sitostérol, tous des stéroïdes végétaux, ce qui explique l'efficacité dans le traitement des brûlures, coupures, éraflures et égratignures, ainsi que de l'arthrite rhumatoïde, de la fièvre due au rhumatisme, et des ulcères internes et externes.

La présence de ces acides gras peut expliquer l'efficacité de l'Aloe vera dans le traitement des inflammations de l'intestin grêle, du côlon, du foie, des reins et du pancréas. Plus particulièrement, la présence du bêta sitostérol explique pourquoi beaucoup de personnes considèrent l'Aloe vera comme traitement efficace de réactions allergiques telles qu'asthme, eczéma et aigreurs d'estomac. C'est aussi une explication pourquoi Aloe Vera, combiné à un régime pauvre en graisses aide à réduire le taux dangereux de cholestérol. Le grand nombre de composants différents de l'Aloe vera et le pouvoir auto guérisseur de l'organisme qui font que ce dernier peut choisir dans la plante ce dont il a besoin. C'est aussi par la synergie entre ces différents actifs qu'il faut expliquer les vertus bénéfiques de l'Aloe vera pour tant de maladies différentes.

Au fil des siècles, des guérisseurs, vétérinaires, généralistes et spécialistes ont ouvertement déclaré que l'Aloe vera possède la force de guérir ou de réduire la douleur de maladies humaines et animales. Cette plante mérite bien ses surnoms de « baguette magique », « plante miraculeuse », « plante de l'immortalité » ou « pharmacie en pot ».

Dix bienfaits pour le corps humain

Pénétration

Possède la propriété de pénétrer vite et profondément dans la peau ; pénètre à travers la membrane basale et emmène tous ces agents actifs vers l'intérieur ; peut par exemple servir comme « transporteur » pour des corticostéroïdes.

Antiseptique

Possède au moins 6 composantes antiseptiques bactéricides, virucides, fongicides et inhibitrices de croissance

Stimulateur de croissance

Stimule, en fonction du dosage, la croissance et le développement de tissu cellulaire sain, notamment du tissu conjonctif, d'où son effet bénéfique pour les blessures.

Calme les nerfs

A un effet calmant sur le système nerveux, permettant de mieux se concentrer et de trouver un sommeil calme.

Purifie

L'Aloe vera détoxique le tube digestif et ses enzymes facilitent la digestion.

Analgésique

Apaise les douleurs des muscles et des articulations. A un effet synergique avec des anti-rhumatisants.

Anti-inflammatoire

Réprime les réactions d'inflammation et fait disparaître rougeur et sensation de chaleur : action comparable à celle des corticostéroïdes, mais sans leurs effets secondaires.

Antiprurigineux

Apaise le prurit, les démangeaisons, comparable à l'action des anti-histaminiques.

Antipyrétique

Fébrifuge, supprime la sensation d'échauffement de blessures/plaies, piqûres d'insectes et du mal que l'on éprouve après avoir été en contact avec des orties et des méduses.

Sécurité et qualité

L'Aloe vera est un *aliment naturel* sans contre-indications.

Dans quelques cas rarissimes, été signalée une allergie à l'ail ou aux oignons qui provoquaient une hypersensibilité envers l'Aloe vera.

En outre, le certificat de l'I.A.S.C. (Comité international scientifique de l'Aloès) fait que les boissons à l'Aloe vera de ce producteur portent l'approbation internationale cachet et islamique, une autre preuve de leur qualité à l'échelon international.

Pourquoi l'Aloe vera d'un producteur de grande renommée ?

1 - Culture et récolte

Pour garantir une qualité irréprochable, il est essentiel que la société qui commercialise l'Aloe ait, sous son propre contrôle, le processus de production entier. Il faut que chaque étape de production soit suivie par des experts dévoués.

Et cela commence à la pépinière où sont cultivés les jeunes pousseurs et passe par les champs où les feuilles «mûres» des plantes adultes sont régulièrement récoltées à la main. Pas plus que 3 feuilles ne sont coupées à la fois, ce qui permet aux plantes de fournir des feuilles pendant quelques années. En moyenne, les plantes fournissent une cinquantaine de feuilles tout le long de leur vie. Comme la plus grande partie de gel extrait des feuilles est prévue pour la consommation, ni pesticides ni engrais chimiques ne sont utilisés. A tour de rôle, le sol est laissé en jachère pour se régénérer. Pendant ce temps, il reçoit comme seul engrais naturel les écorces des plantes compostées.

N'ayant que de très petites racines qui ne servent pratiquement qu'à stabiliser les plantes et à se multiplier par la production de boutures, l'Aloe vera se nourrit essentiellement des substances apportées par le vent et de la rosée matinale qu'elle absorbe par les pores de ses feuilles. La plante cultivée avec autant de soin possède son propre système de défense contre la dessiccation, les maladies et les insectes et il n'est pas question de faire appel à des pesticides.

Après 2 ans de culture attentive, la partie extérieure de la plante est prête pour la moisson.

Chaque feuille mûre d'Aloe vera est soigneusement enlevée de la plante à la main. Les ouvriers pratiquent une petite incision le long de la tige et retirent délicatement les feuilles pour ne pas endommager les plus jeunes qui continuent à pousser.

Les plantes d'Aloe vera restent productives 3 à 4 ans après leur maturité, chacune produisant plus de 50 feuilles pendant sa vie.

2 - Méthodes de traitement

Une fois qu'une feuille est coupée de la plante, la pulpe claire qui est à l'intérieur devient vulnérable aux effets de l'air et de l'oxydation. Le producteur prend toutes les précautions pour réduire au minimum ce temps d'exposition pendant la récolte, de sorte que la pulpe conserve sa forme la plus fraîche et la plus pure. Cela signifie que le traitement de feuilles démarre aussitôt que possible après la récolte. Pour cette raison, le producteur a installé ses usines de stabilisation sur le site de ses plantations.

Les feuilles subissent alors un nettoyage complet consistant en des bains répétés dans de l'eau fraîche, avant un lavage à haute pression permettant d'éliminer des débris éventuels avant la découpe. Chaque feuille est alors inspectée pour déceler des éventuels défauts, la pointe et le pied sont éliminés avant un dernier lavage en vue de l'extraction de la pulpe.

Le système d'extraction breveté par le producteur sépare la pulpe fraîche d'aloès de l'écorce. Alors que d'autres fabricants utilisent la feuille entière dans leur production d'aloès vera, écorces comprises, ce producteur l'élimine car elle n'apporte aucun bénéfice réel au produit. Ainsi, au lieu de combler ses produits d'aloès avec des composés inutiles, il recycle les écorces comme engrais naturel pour ses champs. Cet engrais naturel régénère les sols et les prépare à accueillir de futures générations de plantes.

Une fois que la pulpe pure d'aloès est extraite de la feuille, elle est rassemblée dans des récipients en acier inoxydable, puis filtrée. Comme la pulpe fraîche d'aloès se dégrade rapidement dès qu'elle est prélevée de l'écorce, elle passe immédiatement par une phase de stabilisation brevetée par le producteur (stabilisation à froid à l'aide de vitamines C et E naturelles) qui la protège contre l'oxydation et lui conserve tout son pouvoir naturel.

Après stabilisation, la pulpe est conditionnée avant de subir des tests et analyses dans les laboratoires du producteur pour s'assurer de sa pureté et de ses qualités. Bien qu'il soit le plus grand producteur au monde d'Aloe vera pure, la qualité reste toujours sa première priorité. Créer des produits sur lesquels des millions de personnes comptent pour leur bien-être implique une grande responsabilité. C'est pourquoi, dans tous ses processus de fabrication, le producteur teste et reste continuellement ses produits pour s'assurer qu'ils répondent bien aux normes les plus hautes de qualité et de pureté. Ces normes exigeantes ont valu à ce producteur de nombreuses distinctions.

L'entreprise fut la première de son secteur à recevoir le prestigieux label du conseil scientifique international de l'aloès.

Ce label de pureté très convoité est l'assurance que la quantité et la qualité de l'aloès pure contenues dans chaque produit sont au niveau le plus élevé.

En outre, les boissons à l'Aloe vera de ce producteur portent l'approbation internationale cachet et islamique, une autre preuve de leur qualité à l'échelon international.

Une fois que la pulpe d'aloès a été testée et approuvée, elle est transportée dans des cuves étanches ou par camion citerne du lieu de traitement à l'usine de conditionnement du producteur. Pour optimiser la qualité et l'efficacité, cette usine ultramoderne réunit toutes les phases de production sous un même toit : recherche et développement, formulation des produits, embouteillage et conditionnement, contrôle qualité, stockage et expédition. Bien que les produits du producteur soient vendus comme compléments alimentaires et cosmétiques, ils sont fabriqués sous licence pharmaceutique. Le GMP (Good Manufacturing Practice) signifie que bâtiments, machines, appareils de test sont soumis à des règles très strictes des pouvoirs publics.

Dès que les camions arrivent des usines de traitement, l'aloè vera stabilisée est déchargée et soumise à une série de tests microbiologiques et quantitatifs avant d'être approuvée pour la formulation et la fabrication du produit.

Finalement, les produits prêts à l'utilisation sont scellés afin de les protéger d'infections et pour en garantir la conservation longue durée.

3 - Résultats prouvés

Les « Food and Drug Research Laboratories » à New York ont mis en place un test indépendant. Le gel stabilisé du plus grand producteur au monde a fait l'objet d'une comparaison avec le gel d'une feuille crue d'un Aloe barbadensis adulte. Le résultat en fut que les deux gels différents étaient sensiblement identiques.

En d'autres termes, le contenu du flacon est le même que ce qu'on aurait obtenu en filetant les feuilles. Les bons producteurs possèdent comme preuve de qualité le certificat de l'International Aloe Science Council. Cette distinction lui donne le droit d'apposer ce sceau d'agrément sur tous ses produits à l'Aloe vera. Des millions de personnes utilisent quotidiennement ces produits avec des résultats très positifs pour leur santé et leur bien-être.

4 - Garantie satisfaction

Le producteur garantit pleine satisfaction dans les 30 jours, sinon vous serez remboursé.

Aloe vera, une herbe médicinale miraculeuse

Des centaines d'études scientifiques ont été consacrées à la description des vertus de l'Aloe vera en usage interne pour toutes sortes de problèmes et en usage externe, pour la peau et les cheveux.

Voici quelques-uns de ses vertus :

- purifiant naturel
- pénétration dans la peau et action bénéfique en cas d'eczéma et de psoriasis
- anesthésie tissulaire, apaisement des douleurs articulaires et musculaires
- en fortes concentrations, bactéricide utilisé comme antibiotique en cas d'infections, bactériostatique sous forme diluée
- virucide en cas de contact prolongé (3 à 5 heures)
- fongicide entre autres en présence de candidose, chlamydia, tinea pedis, tinea ruber, trichomonas, etc.
- anti-inflammatoire (inhibiteur d'inflammations) réduit enflures, rougeurs et la sensation de chaleur
- Antiprurigineux (apaise les démangeaisons)
- fournisseur d'acides aminés, vitamines, minéraux et glucides comme substances nutritives
- élimination et évacuation de cellules mortes y compris le pus de l'acné
- favorise la croissance cellulaire normale et possède des vertus cicatrisantes
- hydratation des tissus
- fébrifuge; apaise la sensation d'échauffement des plaies, ampoules, piqûres d'insectes et vésicules
- très sûr des effets secondaires ne sont pas connus.

Agents contenus dans le gel de l'Aloe vera

- **Vitamines**
A (bêta carotène) est activé dans le corps, C (un supplément de C a été adjoint pendant le processus de stabilisation), E, aussi tocophérol (adjonction d'E pour le processus de stabilisation), B1 (thiamine), B2 (riboflavine), B3 (niacine, niacinamide, B6 (pyridoxine), B12 (cyanocobalamine), folacine, acide folique et choline.
- **Minéraux**
aluminium, calcium, oxalate de calcium, chlorure, chrome, cobalt, phosphore, potassium, cuivre, fer, magnésium, manganèse, sodium, sélénium, silicium, étain et zinc
- **Acides aminés**
alanine, arginine, acide d'aspartine, ½cystine, acide de glutamine, glycérine, histidine, hydroxyproline, isoleucine, lysine, méthionine, alaline de phényle, proline, sérine, thréonine, tryptophane, tyrosine et valine
- **Acides gras**
linol, linolène, myristine, capryline, oléine, palmitine, stéarine
- **Antiseptique**
acide de cannelle, lupéol (acide salicylique naturel), phénol, saponines, urée d'azote, soufre, résistannol
- **Anti-inflammatoire**
bradykinase, β -sitostérol, campestérol, cholestérol HDL, une composante nouvellement découverte à savoir acémannane (mannose-6-phosphate) provoque une stimulation du système immunitaire
- **Enzymes**
aliinase, amylase, bradykinase, catalase, cellulase, phosphokinase de créatinine, déhydrogénase de lactine, lipase, nucléotidase, oxidase, protéinase, transaminase SGO et SGP
- **Mono/polysaccharides**
aldonantose, cellulose, glucose, mannose, L-rhamnose, acémanane

- **Autres**

aloïne, barbaloïne, isobarbaloïne, acide de chrysophane, lactate de créatine, phosphatase alkalyque, phosphatase acide, huiles éthériques et lignine, triglycérides

Les buvables à l'Aloe vera contiennent le gel stabilisé de l'Aloe vera. Pour 120 ml il contient 20 kilocalories de valeur nutritive, 0 gramme de lipides, 30 mg de sodium (<0,1%), 6 g d'hydrates de carbone (2%), 0 g de glucides, 0 g de protéines.

Bien agiter avant usage et conserver au réfrigérateur après ouverture.

Conseils pour l'usage

Les boissons à l'Aloe Vera, comme le Gel au goût pur, aux airelles, aux pêches et aux oranges (avec du soufre organique ajouté) sont des compléments alimentaires naturels et équilibrés qui ont des vertus spécifiques pour l'organisme.

Elles peuvent être consommées comme des boissons rafraîchissantes.

L'Aloe vera n'est ni remède ni médicament, mais favorise le pouvoir de régénération de l'organisme lui-même.

L'efficacité de l'Aloe vera dépend des besoins individuels et du métabolisme personnel. Or, les quantités nécessaires peuvent différer d'une personne à l'autre. L'expérience a démontré que pour de nombreux utilisateurs les quantités qui vont suivre sont suffisantes et utiles. Les quantités, selon les besoins, peuvent être revues à la hausse ou à la baisse.

Comme complément alimentaire dans la quasi-totalité des affections chroniques:

3 fois par jour 2 cuillerées (30 ml) avant le repas.

Problèmes cutanés

Nettoyer soigneusement la peau avec de l'eau ou une solution saline avant d'utiliser un des produits à l'Aloe vera. D'abord appliquer le spray à l'Aloe vera et herbes, ensuite le Gel épais ou la crème à l'Aloe/Propolis sur la zone affectée. Tremper un morceau de gaze d'Aloe stabilisée et appliquer sur la plaie et gardez la bien humide à l'Aloe pendant toute une journée. Cela contribue à réprimer l'inflammation et prévient que la gaze ne s'attache à la plaie.

Psoriasis, dermatite, etc.

Usage interne/externe - Parfois, il arrive qu'après un premier petit succès, l'affection cutanée reprenne. Bien que cela puisse paraître décevant, c'est bon signe. L'utilisation de l'Aloe vera a comme action de détoxifier le corps et ces toxines libérées sont responsables d'un retour apparent de l'affection. Considérez cette réaction qui est loin de se produire dans tous les cas comme une preuve que ce produit agit efficacement. Ne vous laissez donc pas décourager et continuez à boire et à appliquer l'Aloe vera normalement.

Nettoyez les zones affectées soigneusement avec de l'eau et du savon liquide à l'Aloe vera ou du savon de bain à l'Aloe vera avant d'appliquer le produit indiqué. Appliquer ensuite la crème au gel épais ou à la propolis. Au besoin, pulvériser de l'Aloe aux herbes pour stimuler la guérison et pour calmer l'inflammation et l'irritation. Vous pouvez aussi tremper un morceau de gaze dans de l'Aloe stabilisée et la maintenir à l'endroit concerné pendant une demi-heure.

Psoriasis, ou affections du cuir chevelu

Lavez soigneusement les cheveux avec du Shampoing à l'Aloe et Jojoba ou avec du savon liquide à l'Aloe. Appliquer de l'Aloe stabilisée ou de l'Aloe stabilisée aux herbes médicinales sur le cuir chevelu et massez bien pendant quelques minutes. Appliquer ensuite la crème épaisse d'Aloe ou Aloe/Propolis le long de la raie chevelue et sur d'autres parties affectées. Il est plus confortable d'appliquer de nuit (pendant la période de repos).

Foulores, arthrite et inflammations

Badigeonner la partie douloureuse à la formule d'Aloe/Eucalyptus et bien masser. Tremper un morceau de gaze dans de l'Aloe stabilisée et l'appliquer sur la zone affectée. Maintenir à sa place aussi longtemps que possible, à l'aide éventuellement d'un pansement. A répéter pendant la journée.

Inflammations oculaires

Baigner l'oeil avec de l'Aloe stabilisée non diluée (cela pique un peu) ou bien diluer avec de l'eau distillée (1:1). Pour les enfants pratiquer une dilution eau/Aloe stabilisée (7:1)

Inflammations de la gorge

Se préparer un gargarisme avec de l'Aloe stabilisée non diluée ou bien avec un buvable à l'Aloe Vera.

Sinusite

Pulvériser dans le nez ou inhaler de l'Aloe stabilisée non diluée

Asthme

Lors d'une cure de traitement ajouter de l'Aloe stabilisée et/ou de la crème Aloe/Eucalyptus à de l'eau bouillante et inhaler les vapeurs.

ATTENTION - Il ne s'agit pas d'un traitement d'une crise d'asthme. La méthode n'est pas non plus à considérer comme le remplacement de l'utilisation d'un inhalateur ou nébuliseur.

ALOE VERA

Depuis toujours, les hommes de toutes catégories d'âge, et récemment aussi les animaux, ont apprécié les merveilleux vertus curatives des produits à l'Aloe Vera.

Les buvables à l'Aloe vera

ALOE VERA BUVABLES/NATURE

Le Gel de l'Aloe vera à boire au goût naturel

Imaginez que vous incisiez une feuille d'Aloe Vera, que vous l'ouvriez et que vous mangiez sa pulpe ... Tous les ingrédients à 100 % naturels indispensables pour une bonne santé qui se trouvent dans cette feuille se retrouvent également dans les boissons au gel d'Aloe vera stabilisé. Ce gel buvable contient en abondance vitamines, même des traces de vitamine B12 (que l'on ne trouve normalement que dans de la viande), acides aminés, minéraux et en plus, sont présents 20 acides aminés dont tous les 8 qui sont indispensables aux très jeunes enfants et 9 acides aminés essentiels qui influencent directement la croissance cellulaire. Le gel facilite la digestion et l'assimilation des éléments nutritifs dans les intestins corps et favorise la santé. C'est un des meilleurs compléments alimentaires naturels dont dispose l'humanité.

Effets favorables :

Affections cutanées :

abcès, acné, brûlures (d'origine chimique ; engelures ou suite à des radiations), dermatite, eczéma, éraflures, grandes plaies, mycose du pied, pellicules, plaies dues à une opération, psoriasis, pustules, sclérodermie, séborrhée, varicelle, zona.

Peut aussi s'utiliser de façon topique (externe) si d'autres produits à l'Aloe vera ne sont pas disponibles,

Affections digestives :

colite ulcéreuse, constipation, Crohn (maladie de -), diarrhée, flatulence, gastrite, hernie, irritabilité des intestins, ulcère gastrique, ulcères intestinaux.

Améliore la digestion et l'assimilation des aliments, réduit les charges nocives des intestins et peut contribuer à éviter un cancer du rectum.

Autres affections :

affections buccales, affections de la prostate, affections hormonales, affections rénales et hépatiques, allergies, amygdalite., anti-douleur, apaise les effets de radiothérapies, arthrite, articulations et muscles douloureux, asthme, candidose, cholestérol, coliques, convalescence post-opératoire, dépressions, diabète, encéphalomyélite, entérite, énurésie, gingivite, hémorroïdes, hypertension, inflammation de la gorge, inflammations, lésions dues au sport, mal de dos, mal de gorge, manque d'énergie, mauvaise haleine, oedème, parties sensibles par utilisation d'un dentier, piqûres d'insectes, problèmes musculaires, régimes, rhumatismes, sciatique, sclérose en plaques.

Conseils de consommation

Voir page 14

ALOE VERA BUVABLES/CANNEBERGE**ALOE/CANNEBERGE - Le Gel de l'Aloe à boire au goût de canneberge**

ALOE/CANNEBERGE contient tous les minéraux, vitamines, acides aminés et enzymes caractéristiques des Gels d'Aloe vera plus les vertus des canneberges, pommes et propolis d'abeilles. L'adjonction de concentré de canneberges pressées, de baies rouges, acidulées, rondes ou ovales, fournit davantage de vitamine C. Autour de 1800, les canneberges furent beaucoup utilisées par des marins américains afin d'éviter, pendant leurs longs périples, le scorbut, une maladie provoquée par un manque de vitamine C. Autrefois, les Indiens d'Amérique du nord utilisaient les canneberges comme remède et, même de nos jours, elles ont un effet purifiant surtout pour les reins et les voies urinaires. En plus la canneberge est hydrofuge. Le goût de la canneberge est tout naturel, et fait d'un concentré soigneusement sélectionné de canneberges et de jus de pommes doux. L'adjonction de fructose contribue au goût agréable. Les pommes, un des fruits les plus populaires, sont célèbres pour leurs vitamines A et C, potassium et pectine. Elles garantissent à ALOE/CANNEBERGE son goût exceptionnel.

Effets favorables :

A part ce qui suit, voir également sous ALOE VERA BUVABLES/NATURE

A part les vertus de l'ALOE VERA GEL, les canneberges contribuent elles aussi à détoxifier l'organisme, et surtout les reins et les voies urinaires, en tant que diurétique naturel. Les canneberges sont donc particulièrement efficaces pour combattre les inflammations des voies urinaires et de la vessie. A part cela, les canneberges renferment 2 antioxydants qui sont excellents pour la peau.

Conseils de consommation

Voir page 14

ALOE VERA BUVABLES/PECHES

ALOE/PECHES - Le Gel de l'Aloe à boire au goût de pêche

ALOE/PECHES est une boisson identique à l'**ALOE VERA GEL** vera pour boire, et en plus enrichie de petits morceaux de pulpe d'Aloe macérés dans un concentré de pêche et édulcoré avec de la fructose. Ce mélange est d'un goût fort agréable permettant aux personnes qui supportent mal le goût plutôt amer du gel de l'Aloe Vera pur de vider facilement un grand verre. Les morceaux d'Aloe sont riches en fibres et pourront contribuer ainsi à stimuler les selles et à réduire les diarrhées.

Les pêches (*prunus persica*) sont riches en vitamine A, B et C, rafraîchissantes en cas de fièvre et d'inflammation, hydrofuges, laxatives, stimulant les glandes. Une pêche contient 9 vitamines, 18 acides aminés dont 7 essentiels, 31 minéraux ou oligoéléments, 3 acides gras essentiels, bioflavonoïdes, phytonutriments et au moins 10 antioxydants. En Chine antique on utilisait la pêche pour combattre la toux, la constipation, les règles douloureuses, la mauvaise digestion, les hémorragies, l'hypertension, hydrophilie. Au Japon, pour combattre la toux les inflammations mais aussi hydrophilie. Par le passé, les navigateurs turcs consommaient des pêches pour prévenir le scorbut. Dans la médecine populaire, la pêche sert d'antalgique pour les maux de tête, de gorge et d'oreille, de remède contre la mauvaise haleine et de vermifuge. Les Indiens de la tribu des Navayos l'utilisaient pour des cures dépuratives, en cas de fièvre, de pneumonie et comme calmant et pour combattre les verrues.

Effets favorables :

A part ce qui précède, voir également sous ALOE VERA BUVABLES/NATURE

Conseils de consommation

Voir page 14

ALOE VERA BUVABLES/GLUCOSAMINES

ALOE/GLUCOSAMINES - Le Gel de l'Aloe à boire aux Glucosamines et au goût d'Orange

ALOE/GLUCOSAMINES révolutionne l'espace des compléments alimentaires qui favorisent l'alimentation en éléments essentiels du cartilage en général, des articulations, des tendons et des ligaments. Nous retrouvons ces éléments dans **ALOE/GLUCOSAMINES** sous forme de sulfate de glucosamine et sulfate de chondroïtine. Ces deux substances se retrouvent naturellement dans les organismes des hommes et des animaux. Ce sont les matières premières du cartilage et du collagène. Le cartilage est formé de cellules, les chondrocytes, qui assurent son renouvellement, de fibres de collagène, et de substance fondamentale, faite surtout de protéoglycanes (grosses molécules spongieuses).

La glucosamine contribue à produire des protéoglycanes qui se retrouvent dans les interstices entre les fibres du cartilage, tandis que la chondroïtine - une longue chaîne composée de molécules de disaccharides - se comporte comme un aimant attirant de du fluide à l'intérieur des protéoglycanes.

Ceci est important pour deux raisons :

- Le fluide agit comme amortisseur spongieux de chocs.
- Le fluide emmène des éléments nutritifs à l'intérieur de la masse cartilagineuse d'un côté et évacue les déchets de l'autre côté. Comme le cartilage n'est pas irrigué, sa seule source d'alimentation et ses propriétés lubrifiantes proviennent du fluide qui se comporte sous l'action de charge et décharge des articulation comme la marée. Sans ce liquide, le cartilage ne serait pas nourri, se déshydraterait et deviendrait mince et friable. Il est évident que la masse et la qualité du fluide sont des facteurs essentiels de l'entretien du cartilage.

Avec l'âge, la destruction du cartilage ancien l'emporte parfois sur l'élaboration du nouveau cartilage, ce qui peut se produire dans des articulations qui nous font souffrir.

Si on combine le sulfate de chondroïtine avec le sulfate de glucosamine, ils renforcent mutuellement leur activité et combattent les vraies causes de l'usure du cartilage au niveau cellulaire. A ne pas négliger la vitamine C contenue dans cette boisson. Elle doit être présente pour que la formation de collagène et de cartilage puisse se réaliser.

Et ce n'est pas tout !

A part les deux substances traitées ci avant, ALOE/GLUCOSAMINES contient encore une autre substance très importante : le méthylsulfonylméthane (MSM)

Hautement efficace et à effet anti-inflammatoire, le SM représente pour notre organisme une source primaire de soufre biodisponible qui, ensemble avec la vitamine C, est nécessaire à la production du collagène.

Le MSM maintient ainsi la substance cartilagineuse et les tissus conjonctifs en bon état et parti de notre sang. Le MSM contribue au bon développement de la peau, des cheveux, des ongles, des articulations et de leurs capsules, des vaisseaux sanguins et partout dans notre organisme où sa présence est nécessaire. Le soufre possède des propriétés détoxifiantes et peut aider à évacuer des métaux lourds comme le plomb et le mercure (amalgame).

Une étude comparative entre glucosamines et anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) concluait que les derniers étaient plus efficaces quant à la répression des douleurs pendant les deux premières semaines du traitement, mais qu'après plusieurs semaines, les patients traités à la glucosamine se sentaient nettement mieux, car chez eux leur problème était pris en charge à la racine.

Les AINS favorisent par leur action la formation de nouveau cartilage mais présentent en même temps l'effet secondaire d'augmenter la dégradation naturelle du cartilage. L'administration de nombreux anti-inflammatoires traditionnels s'accompagne, en outre, de problèmes au niveau de l'estomac et des intestins.

Les glucosamines par contre, ne font que stimuler la croissance du cartilage et des enzymes qui les accompagnent et freinent la dégradation naturelle du cartilage.

Finalemment

Il ne faut pas oublier que tous ces ingrédients sont dissout dans du gel d'Aloe pour boire, et que les vertus du gel s'associent à ceux des ingrédients ajoutés.

Effets favorables :

A part ce qui suit, voir également sous ALOE VERA BUVABLES/NATURE

acné, allergies, arthrite, arthrose, asthme, maladies du système immunitaire, Bechterew (maladie de -), brûlures, sinusite, effets secondaires dus à des anti-inflammatoires traditionnels, bursite, syndrome du canal carpien, fatigue chronique, colitis ulcerosa, intolérance envers le gluten, maladie coeliaque, Crohn (maladie de -), fibromyalgie, rhume des foins, maux de tête, migraine, problèmes de croissance des cheveux et des angles, neuralgies, ostéoarthrite, polyarthrite, rhumatismes, sclérodermie, côlon spastique, tendinite, vaginite, ulcère duodéal, ventricules, intolérance envers certains aliments.

Conseils de consommation

Voir page 14

CONSEILS DE CONSOMMATION pour les boissons à l'ALOE VERA

Tout d'abord, avant chaque consommation, bien agiter le flacon parce que la pulpe nourrissante se dépose au fond du récipient. Une fois ouvert, conserver le flacon au réfrigérateur. Consommer les boissons à l'Aloe vera à jeun, environ un quart d'heure avant les repas. Elles pourront mieux traverser l'estomac et commencer leur action dans les intestins. Si vous le préférez, vous pouvez les diluer à l'eau ou aux jus de fruit sans sucre ajouté.

1. 45 ml

Commencez par deux cuillerées (30 ml): chaque matin avant le petit déjeuner et une cuillerée (15 ml) avant le coucher (=+/- 45 ml) (si vous prenez des médicaments, ou si vous avez des troubles chroniques tels qu'eczéma ou autres problèmes cutanés, utilisez la moitié ou moins encore, ceci pour minimiser d'éventuelles réactions sur la détoxification de l'organisme, favorisée par l'Aloe.

Pour les enfants commencer par une cuillerée à café

2. 60 ml

Si, après 3 jours, vous ne constatez aucune différence, augmentez votre consommation à 2 cuillerées le matin, et 2 cuillerées avant le coucher. Cela revient à 4 cuillerées par jour (=+/- 60 ml).

3. 90 -120 ml

Si, après 7 jours vous ne constatez pas de différence, augmentez votre consommation à 3 ou 4 fois par jour 2 cuillerées. Cela revient à 6 à 8 cuillerées par jour (=+/- 90 à 120ml).

Pour info : une « cuillerée » représente 15 ml.

Si vous souhaitez renforcer d'avantage la dose quotidienne, n'hésitez pas à le faire. Il s'agit ici d'un aliment naturel sans effets secondaires.

Pour déterminer la prise quotidienne qui vous convient le mieux, réduisez votre dose de la manière dont vous l'avez renforcée. La plupart des utilisateurs retrouvent leur bien-être avec une dose de 2 à 4 cuillerées par jour (30-60 ml).

Chaque individu est différent.

Ecoutez donc avec attention les messages de votre corps.

- Au début, attendez-vous à des **symptômes de détoxification** tels que maux de tête, troubles d'estomac, fatigue, pour énumérer les plus fréquents. Une aggravation des dysfonctionnements déjà existants (eczéma, psoriasis) est aussi possible, par exemple. Réduisez alors la dose ou arrêtez et redémarrez prudemment par une cuillerée à café le matin, pour ensuite augmenter peu à peu la dose.
- **Buvez au minimum 4 grands verres d'eau (minérale)** par jour. Cela contribue fortement à soutenir le processus de purification. En cas de symptômes de détoxification, buvez davantage d'eau ; ceci compte aussi pour les enfants.
- Pendant les premières semaines, c'est surtout **le tube digestif qui est purifié**. Il se peut que vos selles soient plus fréquentes (pas de diarrhée). C'est une évacuation naturelle de déchets.
- N'arrêtez jamais la prise de **médicaments** sans consulter votre médecin.

- Les personnes **allergiques aux oignons ou à l'ail** devront d'abord essayer prudemment si elles supportent l'Aloe vera, étant donné la possibilité d'une allergie croisée.
- Si vous souffrez d'un **diabète** de vieillesse, voyez d'abord votre médecin ou bien vérifiez vous-même le taux de glucose de votre sang, parce que l'Aloe vera pourrait stimuler la production d'insuline.
- Si vous êtes **épileptique**, consultez d'abord votre médecin.
- Bien qu'il n'y ait pas de raisons pour s'abstenir de l'Aloe Vera **durant la grossesse**, nous vous conseillons de ne pas commencer sa prise pendant les trois premiers mois ou lorsque vous allaitez votre enfant au sein. Si vous étiez déjà utilisateur auparavant, il n'y a pas de raisons pour interrompre, ni pendant l'allaitement.
- Pour certaines personnes l'Aloe vera a un **effet stimulant**. Dans ce cas ne pas l'utiliser avant le coucher, mais avant le dîner.
- Si les buvables ont un **label kasher** et une **approbation islamique**, vous avez une garantie supplémentaire de pureté.

Préparations à l'Aloe vera à usage externe

ALOE GELS

Les gels épais préparés directement de la pulpe d'Aloe vera se prêtent très bien à la pénétration dans la peau. Ils ont un effet particulièrement efficace en relation avec des affections cutanées et des plaies de la peau, des muscles, des tendons et articulations.

Les gels épais luttent merveilleusement contre démangeaisons, douleurs, enflures, inflammations et courbatures. Comme ils ne contiennent pas de substances oléagineuses, des irritations sont très rares. Grâce à leur absorption totale et à leur effet dépourvu d'irritation et leur douceur, les gels épais sont idéals pour les brûlures et autres plaies sur des parties du corps très sensibles. Comme les bonnes gelées ne contiennent pas d'huile, elles peuvent pleinement développer leur vertu curatives pour l'acné, l'impétigo, la séborrhée, les pellicules, l'alopécie, la sclérodémie, l'insolation, les brûlures suite à des radiations et d'autres affections cutanées. La valeur pH est de 5,5. Ainsi les gels ne provoquent pas d'irritation, même pas autour des yeux (cependant le contact direct avec les yeux est à éviter). Le gel peut même s'utiliser sur des muqueuses, aphtes, hémorroïdes, vaginite ...

Effets favorables : abcès, acné, allergie au soleil, allergies, alopecie, ampoules, bleus, brûlures, brûlures superficielles, cancer cutané, cicatrisation, contusion, couperose, coupures et égratignures, crampes musculaires, décubitus, démangeaisons, eczéma, enflures, engelures aux mains et aux pieds, épidermite, épidermophytie – herpes circine, érysipèle, érythème fessier, exanthème, gerçures mammaires, hémorroïdes, herpès, impétigo, impétigo, infections fongiques, lentigo sénile, mal de gorge (2 cuillerées), oeils-de-perdrix, orgelets, papules, pellicules, percée des dents, piqûres et morsures, problèmes de nez, psoriasis, régénération de tissus, sclérodémie, séborrhée, striée, tinéa, traitement électrolytique, traitements audiosoniques, ulcères, ulcères de bouche et gingivite, ulcus cruris, urticaire post-épilation, varices, verrues, vésicules de varicelle, zona, zones douloureuses suite au port de dentier.

- Effet hydratant sans gêner l'oxygénation des tissus, ce qui est indispensable pour le processus de guérison
- Restitution du taux d'hydratation cutanée indispensable pour la guérison ce qui contribue à réduire les cicatrices

- Analgésique (calmant les démangeaisons)
- L'allantoïne accélère le processus de guérison, notamment la cicatrisation
- L'Aloe vera stimule la croissance de tissu conjonctif

Mode d'emploi : Nettoyer soigneusement la peau à traiter. Pour avoir un effet renforcé, nettoyer avec de l'Aloe stabilisée. Appliquer ensuite généreusement le gel épais, puis masser pendant 5 minutes. A répéter quatre fois par jour, si les circonstances le permettent. Vous pouvez laisser la partie à l'air ou utiliser des pansements.

ALOE MSM GELS

Les gels Aloe/MSM gel sont une substance transparente non grasse pour les soins de tout type de peau et ne tachant pas les vêtements. Ils rétablissent l'ancien équilibre de la peau en améliorant l'irrigation qui lui rend élasticité et douceur. Les gels Aloe/MSM favorisent l'oxygénation de la peau ce qui entraîne une meilleure reproduction des cellules. Par l'addition d'MSM (Methyl-sylfonyl-méthane), les gels exercent une action spécialement guérissante au profit de l'élasticité, surtout de la peau mûre. L'effet antioxydant des gels Aloe/MSM réduit les radicaux libres qui sont responsables du vieillissement et de la formation de rides. Déjà après une application de seulement quelques semaines, les cicatrices deviennent plus élastiques et sont moins visibles.

Les bons gels Aloe/MSM gel contiennent des extraits d'herbes qui se chargent de contrôler les bactéries et les champignons et ils présentent des propriétés anti-inflammatoires et antiallergiques.

Un des avantages, les mieux documentés des gels Aloe/MSM en application locale est sa capacité de réduire les douleurs. Le MSM rend la peau élastique et prévient le durcissement des tissus dû au vieillissement. Pour plus d'informations sur le MSM, voir aussi Aloe/Glucosamines buvables.

Effets favorables : acné, articulations douloureuses, bleus, brûlures, callosités - durillons, courbatures, décubitus, eczéma, infections fongiques, inflammations, irritations dues au soleil, muscles crispés, psoriasis, pustules, rides, stries de grossesse, tendinites, ulcère de la jambe.

Mode d'emploi : Appliquer généreusement et bien masser les parties douloureuses.

Une application préalable d'Aloe sous forme de spray peut augmenter l'efficacité du traitement. Une combinaison simultanée avec l'Aloe/Eucalyptus crème est possible. Pour faciliter une bonne pénétration dans la peau pendant la nuit, une enveloppe avec de la cellophane autour de la partie concernée peut s'avérer utile.

Comme les lotions peuvent contenir de la lanoline et des parabènes auxquelles certaines personnes sont allergiques, il est recommandable de faire d'abord un test sur une partie délimitée de la peau.

ALOE/EUCALYPTUS LOTIONS

Des lotions douces à action chauffante en profondeur à base de gel d'Aloe vera. Les lotions Aloe/Eucalyptus se prêtent parfaitement pour des massages permettant la décontraction et l'apaisement de douleurs musculaires.

Effets favorables : articulations arthritiques, contusions, courbatures, crampes, fibroses, foulures et enflures, goutte, lésions dues au sport, mal de dos, maux de tête, muscles crispés, nez bouché, yeux-de-perdrix, raideur de la nuque, raideur des épaules, rhumes, tendinite.

En outre ce produit s'utilise bien en cas de sciatique, pour masser, pour échauffer les muscles avant une performance sportive, et pour calmer les douleurs liées aux activités sportives,

Mode d'emploi : Appliquer généreusement et bien masser les muscles. Peut se prêter à des inhalations, soit en l'appliquant sur un mouchoir, soit dilué dans de l'eau bien chauffée. Une application préalable d'Aloe sous forme de spray peut augmenter l'efficacité du traitement. Il est possible de combiner simultanément la lotion Aloe/Eucalyptus à l'Aloe/MSM gel. Pour faciliter une bonne pénétration dans la peau pendant la nuit, une enveloppe avec de la cellophane autour de la partie concernée peut faire bon service.

Eviter tout contact avec les yeux. Au contact des yeux, rincer pendant plusieurs minutes à l'eau. Comme la lotion peut contenir de la lanoline et des parabènes auxquelles certaines personnes sont allergiques, il est recommandable de faire d'abord un test sur une partie délimitée de la peau.

ALOE LOTIONS HYDRATANTES

La formule retenue est celle qui offre bien des vertus régénératrices aux utilisateurs des produits pour les soins cutanés. Ces lotions contiennent des humidifiants excellents et présentent des propriétés hydratantes. Elles renferment du collagène et de l'élastine qui contribuent à maintenir la peau lisse, douce et élastique. Le collagène soluble constitue la composante principale du tissu conjonctif quand nous sommes jeunes. Cette solubilité procure à la peau son pouvoir d'hydratation grâce à l'élasticité du tissu conjonctif. Avec l'âge, le collagène devient de moins en moins soluble, dû à des ramifications transversales entre les différentes fibres. Par conséquent son pouvoir hydratant diminue. Le vieillissement se manifeste par une peau moins élastique, plus sèche et ridée.

Mode d'emploi : Appliquer sur le visage, les mains ou le corps, masser doucement jusqu'à l'absorption totale. Si vous voulez vous maquiller, il faut garder une mince couche sous le maquillage. Il est recommandé, avant l'application de la lotion hydratante, de nettoyer la peau avec le savon liquide à l'Aloe ou le gel de bain.

ALOE LOTIONS

Ces produits sont des émulsions huile/eau d'une teneur élevée en Aloe vera. Les lotions sont adaptées aux soins des peaux sèches et rêches et exposés à l'insolation. Elles ont un fort pouvoir de protection en cas de vent fort. Les lotions sont hydratantes, adoucissantes et nourrissantes. Ce sont des lotions à l'Aloe concentrées qui conviennent pour les peaux sèches et les irritations légères. Leurs structure est plus fine que celle des lotions hydratantes et convient mieux pour le corps. Elles sont utilisées comme lotions de massage et s'emploient en tandem avec des lotions Aloe/Eucalyptus.

Mode d'emploi : Appliquer généreusement, bien masser jusqu'à l'absorption complète et répéter selon vos besoins. Il est recommandé, avant l'application d'une lotion hydratante, de nettoyer la peau avec du savon liquide à l'Aloe ou du gel de bain à l'Aloe.

Comme les lotions peuvent renfermer de la lanoline, elles pourraient provoquer une réaction allergique chez certaines personnes sensibles. A tester d'abord sur une petite partie de la peau.

ALOE/PROPOLIS CREMES

Les crèmes Aloe/Propolis sont d'excellents hydratants qui améliorent la condition de la peau. Chez les meilleures crèmes, l'adjonction de Propolis d'abeilles, de camomille et de consoude, deux herbes naturelles, ne manque pas d'en faire des crèmes uniques pour les affections cutanées. Elles contiennent quelque 74% d'Aloe vera. Nous croyons qu'il s'agit ici d'une formule parfaite. La camomille est une des herbes les plus connues pour soigner la peau. Avec la consoude, les deux herbes sont considérées comme les "jumelles" des soins cutanés. Ces formules adoucissantes sont encore être perfectionnées en ajoutant les vitamines A et E, qui sont connues pour améliorer la condition de la peau. Les crèmes Aloe Propolis sont d'excellents hydratants pour les peaux sèches et se prêtent aux massages pour une décontraction totale.

Effets favorables : abcès, acné, blessures de rasage, boutons, brûlures superficielles, coude de tennis, coupures, démangeaison provoquée par orties, démangeaisons, dermatite, eczéma, enflures., éraflures, érythème fessier, furoncles, infections fongiques / - du pied, inflammations, irritations, mains abîmées par les vaiselles, massages, piqûres d'insectes, piqûres d'orties, psoriasis, sclérodermie, séborrhée, urticaire, vésicules, vésicules de varicelle, zona.

S'utilise aussi comme hydratant et pour les soins des peaux sèches.

Mode d'emploi : Pour toutes les plaies et affections cutanées, d'abord nettoyer à fond la peau (par le pouvoir pénétrant dû à l'Aloe vera, la crème n'introduit pas seulement ses propres actifs, mais aussi impuretés et bactéries). Appliquer généreusement selon vos besoins.

Comme la crème peut renfermer de la lanoline et des parabènes, elle pourrait provoquer une réaction allergique chez certaines personnes. A tester d'abord sur une petite partie de la peau.

ALOE LOTIONS ECRAN SOLAIRE

Bien que l'Aloe vera soit excellente pour soigner notre peau, cela demande de grands efforts pour en développer une bonne lotion écran solaire et ajouter à la formule les composants habituels formant ainsi le filtre anti-UV souhaité.

Ces émulsions à l'Aloe vera contribuent à adoucir, graisser, hydrater et protéger la peau exposée au soleil et au vent et elles gardent leur effet protecteur au delà des 40 minutes en contact permanent avec l'eau de mer. Elles conviennent aussi comme lotions après-soleil.

Mode d'emploi :

1. Appliquer régulièrement sur les parties exposées du corps avant le bain de soleil.
2. Répéter l'application toutes les deux heures durant le temps d'exposition.
3. Appliquer avant et après les baignades pour rétablir le taux d'hydratation et pour garantir une protection continue de la peau.

En cas d'absorption rapide des lotions écran solaire, appliquer plus fréquemment. Les rayons UV-A et UV-B sont les plus agressifs entre 10 et 14 heures. La meilleure protection est d'éviter le soleil pendant ces heures et d'éviter une exposition continue en haute montagne ou sur la plage. Les rayons UV passent plus facilement par des vêtements mouillés, voilà pourquoi il est indiqué de les sécher et de renouveler la protection immédiatement après la baignade. Une prise supplémentaire de vitamine C permet de remédier au besoin élevé de vitamine C lié à un bain de soleil. Ainsi la peau aura une résistance accrue permettant d'éviter l'agglutination de mélamine, ce qui produit des taches de rousseur.

ALOE LOTIONS AUTOBRONZANTES

Bronzer sans soleil. Ces lotions autobronzantes enrichies d'Aloe vera brunissent votre peau tout en évitant les effets nocifs que peut avoir le soleil. Appliquer tout simplement comme n'importe quelle autre crème hydratante et vous constaterez comment votre peau prend une brillance profonde et naturelle. Plus vous les appliquez fréquemment, plus votre teint sera foncé. Et pendant que votre peau se brunit, la formule particulière des lotions autobronzantes à ALOE vera nourrissent votre peau avec l'Aloe vera et d'autres réhydratants, de sorte qu'elle redevient lisse et douce au toucher.

Vous avez maintenant la possibilité d'obtenir le teint sain que vous avez toujours recherché, sans pour autant courir le risque d'insolation et de vieillissement prématuré de la peau.

Attention : Les lotions autobronzantes n'augmentent pas la résistance de la peau aux rayons UV, votre peau nécessite la même protection solaire comme à l'état non bronzée.

Mode d'emploi : Pour obtenir un meilleur résultat, prenez une douche ou un bain. Éliminez d'abord les cellules mortes de la peau en faisant un gommage à l'aide d'une crème de gommage à l'ALOE. Ensuite, appliquez une couche mince et régulière. N'utiliser que peu sur les genoux, les coudes et les chevilles, l'effet bronzant en ces endroits étant plus accentué vu la nature de la peau. Répéter après 4-5 heures jusqu'à ce que le teint souhaité soit obtenu. Immédiatement après l'utilisation, lavez-vous bien les mains, Éviter tout contact avec vêtements et autres objets jusqu'à ce que les mains soient absolument sèches. A répéter tous les deux jours pour préserver votre teint.

ALOE STABILISEE

Le gel de l'Aloe Vera stabilisé n'est rien d'autre que la pulpe de l'Aloe vera rendue très fluide et pure, bien évidemment avec un conservateur ajouté comme par exemple de méthylparabène pour garantir sa fraîcheur et prévenir une contamination microbienne. L'Aloe stabilisée constitue un stimulateur de développement et de croissance des cellules, une substance d'hydratation très puissante multi usages renfermant des acides aminés, des enzymes et des polysaccharides. Son taux d'acidité de 4.5 pH a un effet astringent, doux et agréable pour la peau. Purifiante et rafraîchissante, l'Aloe stabilisée se combine facilement avec d'autres formules pour la peau pour renforcer l'effet et maintenir la peau plus longtemps en contact avec l'effet bénéfique de l'Aloe vera.

Effets favorables : abcès, arthrite, brûlures (toutes catégories), démangeaison, dermatite, des oreilles et du nez, eczéma, fibrose (rhumatisme non articulaire), gingivite, hémorroïdes, inflammation de la cornée, inflammations des yeux, lésions dues au sport, muguet (infections bactériennes dans la bouche), oedème, psoriasis, raideur des épaules, sclérodermie, séborrhée, sinusite, ulcères de la peau, zona,

Mode d'emploi : Nettoyer la peau avec l'Aloe stabilisée avant l'utilisation de produits topiques tels que les gels ou les lotions. Les affections graves d'eczéma ou de psoriasis peuvent être traitées avec un morceau de gaze trempé dans de l'Aloe stabilisée en laissant pénétrer une demi-heure. S'applique aussi en cas d'articulations douloureuses, de foulures et d'enflures.

ALOE VERA STABILISEE EN SPRAY

L'Aloe vera stabilisée en spray, éventuellement combinée à de l'allantoïne, est idéale pour nettoyer et adoucir les plaies des animaux de petite et grande taille. Un tel produit provoque une guérison jusqu'à trois fois plus rapide, comparée à une plaie non soignée. Idéale pour les affections cutanées en général, telles que démangeaisons et eczémas. Le produit est généralement conditionné en flacon plastique avec pulvérisateur. L'utilisation en médecine vétérinaire dans le monde entier nous prouve qu'il n'est pas nécessaire de croire en ses vertus pour que l'Aloe développe son action bénéfique. Pour des informations détaillées, référez-vous à l'ouvrage "Creatures in our care" (Animaux confiés à nos soins) par Bill Coats et Richard Holland.

Effets favorables classifiés selon les races des animaux:

Voir page Fehler! Textmarke nicht definiert. ; indications et traitements pour animaux domestiques de petite et de grande taille.

ALOE VERA STABILISEE AUX HERBES EN SPRAY

Le processus de stabilisation produit un fluide plein d'enzymes, d'acides aminés, de minéraux et de vitamines. Ces sprays constituent des agents haut de gamme pour les soins corporels et la guérison de certaines affections cutanées. Les sprays d'Aloe stabilisée aux herbes sont d'un pH neutre et exercent une action adoucissante sur la peau, même la plus sensible. Ces formules exclusives pour la protection de la peau renferment souvent de l'allantoïne. Cette substance est agréée par la Food and Drug Administration aux USA pour la protection provisoire de coupures, éraflures, brûlures et coups de soleil. Les sprays Aloe s'utilisent en premier secours et pour tout traitement d'urgence ainsi que pour toute sorte de blessure.

Exemple d'extraits d'herbes que l'on peut ajouter au gel d'Aloe Vera stabilisé :

Souci	<i>Calendula officinalis</i> l'herbe la plus utilisée pour peau abîmée, contusions, crampes musculaires, ulcères externes
Millefeuille	<i>Achillea millefolium</i> stimule la coagulation en cas de coupures et éraflures
Thym	<i>Thymus vulgaris</i> , antiseptique puissant, réduit inflammations d'origine fongique, détruit les parasites de la peau, réduit les enflures
Camomille	<i>Matricaria chamomilla</i> soigne et purifie la peau, est anti-inflammatoire, et tonifiant pour cheveux et cuir chevelu
Pissenlit	<i>Taraxacum officinale</i> a un effet purifiant sur les affections cutanées telles que l'eczéma et soigne les blessures
Eucalyptus	<i>Eucalyptus Globulus</i> évite inflammations en cas de brûlures, etc.
Fleur de la passion	<i>Passiflora edulis</i> réduit les inflammations
Sauge	<i>Salvia officinalis</i> guérit petits ulcères et furoncles en agissant comme un antibiotique, propriétés antifongiques
Gingembre	<i>Zingiber officinale</i> apaise les douleurs, favorise la circulation sanguine, un antioxydant puissant aux propriétés anti-inflammatoires
Bourrache	<i>Borago officinalis</i> hydrate la peau, adoucit les muqueuses du nez, de la bouche et de la gorge, contient des acides gras essentiels qui agissent de façon anti-inflammatoire
Bois de Santal	<i>Santalum album</i> astringent et antiseptique pour les affections cutanées

Effets favorables : ampoules de varicelle, apaisement de douleur, astringent, brûlures, cheveux (abîmés après une permanente), contusions et foulures, coupures rasage, démangeaison, dessèchement, douleur et crampe, éraflures, éruption d'ortie, éruption de chaleur, gerçures, inflammation, insolation, lésions dues au sport, peau et lèvres, pellicules, saignements, urticaire, urticaires.

Mode d'emploi : pulvériser généreusement sur la peau pour l'adoucir et l'hydrater. Les cheveux permanentés supportent très bien la pulvérisation, quand il s'agit d'adoucir et de tonifier le cuir chevelu.

ALOE BAUME POUR LEVRES

Une véritable « baguette magique » à emporter qui adoucit la peau et à multiples usages. Une combinaison d'Aloe et de différentes sortes de résine est idéale pour soigner des lèvres gercées, ou pour lutter l'apparition de boutons de fièvre.

Effets favorables : boutons de fièvre, coupures, démangeaison, hémorroïdes, lèvres sèches et gercées, papules, paupières fatiguées, piqûres d'insectes, rhume des foins (appliquer avec les doigts dans les trous du nez), yeux cernés.

ALOE/PROPOLIS DENTIFRICES

Le développement d'un dentifrice ALOE/PROPOLIS a pris de longues années avant que ne soit trouvée la combinaison idéale d'action purifiante, confort dentaire absolu, sécurité et goût agréable. Seuls des ingrédients de qualité prouvée et connus depuis longtemps, sont utilisés. La composante essentielle de ce gel dentaire c'est l'Aloe vera stabilisée liée à un autre principe actif, qui est la propolis, capable de tuer quatre sur cinq bactéries qui provoquent la plaque dentaire.

Un laboratoire dentaire indépendant, réputé pour la rigueur de ses analyses a comparé différentes marques de dentifrices quant à leurs propriétés abrasives. Malgré son action nettoyante remarquable, il a certifié qu'un dentifrice ALOE/PROPOLIS est le moins abrasif parmi toutes les préparations testées.

Ceci est dû au taux d'Aloe vera optimal qui par ses composants assure au gel un effet de nettoyage maximal sans abraser. L'Aloe vera contribue aussi à maintenir les gencives en bon état, et à assurer une parfaite hygiène buccale, tandis que la chlorophylle représente un rafraîchissant d'haleine très puissant. Son goût excellent fait qu'elle est facilement appréciée par toute la famille.

Effets favorables : Rend aux dents leur éclat blanc naturel et rafraîchit l'haleine.

Indications particulières : aphtes et autres ulcères de la bouche, déchaussement des dents, gencives saignantes, plaque dentaire et tartre.

Mode d'emploi : Rincer les dents après le repas avec un centimètre de gel sur la brosse. Après le lavage, garder le gel dans la bouche pour le laisser pénétrer dans les gencives.

NB : Ce gel dentaire ne contient pas de fluorides dont l'utilisation est pour le moins controversée.

Produits de la ruche

MIEL D'ABEILLES

Depuis des milliers d'années, le miel est un aliment très apprécié par l'humanité. Depuis très longtemps, il est utilisé comme remède naturel polyvalent. On trouve des citations dans les Veda, la Bible et le Coran. Hippocrate était convaincu que le miel pouvait guérir les blessures suppurantes sur les lèvres, et il se servait du miel pour traiter des furoncles et d'autres zones inflammées.

La médecine traditionnelle de certaines régions du monde utilisait le miel pour traiter dyspepsie et ulcères gastriques. Lors de recherches récentes, publiées dans *le British Medical Journal*, le miel a été utilisé lors de gastro-entérites accompagnées de vomissements et de diarrhées avec de très bons résultats. Grâce au miel, la période des diarrhées était raccourcie, l'assimilation de sodium et d'eau fut stimulée et l'effet de déshydratation a pu être évité.

Depuis le début de la civilisation moderne, écrivains et savants ont apprécié le miel comme excellente source d'éléments nutritifs. Des nutritionnistes déclarent: « Le miel associé à du pollen est le seul aliment à contenir tous les éléments nutritifs essentiels ». Il fournit directement l'énergie nécessaire pour mieux réussir des efforts physiques.

Comme pour tous les produits d'abeilles, l'emplacement des ruches, éloignées de toute source de pollution garantissent des produits sains.

Le miel, un agent sucrant par excellence pour celles et ceux qui ont une digestion délicate. Le miel fournit beaucoup d'énergie s'assimilant facilement et se stockant dans les cellules pour être libérée au moment souhaité. Le miel contient beaucoup d'éléments indispensables au bon fonctionnement de notre corps. Il contient 17% d'eau, 76% de sucre (dont 34 % de glucose, 40 % de fructose et 2% de saccharose) et 7% d'autres composants, y compris des vitamines naturelles, minéraux, enzymes, protéines, acides aminés. Il est important d'utiliser un flacon en plastique conçu spécialement pour éviter toute dégradation de la qualité des nutriments contenus dans le miel. Les verres traditionnels qu'utilisent bon nombre d'apiculteurs sont transparents aux rayons UV, ce qui peut anéantir toutes les vertus du miel. Il est préférable de consommer un miel qui, par exemple provient des hauts plateaux semi désertiques de l'Arizona, bien éloignés du monde industrialisé avec son atmosphère polluée. Le sol y est riche en sélénium et l'on n'utilise ni d'insecticides, ni pesticides dans la grande région.

Effets favorables : alcoolémie (aide à éliminer l'alcool du sang), arthrite, boutons, calculs rénaux, cancers, Crohn (maladie de -), diabète, énurésie (une cuillerée avant le coucher), épidermophytie, grincement des dents, hépatite, hernie, infections bactériennes, irritabilité des intestins, lupus, problèmes de menstruation, rhumatismes, taux de cholestérol élevé, tension artérielle, toux, traitement de brûlures, troubles cardiaques, troubles digestifs, ulcères et plaies, yeux enflammés.

Le miel fournit rapidement de l'énergie et combat la fatigue. Un bien précieux pour celles et ceux qui ont une digestion délicate, parce que le sucre dans le miel est prédigéré, permettant une assimilation directe.

Proposition d'utilisation : tartiner sur du pain et des biscottes, ajouter aux boissons, tisanes et autres aliments. Se prête à des massages visant la détoxification.

POLLEN D'ABEILLES

Les abeilles, qui font la collecte de pollen, qui est la semence des fleurs de la plante mâle, sont très exigeantes. Elles ne sélectionnent que le meilleur pollen et y ajoutent des enzymes facilitant la digestion, pour en obtenir un produit naturel et très nourrissant. Le pollen d'abeilles est facile à digérer et ses éléments nutritifs sont facilement assimilés par l'organisme. Depuis les temps bibliques le miel est célébré pour ses vertus curatives. Le pollen d'abeilles stimule les organes et les glandes et revitalise l'organisme. Sa force est telle que l'on parle souvent d'un élixir de jeunesse prolongateur de la vie.

Le pollen est un important fournisseur d'antioxydants qui éliminent les radicaux libres, provenant de la radioactivité et de la pollution de notre environnement. Les radicaux libres représentent un des facteurs « stress » pour notre système immunitaire. Des recherches ont prouvé que le pollen renforce et équilibre notre système immunitaire et augmente notre résistance aux rayons radioactifs. A la longue, le pollen réduit les réactions allergiques. La quercétine fournie par le pollen prévient la libération d'histamine, facteur allergique, atténuant ainsi l'asthme et le rhume des foins.

En outre, le pollen a des propriétés antibactériennes et antivirales, il favorise la fertilité, est réducteur du taux de cholestérol et soulage la prostatite chez les hommes. Le pollen apaise les troubles ménopausiques, réduit le taux de glucose du sang, renforce l'hémoglobine et développe ses qualités en relation avec une gastroentérite saignante.

Il est important que le pollen d'abeilles soit recueilli dans des cuves brevetées en acier inoxydable. C'est la façon la plus hygiénique pour conserver les éléments nutritifs de cet aliment naturel.

Le pollen contient toutes les substances nutritives nécessaires à une bonne santé. Il renferme 16 vitamines différentes, tous les minéraux essentiels, un grand nombre d'enzymes et de co-enzymes, acides gras végétaux, glucides, protéines et acides aminés. En fait le pollen est considéré comme l'aliment le plus parfait que nous offre la nature. Beaucoup de personnes dont des athlètes dans le monde entier, l'utilisent pour renforcer leur endurance, augmenter leur niveau d'énergie et pour préserver leur bonne santé. Un pollen de haute qualité est un produit naturel à 100%, sans conservateurs, ni exhausteurs de goût ni colorants artificiels. Il contient 96 éléments nutritifs y compris les vitamines A, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B12, C, D, de la rutine, des bioflavonoïdes; des minéraux tels que potassium, calcium, phosphore, manganèse, silicium, magnésium, soufre, fer, zinc, des acides aminés, des protéines et des enzymes.

NB. Ne pas prendre du pollen si vous souffrez de la goutte - il est susceptible d'augmenter le taux d'acide urique et de purine.

ATTENTION : un rhume des foins actif demande de la prudence, des réaction allergiques fortes peuvent se manifester – bien qu'en dehors de la période active le pollen peut contribuer à hypo sensibiliser l'organisme.

Effets favorables : affections rénales, allergies, asthme, blessures dues au sport, candidose, cystite, déséquilibre hormonal, encéphalomyélite, étournements, fertilité réduite, glycémie (taux plus élevé de sucre dans le sang), immunostimulant, manque d'hémoglobine, maux de tête, prostatite, rhume des foins, sclérose en plaques, stress, syndrome prémenstruel, taux de cholestérol élevé, ulcères gastriques qui saignent.

- nutriment naturel à 100 %
- antibactérien et antiviral
- favorise la détoxification
- renforce le système immunitaire
- augmente le niveau énergétique, renforce le bon fonctionnement de l'organisme
- favorise le renouvellement cellulaire
- contient de l'ADN, le matériel génétique de tous les organismes vivants qui déterminent les facteurs d'hérédité
- contient de la RNA qui assure la synthèse de protéines
- source de zinc et de vitamine B6 recommandés contre les dépressions nerveuses et le syndrome prémenstruel
- fournit de la lécithine, (l'ingrédient clé du pollen) un élément important de chaque cellule vivante. La lécithine donne de la force au cerveau, renforce le système immunitaire et contribue à prévenir la formation de calculs biliaires

Proposition de consommation : Prenez d'abord une petite quantité de pollen pour vérifier que l'organisme ne produise pas de réaction allergique. Ensuite augmentez la prise quotidienne.

PROPOLIS D'ABEILLES

La propolis désigne toute une série de substances résineuses, gommeuses et balsamiques, de consistance visqueuse, recueillies sur certaines parties (bourgeons et écorces essentiellement) de végétaux (certains arbres principalement) par des abeilles, qui les apportent à la ruche et qui les additionnent et les modifient vraisemblablement en partie par l'apport de certaines de leurs sécrétions propres (cire et sécrétions salivaires essentiellement).

Dans nos régions, les principales essences d'arbres connues pour être productrices de propolis sont représentées par différents conifères, plusieurs espèces de peupliers (qui semblent la source la plus importante) ; l'aulne ; le saule ; le marronnier d'Inde ; le bouleau ; le prunier ; le frêne ; le chêne et l'orme.

Les abeilles revêtent leurs ruches de propolis pour les solidifier et les protéger contre des bactéries. Cette substance unique existe depuis 45 millions d'années et bien que l'utilisation par l'homme soit beaucoup moins ancienne que celle du miel, elle remonte tout de même à plusieurs millénaires avant notre ère.

On lui reconnaît, depuis au moins l'Egypte antique, des propriétés médicinales curatives qui l'ont fait utiliser très largement au fil des siècles dans un cadre thérapeutique empirique. Ce n'est que récemment que cet empirisme a pu être expliqué et complété grâce à de nombreux travaux scientifiques.

Des recherches cliniques ont démontré son efficacité.
Voici quelques exemples en résumé :

- Des chercheurs roumains spécialisés en pharmacologie ont trouvé que la propolis réprime la division cellulaire des cellules cancéreuses tout en stimulant la croissance des cellules saines.
- En Bulgarie, on s'est servi avec succès de la propolis pour traiter des cas de colite ulcéreuse aiguë et chronique. Sur 45 patients, 43 ont déclaré qu'en l'espace de 7 jours la douleur avait disparu.
- L'effet stimulant sur le système immunitaire a fait l'objet de recherches très nombreuses et on a prouvé qu'il existe une interaction directe avec le thymus. La propolis favorise la phagocytose (les globules blancs sont plus efficaces dans l'absorption et la destruction des bactéries).
- En Chine, 45 patients souffrant d'hypertension, d'artériosclérose et d'affections cardiaques coronaires ont été traités avec 3 x 300 mg de propolis pendant 30 jours. A l'issue de cette expérience, les médecins ont constaté chez tous les patients une réduction significative des graisses sanguines et une amélioration de toutes les autres affections.
- En outre, la propolis fournit un agent inhibiteur de prostaglandine, d'où son action favorable en cas de fièvre et de douleur comparable à l'aspirine mais dépourvu d'effets secondaires. Ce même effet est utile pour les gingivites.
- La propolis stimule les enzymes qui renforcent la paroi vasculaire des gencives.
- Une déficience rénale suite à une radiothérapie a été traitée pendant deux mois avec de la propolis. Tous les patients ont constaté une amélioration, certains d'entre eux n'avaient plus de troubles du tout.
- La propolis est un antibiotique naturel à spectre très large qui s'est même avéré efficace contre des staphylocoques résistants à la pénicilline.
- L'effet antiviral de la propolis est attribué aux bioflavonoïdes qu'il renferme.

La meilleure propolis provient des hauts plateaux semi désertiques de l'Arizona, à l'abri de toute pollution de l'air. C'est un produit de pureté garantie, naturel, sans adjonction de conservateurs, ni de colorants, ni d'arômes artificiels. La propolis est bien plus qu'un antibiotique miraculeux avec des vertus curatives ; c'est un aliment naturel plein de précieuses substances nutritives.

Propriétés :

ANTIBIOTIQUES, ANESTHESIQUES, CICATRISANTES ET ANTIINFLAMMATOIRES

Indications principales :

- **Affections O.R.L.** (angines, pharyngites, laryngites, rhinites, sinusites, etc.)
- **Stomatologie** (gingivites, glossites, stomatites, infections dentaires, etc.)
- Infections et inflammations de la sphère urogénitale en général

- **Dermatologie** (contusions, blessures, engelures, crevasses, brûlures, abcès, furoncles et suppurations diverses, ulcères variqueux, escarres, verrues, cors, durillons eczémas, psoriasis, kératodermies, radiodermites, certaines mycoses etc.)

Effets favorables : amygdalite, arthrite, asthme, bactériennes et virales, bronchites et pneumonies mêmes chroniques, catarrhe, déséquilibres hormonaux, encéphalomyélite, grippe, infections généralisées d'origines fongiques, irritation et inflammation de la gorge, pleurite, rhumes et toux, tuberculose, ulcères gastriques, zona.

GELEE ROYALE

La GELEE ROYALE est le produit de sécrétion des glandes pharyngiennes des abeilles ouvrières entre le 5ème et le 14ème jour de leur existence (appelées alors nourrices), produit blanchâtre aux reflets nacrés, à consistance gélatineuse, de saveur chaude, acide et légèrement sucrée qui constitue la nourriture exclusive :

- de toutes les larves sans exception de leur éclosion jusqu'au 3ème jour de leur existence ;
- de larves choisies pour devenir reines jusqu'au 5ème jour de leur existence ;
- de la reine pendant toute sa vie du jour où elle quitte la cellule royale.

Ce produit pour la santé, de qualité supérieure contient les vitamines A, C, D et E et un complexe de vitamine B. Un des ingrédients les plus importants de la GELEE ROYALE, est l'acide de pantothène, une forme de vitamine B5 que renferme tout tissu vivant, important pour lutter contre le stress. C'est le fournisseur le plus important de choline d'acétyle, un neurotransmetteur qui, quant à la maladie d'Alzheimer par exemple, est présent dans de trop faibles quantités. La choline d'acétyle joue un rôle essentiel dans le développement du cerveau et assure une bonne mémoire. En outre, elle renferme beaucoup d'acides nucléiques et deux substances dont on pense qu'elles contribuent à l'effet antibiotique de GELEE ROYALE: globuline gamma et acide d'hydroxydécanoïne-10.

Opérant conjointement, ces substances constituent une équipe redoutable dans la lutte anti-infection. Un duo stimulateur d'immunité.

Une étude canadienne a démontré son effet ralentisseur de développement des cancers. Deux groupes de souris ont été utilisés : D'abord des cellules leucémiques furent injectées aux deux groupes. Seulement un des groupes se vit administrer de la GELEE ROYALE. En moins de quinze jours, le groupe non protégé par la GELEE ROYALE avait succombé à ses tumeurs. Celui auquel on avait administré de la GELEE ROYALE a été observé pendant trois mois, puis sacrifié et examiné. L'autopsie a confirmé l'absence de tumeurs.

. La GELEE ROYALE contient aussi tous les huit acides aminés essentiels, plus 12 autres acides aminés et un nombre remarquable de minéraux: calcium, cuivre, fer, phosphore, potassium, silicium et soufre. Riche en acide nucléique essentiel pour alimenter nos cellules génétiques, la GELEE ROYALE améliore le métabolisme de notre corps. Cela explique les exemples rapportés d'une énergie renforcée et d'une régression rapide de fatigue. Est aussi attribué à la GELEE ROYALE qu'elle contribue au renouvellement cellulaire. La peau est tonifiée et la résistance aux maladies se retrouve renforcée.

Une GELEE ROYALE de très haute qualité est collectée sur les plateaux semi désertiques, arides et éloignés où les circonstances quasiment primitives constituent un environnement idéal. Ce super-aliment des abeilles aux enzymes ajoutés et n'est destiné qu'à la consommation des abeilles devant, un jour, être reine. La reine pond 2500 oeufs par jour et vit plus de 6 ans. Les ouvrières, qui mangent le miel ordinaire, ne vivent que 4 à 6 semaines. La GELEE ROYALE est la nourriture exclusive de la reine durant toute sa vie productive. La grande quantité de vitamine B5 (acide pantothénique) est importante, parce que toute cellule de notre corps dépend de cette vitamine.

La vitamine B5 est reconnue comme la vitamine anti-stress par excellence. Dans des situations stressantes, l'adrénaline libérée consomme toutes les réserves en vitamine B5 de notre corps afin de réduire les mauvais effets de stress que nous connaissons tous.

On trouve la Gelée royale sous différentes formes sur le marché. Des ampoules, des gélules, des comprimés à avaler et à sucer, et finalement en naturel sous forme de pâte. Le milieu très acide de notre estomac étant très agressif aux multiples composantes de la gelée royale, ce sont les muqueuses de la bouche qui résorbent la plus grande partie. Ceci dit, les seuls produits vraiment efficaces sont la gelée sous forme de pâte (dont la goût ne plait pas à tout le monde) et les comprimés à sucer.

Effets favorables : acné, artériosclérose, hypertension, cholestérolémie, diabète (peut normaliser le glucose en cas de diabète sans gravité), inflammation de la vésicule biliaire et de la vessie pendant la grossesse, amélioration de la mémoire, amélioration de la fonction du cerveau, convalescence de diverses maladies, encéphalomyélite, ménopause, syndrome prémenstruel, maladies infectieuses, freine la croissance de cellules cancéreuses, disparition rapide de la fatigues, peau éclatante, répression du stress, énergie accrue, stimule le métabolisme, meilleure résistance aux maladies, problèmes de fertilité.

Composés vitamines/minéraux/herbes

CALCIUM/MAGNESIUM

Les meilleures formules **CALCIUM/MAGNESIUM** sont des formules multi minérales qui fournissent calcium et magnésium ensemble avec de la vitamine D3. Contrairement à ce qui est souvent publié, pour avoir des os sains, il ne faut pas que du calcium, mais également du magnésium. Si la concentration de calcium ou de magnésium dans le sang est trop basse, se sont les os qui fournissent la compensation. Quand a la longue, la dégradation est plus importante que les apports naturels, nous parlons de décalcification des os, un pré-stade de ostéoporose.

La vitamine D favorise l'assimilation de calcium par l'organisme. En manque de vitamine D, le corps ne peut assimiler qu'au maximum 10% des quantités offertes en calcium. La vitamine D est un stéroïde qui est synthétisé au niveau de la peau à partir de cholestérol et sous l'influence des rayons UV provenant de la lumière solaire. C'est la raison, pour laquelle pendant les longs mois d'hiver, il peut manifester ce que l'on appelle une « dépression d'hiver » (en anglais Seasonal Affective Disorder, SAD), liée à un manque de vitamine D. Cet état se caractérise par un besoin prononcé en hydrates de carbone, ou sucreries, beaucoup trop de sommeil, de la léthargie ou un manque d'entrain, ainsi des rythmes biologiques troublés. Il est prouvé qu'un tel état peut être évité ou remédié considérablement en ajoutant 400 UE (Unités Internationales) de vitamine D3 (cholecalciférole) à la nourriture quotidienne. En même temps, un tel complément alimentaire devrait contenir un extrait de soja renfermant au minimum 40% de bioflavonoïdes. Grâce à ces substances, les femmes japonaises ne souffrent pas des symptômes ménopausiques et il y a moins de cas d'ostéoporose. La génistéïne, la daïzdaïne ainsi que la glycitéïne ont une action comparable à celle des oestrogènes, mais plus douce ce qui explique leur effet anti-décalcifiant et anticancéreux en relation avec le cancer du sein. Les isoflavonoïdes du soja jouent un rôle potentiel quand il s'agit de préserver une bonne densité osseuse. Ce rôle positif des isoflavonoïdes se trouve confirmé par la ressemblance structurale entre la daïzdaïne et le médicament Ipriflavone qui est prescrit en cas d'ostéoporose. L'organisme transforme l'Ipriflavone en daïzdaïne.

Le Calcium est le minéral le plus représenté dans notre organisme. 99% de sa masse se retrouvent dans nos os et dents tandis que le reste fait partie de notre sang et interagit dans bon nombre de réactions métaboliques sous forme d'ions de calcium libres.

Les parathyroïdes contrôlent le taux de calcium dans le sang et lorsque notre alimentation ne nous fournit pas assez de calcium, les hormone des parathyroïdes, ensemble avec la vitamine D, font appel au calcium de nos os pour le tenir à son niveau vital notre sang. A côté de l'entretien de nos dents et os, le calcium est nécessaire pour garantir un bon échange des cellules en éléments nutritifs, contribue à la formation d'hormones et joue un rôle dans la croissance et le développement des muscles ainsi que dans leur travail. Il agit comme élément tampon pour l'acidité de notre sang et favorise l'utilisation du fer. Il active divers enzymes et aide à préserver le pouvoir de coagulation du sang ainsi que la pression artérielle sur un niveau normal. Il contribue aussi à une bonne fonction cardiaque et à garder notre système nerveux en bonne condition.

A peu près 60% du magnésium se retrouvent dans nos os, 26% dans nos muscles, et le reste dans nos organes et liquides. Les organes ayant le taux de magnésium le plus élevé sont le coeur, le cerveau, le foie et les reins. Le magnésium joue un rôle essentiel dans la production d'énergie. Il y participe en plus de 300 processus enzymatiques. Le magnésium est aussi l'élément activateur de la pompe potassium/sodium qui fait entrer potassium dans la cellule et qui évacue le sodium. Un niveau bas en magnésium a comme conséquence une baisse du niveau de potassium, ce qui résulte dans des troubles au niveau du métabolisme cellulaire. Le magnésium évite que le calcium n'entre dans le système vasculaire du tissu musculaire, ce qui réduit la résistance interne, diminue la pression sanguine et améliore la puissance cardiaque

Un manque de **magnésium** survient facilement, surtout chez les personnes âgées et les femmes pendant leur période fertile. Un manque ne se remarque que difficilement lorsqu'on analyse le niveau de magnésium dans le sérum sanguin tandis que le magnésium se trouve principalement dans les organes. Une méthode fiable pour évaluer le niveau de magnésium est de mesurer sa concentration à l'intérieur des globules rouges. Un manque de magnésium mène à des symptômes de fatigue, problèmes de concentration, irritation psychique, problèmes cardiaques, problèmes nerveux, manque d'appétit, contractions, crampes musculaires et stress. Un niveau bas en magnésium rend l'organisme vulnérable aux maladies cardio-vasculaires, à l'hypertension, aux calculs rénaux, à l'insomnie et à l'SPM (syndrome post menstruel).

Effets favorables : arythmies cardiaques, contractions musculaires, crampes musculaires, décalcification osseuse ou ostéoporose, fatigue chronique, manque d'appétit, problèmes cardio-vasculaires, problèmes de concentration et excitabilité, problèmes de transmission des signaux nerveux.

AIL / THYM

L'ail (*allium sativum*) s'utilise déjà depuis des millénaires On retrouve des récits dans la littérature de la Grèce antique, de l'Empire Romain, de la jeune communauté Juive et des Egyptiens du temps des pharaons. L'ail est un désinfectant naturel et exerce une action antiparasitaire sur les intestins. Cet antibiotique naturel protège contre les infections, purifie le corps et réduit la tension artérielle. On peut lire qu'au moyen âge, il y avait quatre voleurs qui détroussaient les morts de la peste. Pour ne pas courir le risque d'attraper, eux-mêmes, ce fléau, ils se badigeonnaient d'ail. L'ail réduit le taux de triglycérides et de cholestérol du sang. Malheureusement, cet effet réducteur de cholestérol est inopérant chez les enfants de moins de douze ans. Il a un certain effet diurétique.

Le thym (*thymus vulgaris*) agit comme antiseptique et antibiotique naturel, lutte contre les crampes abdominales et stimule l'appétit. Vous savez peut-être que le sirop à base de thym s'emploie comme antitussif. Il réprime l'envie de tousser et supprime les chatouillements de la gorge. L'utilisation du thym et de l'ail se poursuit depuis des milliers d'années. Etant donné leurs vertus curatives, la science moderne étudie l'action de ces herbes légendaires.

Présentés généralement sous forme de gélules hermétiquement soudées, celles de bonne qualité contiennent de l'huile d'ail inodore, du thym dissout dans de l'huile de canola, et de la lécithine pour faciliter sa résorption. Une gélule devrait contenir 1000 mg d'ail frais, ce qui représente de trois gousses d'ail entières. L'ail contient 33 composés sulfureux, 17 acides aminés (y compris tous ceux qui sont essentiels), du germanium, du calcium, du cuivre, du fer, du potassium, du magnésium, du sélénium, du zinc, ainsi que les vitamines A, B et C et des protéines.

Effets favorables : artériosclérose, arthrite, asthme, rhumes, purifie, améliore la digestion, maladies cardiaques, grippe, insomnies, hépatites, infections de levure, gorge enflammée, bronchites, infections pulmonaires et intestinales.

Propriétés remarquables :

- purifie le sang, réduit la tension artérielle systolique et diastolique, lutte contre les cancers, réduit le taux de cholestérol, améliore la circulation sanguine
- réduit les symptômes de la toux et les infections respiratoires
- réduit le risque de faire un infarctus ou une apoplexie
- désinfecte les poumons, intestins, peau et voies urinaires
- renforce la résistance à des infections virales
- tue les bactéries qui à l'origine des intoxications alimentaires
- l'alliine est convertie en alicine par la participation directe de l'allinase (le principe le plus actif) qui est un meilleur anti-bactérien que la pénicilline.

[L'allicine disparaît complètement pendant la cuisson. En 1858 Louis Pasteur a constaté que l'ail a la propriété d'arrêter ou de freiner le développement de bactéries nocives.]

- La composante d'ail appelée **ajoene** vaut mieux que l'aspirine comme anti-coagulateur
- Le thym est un anti-bactérien naturel
- Des traces de germanium: renforcent le système immunitaire.

Finalement, AIL/THYM peut même vous égayer en accélérant la circulation sanguine.

HUILE DE POISSONS / HUILE D'OLIVES – GELULES [OMEGA-3/9]

L'HUILE DE POISSON / HUILE D'OLIVES est un important complément alimentaire pour notre santé en général. Les recherches et études menées ces dix dernières années, ont démontré que les Esquimaux et les pêcheurs japonais souffrent beaucoup moins de maladies cardiaques et d'autres maux caractéristiques dans le monde occidental tels que diabète, hypertension, et diverses formes cancers. Le résultat du mariage entre les acides gras oméga-3 (des poissons) et oméga-9 (de l'huile d'olive) est un complément alimentaire sûr et équilibré, réducteur du taux de cholestérol et de triglycérides. Des expériences cliniques récentes et indépendantes sur des utilisateurs adultes, ont confirmé qu'en usage régulier, l'HUILE DE POISSON / HUILE D'OLIVES réduit considérablement les taux de cholestérol et de triglycérides et fait balancer très favorablement le ratio entre cholestérol LDL et HDL. HUILE DE POISSON est une huile fine et concentrée de poissons des eaux arctiques qui présente un taux élevé d'acides gras insaturés (ces acides gras sont hautement sous représentés dans l'alimentation occidentale) et constitue une riche source d'acides gras oméga-3, EPA, DHA plus acide oléique. En ajoutant ces éléments à votre régime alimentaire quotidien, vous pouvez facilement augmenter vos acides gras insaturés.

Effets favorables : affections rénales, allergies alimentaires et environnementales, artériosclérose (dilatation des vaisseaux sanguins pour réduire ainsi infarctus et apoplexies) , arthrose, Crohn (maladie de -), dépressions, dysménorrhée (règles douloureuses), essentiel pour les fonctions des cellules et du cerveau. L'effet anti-inflammatoire du produit peut être efficace dans le traitement et la prévention de psoriasis et eczéma, glomérulonéphrite, gomme les effets secondaires de la cyclosporine-A, humeur, hypertension pendant la grossesse, irritabilité des intestins, polyarthrite (rhumatoïde), réduction du taux de cholestérol, rhumatisme, syndrome prémenstruel, thrombose (agglutination des cellules sanguines).

BETACAROTENE/SELENIUM/VITAMINE E

La provitamine A, la vitamine E ainsi que le sélénium forment un composé efficace d'antioxydants. La vitamine A préserve la peau et des muqueuses en bon état, joue un rôle important dans l'entretien des os et des dents, entretient la vue, renforce le système immunitaire, améliore l'hémogramme, stimule et règle la division et la croissance cellulaire.

La VITAMINE E constitue le meilleur antioxydant du tissu graisseux (entre autre dans les parois cellulaires), prévient la formation de caillots de sang, améliore l'irrigation, stimule le métabolisme cellulaire et freine la formation de cicatrices dures.

Le SELENIUM est un composant important du système antioxydant avec un effet favorable sur la tension artérielle. Il renforce le système immunitaire, supporte le mécanisme de procréation chez l'homme, joue un rôle important dans la formation du co-enzyme Q10 (une substance essentielle dans la transformation d'énergie alimentaire en énergie bio-disponible sans dégradation tissulaire par les radicaux libres). Le sélénium est important pour éliminer les métaux lourds toxiques. Le sélénium a un effet purificateur (1:1) sur le mercure issu d'intoxication par l'amalgame.

BETACAROTENE/SELENIUM/VITAMINE E réduit les affections cardiaques, vasculaires, cancéreuses et les cataractes. C'est un ralentisseur de vieillissement. La formule possède des vertus pour la peau, les cheveux, les os, les dents et les gencives, les organes génitaux, les muscles et la vue. Elle favorise une circulation sanguine saine, stimule la production de globules rouges, et lutte contre le vieillissement précoce et le durcissement des tissus suite aux effets d'oxydation par des radicaux libres.

Effets favorables : tous les processus pathologiques dégénératifs, ralentit le vieillissement.

VITAMINE C RETARD

La vitamine C est un agent vraiment unique. Pour obtenir l'effet « retard », il faut fixer la Vitamine C sur une matrice comme par exemple du son d'avoine.

Pour savoir quelle est la relation entre la vitamine C et le son d'avoine, et quel est l'avantage de les combiner, il faut d'abord connaître certaines caractéristiques de la vitamine C. Cette vitamine est essentielle dans la production du collagène qui fixe les tissus cellulaires les uns aux autres et rend notre corps ferme. Il a aussi prouvé son efficacité dans la lutte contre l'asthme, l'arthrite, les allergies et les dégénération cancéreuses.

Les fumeurs ont un besoin élevé en vitamine C, parce que chaque cigarette en détruit 25mg. Pour la même raison, le fait de vivre dans l'air pollué des grandes villes demande davantage de vitamine C. Cette substance nutritive importante est une vitamine que ne peut produire le corps humain. Nous devons donc l'absorber grâce à notre nourriture. Grâce à son acidité naturelle, la vitamine C est rapidement absorbée par les organes de digestion, et malheureusement, elle traverse l'organisme avec la même rapidité.

Prenons un exemple : Si un touriste traverse une ville par l'autoroute, il ne voit pas grand chose de la ville, et celle-ci n'« absorbe » rien ou que très peu de lui. La ville ne profite donc que peu du passage de ce touriste. Il en est de même pour la vitamine C. A cause de son passage tellement rapide, le corps ne peut pas absorber tout ce qu'elle offre.

Pour reprendre notre image du touriste, nous lui offrons une raison pour passer la nuit dans la ville. Ainsi les commerçants de la ville pourront tirer profit du séjour de notre touriste. De la même manière notre organisme pourrait tirer un meilleur profit s'il pouvait « persuader » la vitamine C d'y « passer la nuit » au lieu de le traverser « à 120 km/h ».

Et c'est exactement le rôle du son d'avoine. Celui-ci, effectivement, se comporte comme un touriste calme qui prend plaisir à s'arrêter aux points de vue, et à prendre des repas aux restaurants. Quand la vitamine C est fixée sur une matrice de son d'avoine, elle est obligée de traverser le corps lentement. Le résultat final en est que le corps en absorbe davantage et sur une plus longue durée.

Notre méthode pour allier la vitamine C et le son d'avoine ne nécessite pas de température élevée, et conserve l'intégralité de la valeur nutritive. Outre les avantages qu'offre le son d'avoine en tant que « voyageur tranquille », il a aussi un effet bénéfique pour l'organisme parce qu'il est riche en protéines et en fibres. Il constitue une source de fibres naturelles utilisées par l'organisme dans la digestion et pour la neutralisation des substances toxiques qui sont libérées par l'action de la vitamine C. En plus le son est riche en acides gras insaturés du type oméga-3, dont on a découvert qu'ils contribuent à contrôler le taux de cholestérol de notre corps.

La VITAMINE C RETARD est un mariage heureux de deux substances naturelles. Ce n'est pas « une pilule » de vitamines banal, c'est un complément alimentaire complet sous forme de comprimé qu'on peut consommer comme n'importe quel fruit, légume ou blé comme il contient tous les éléments qu'utilise et ingère l'organisme. Pour ceux qui veulent du faire bien à leur corps, la VITAMINE C RETARD est le meilleur choix.

VITAMINE B12 / ACIDE FOLIQUE

Ce complément alimentaire contient de la vitamine B12 et de l'acide folique. Ces deux derniers jouent, de manière ou d'autre, leur rôle dans les processus métaboliques de notre corps. Il faut suffisamment de vitamine B12 pour activer l'acide folique. Une carence en vitamine B12 conduit irrévocablement à une carence d'acide folique.

La **vitamine B12** (cyanocobalamine, facteur extrinsèque) est indispensable pour le métabolisme des cellules nerveuses, elle améliore le métabolisme de méthionine (pour la prévention de problèmes vasculaires), est indispensable pour les processus de division cellulaire, améliore le métabolisme protéinique, important pour la production d'hémoglobine. En plus, elle stimule le fonctionnement du système immunitaire et de la flore intestinale, elle est importante pour la transformation d'énergie alimentaire en énergie biodisponible, favorise la conversion de carotène en vitamine A et augmente la quantité et la qualité du sperme. Une carence en vitamine B12 conduit à un manque de sang appelé anémie pernicieuse.

L'**acide folique** est essentielle pour les processus de division cellulaire (important pendant la grossesse), favorise la lactation, joue son rôle dans le métabolisme de protéines et graisses, indispensables pour la production de globules rouges, stimule la formation d'acide gastrique, contribue au métabolisme du cerveau, au bon fonctionnement du foie et a son importance pour le bon fonctionnement du système immunitaire, contribue à réprimer l'artériosclérose. Une carence d'acide folique se traduit par une anémie, faiblesse généralisée, manque d'énergie, pâleur, désordres mentaux et maux de tête. Depuis 1993, l'on sait grâce à des études qu'une prise supplémentaire d'acide folique avant et peu après le début de la grossesse réduit le risque d'accoucher d'un enfant ayant un spina-bifida.

GARCINIA / CHROME

GARCINIA / CHROME contient une substance naturelle, qu'on retire du fruit d'un arbre sud asiatique du nom de *Garcinia cambogia*, appelé aussi tamarinier de malabar. L'écorce dudit fruit est séchée et utilisée pour obtenir de l'acide hydroxycitrique (AHC). Le fruit du Garcinia ressemble à un petit potiron. Depuis des siècles, en Asie du sud, le fruit du garcinia est utilisé pour ses propriétés culinaires et ses vertus bénéfiques pour la santé. On a découvert que l'AHC, un parent proche de l'acide citrique, est la composante responsable des nombreuses vertus bénéfiques du garcinia. AHC réduit la production du cholestérol surtout les *low density lipoproteins* (LDC) [lipoprotéines à faible densité] et les triglycérides.

Une autre composante adjointe au garcinia est le picolinate de chrome, un précieux oligo-élément qui est absent dans neuf régimes sur dix. On sait qu'il agit comme cofacteur de l'insuline, c'est-à-dire qu'il sert d'assistant à cette dernière au cours du processus qui permet au glucose d'entrer dans les cellules. Cette collaboration permet donc la régulation du taux d'insuline dans le sang, la normalisation et la stabilisation de la glycémie (taux de sucre dans le sang) et l'augmentation de la sensibilité des tissus à l'insuline. Les scientifiques et les nutritionnistes considèrent le chrome comme absolument essentiel pour un métabolisme normal. GARCINIA / CHROME réprime la lipogenèse, ce qui signifie que le taux des glucides dans le corps transformés en graisse sera réduit. Ce produit est un coupe-faim, un réducteur de graisse et de la production de cholestérol. Le garcinia assure aussi une combustion plus rapide des calories.

Lors d'expériences cliniques, les individus qui utilisaient l'AHC ont fait état de davantage d'énergie et constataient la perte de quelques kilos de poids. Dans une étude publiée sur l'utilisation combinée d'AHC et d'un chrome relié à la niacine, on a constaté, après trois mois, une perte de poids presque trois fois supérieure à celle des utilisateurs d'un placebo. Jusqu'ici, 70 études scientifiques se rapportant à l'AHC ont été publiées. Des expériences pharmaceutiques ont fait apparaître que l'AHC réduit de quelque 10 % l'ingestion de calories. Le fait de réprimer l'appétit réduit tout naturellement l'ingestion de nourriture et réduit aussi la production de nouvelles graisses dans le foie et d'autres régions dans le corps. Voilà pourquoi ceux qui suivent un régime et qui utilisent des quantités adéquates d'AHC constateront une perte raisonnable, mais continue de poids et non pas la perte rapide d'eau suivie d'une baisse de leur niveau d'énergie. L'effet « jojo » bien connu des régimes accélérés à la mode n'apparaît pas. Cet extrait de fruit assure une perte de poids régulière peu à peu et en toute sécurité. L'action coupe-faim est dépourvue d'effets secondaires, sans provoquer d'accoutumance du corps, ce qui entraînerait une augmentation des doses quotidiennes. Il n'influence pas le système nerveux et son effet n'accélère pas non plus le métabolisme pour brûler plus rapidement les calories.

Effets favorables : Perte de poids, coupe-faim, réducteur de production de graisses et de cholestérol, favorise une augmentation du niveau énergétique.

LYCIUM / REGLISSE

Un mélange parfait pour un équilibre parfait

Depuis des milliers d'années, les Asiatiques utilisent les fruits du Lycet de Chine et de la Réglisse officinale pour se maintenir en bonne santé. Les actifs de ces deux herbes sont combinés pour en faire un complément alimentaire inégalé.

Le **lyciet de Chine** (*lycium chinense*) est un buisson à longues branches courbées et épineuses. Son surnom en Chine: "élixir des jeunes mariés", en Grande Bretagne "wolfberry". Il favorise un corps élancé et vigoureux. Les feuilles sont d'un vert foncé, ovales et lancéolées. La plante a des fleurs pourpres et des baies d'un rouge orangé. Le gros tronc où poussent les fleurs est appelé "la canne des immortels".

Le lycium renferme des substances nutritives telles que vitamines, minéraux, bêta carotène, polysaccharides et acides aminés. Entre autres, un élément, la rutine, est un bioflavonoïde à effet dépuratif très fort par l'élimination des radicaux libres.

Dans la médecine traditionnelle chinoise, les Chinois utilisaient les fruits comme un tonifiant pour foie et reins et comme thérapie de soutien pour les gens d'une faible constitution. On s'en servait comme remède contre la fièvre, la toux et le mucus obstrué, troubles asthmatiques, bourdonnement d'oreilles et pour remédier à une vue floue. En plus, le lycium était utilisé pour contrer l'effet d'hypertension et un taux excessif de sucre dans le sang. On faisait avec les feuilles une tisane pour tonifier la libido mâle. Le lycium renferme aussi des traces de germanium qui, lui, a une bonne réputation de transporteur d'oxygène, des traces d'interféron, un stimulant et un réparateur de gènes. Les graines de lycium sont citées parmi les plantes qui ont un effet bénéfique sur des tumeurs malignes.

La **réglisse officinale** (licorice) *Glycyrrhiza glabra* est la racine d'une plante qui est utilisée également depuis des milliers d'années. La racine est 50 fois plus sucrée que la canne à sucre. Elle a aussi été retrouvée dans le tombeau du pharaon égyptien Toutankhamon. Les Chinois croyaient que la consommation de la racine donnait force et endurance. Ils s'en servaient pour lutter contre la grippe et les rhumes. La réglisse stimule le système immunitaire et améliore la digestion. Des recherches scientifiques récentes en Europe ont révélé que la réglisse peut prévenir et guérir des ulcères de l'estomac et du duodénum. Elle stimule la production d'hormones féminines, a un effet oestrogène, anti-inflammatoire, anti-allergique, elle détoxique le foie, prévient tumeurs, est un diluant du mucus visqueux, et réprime l'envie de tousser. Les Chinois étaient d'avis qu'elle pouvait remédier à un manque de yin. La réglisse officinale, renferme elle aussi des concentrations élevées de bioflavonoïdes qui sans aucun doute contribuent à ses vertus bénéfiques. Les bioflavonoïdes ralentissent le vieillissement. La réglisse du Lycium Plus a été déglycyrrhisée, empêchant la rétention de sodium et d'eau, tandis que le potassium, lui, est épargné. Lycium combiné à la réglisse est très probablement un des anti-oxydants les plus puissants qui soient en vente. Souvent les Chinois ajoutaient à leurs mélanges de drogues de la réglisse pour en réguler les effets retardateurs pour en prolonger l'action.

Effets favorables : affections cardio-vasculaires, affections coronaires, allergie, aménorrhée, anémie, angine de poitrine, artériosclérose, arthrite, asthme, athérosclérose, bourdonnement d'oreilles, bronchites chroniques, bursite, calculs biliaires, cancers, cirrhose, diabète, dysménorrhées, effets secondaires de chimiothérapies, effets secondaires des radiothérapies, fiyromyalgie, grippe, hypertension, infarctus cardiaque, inflammations articulaires, inflammations des voies respiratoires, insuffisance artérielle, jaunisse, leucémies, ménopause, néphrite, oedème, ostéoarthrite, Parkinson (maladie de -), presbyacousie (surdité provoquée par le vieillissement), problèmes hormonaux, psoriasis, renforcement du système immunitaire, rhumatismes, rhume des foins, rhumes, sciatique, sclérose en plaques, sida, symptômes de vieillissement, syndrome prémenstruel, toux (fumeurs), troubles cognitifs, troubles menstruels, troubles rénaux, tuberculose, tumeurs, vertiges..

Est utilisé comme aphrodisiaque et par ceux qui pratiquent des sports de haute compétition,

GINKGO ET HERBES

“Food for thought”, la nourriture pour le cerveau, c'est un nom qui se prête à un mélange unique d'agents rigoureusement sélectionnées à partir de plantes qui, depuis des siècles, sont célèbres pour leur effet bénéfique sur la mémoire et le travail cérébral. Afin de comprendre le caractère unique de ce produit, il faut d'abord connaître les vertus des différentes plantes médicinales combinées, et comment celles-ci ont été utilisées dans la médecine traditionnelle chinoise.

Ginkgo Biloba (l'éllixir de l'éternelle jeunesse)

L'arbre appelé Ginkgo biloba est connu comme fossile vivant, existant depuis 200-300 millions d'années. Parmi l'ensemble des +/-15 espèces, celle-ci est la seule à avoir survécu à la période glaciaire. Il est connu pour sa résistance aux infections, aux parasites et à la pollution. C'est en même temps le seul arbre qui ait survécu aux effets de la bombe atomique à Hiroshima. Le peuple chinois utilisait le Ginkgo biloba pour stimuler une mauvaise circulation sanguine, pour lutter contre la perte de mémoire et pour lutter contre la démence.

Des recherches pharmacologiques récentes ont démontré que le Ginkgo biloba évite la formation du « platelet activating factor » (PAF) ou facteur d'activation plaquettaire. Le PAF joue un rôle dans l'agglutination de plaquettes sanguines et la coagulation du sang en général, dans l'irrigation artérielle, dans les crises d'asthme et le rejet de greffons. L'extrait renferme entre autres ginkgolide-A, B et C et bilobaïde capable de réprimer une inflammation allergique.

En outre, il favorise l'irrigation du cerveau, de la rétine et de l'oreille moyenne, ainsi que des bras et des jambes. On a également découvert son effet antioxydant puissant dans le cerveau, la rétine et dans le système cardiovasculaire. Il prévient le rejet d'organes transplantés et est moins toxique que les médicaments traditionnels au choix. En plus, on a rapporté un effet positif sur l'insuffisance cérébrale, une amélioration de la mémoire et de la concentration, une meilleure flexibilité mentale et une action contre l'humeur dépressive ; ceci est dû à l'amélioration de l'irrigation sanguine du cerveau. A part cela, on lui impute une certaine utilité en cas d'impuissance sexuelle.

Champignons Reishi

La médecine traditionnelle chinoise considère les champignons reishi (*Ganoderma lucidum*) comme utiles pour renforcer l'énergie vitale, pour favoriser le métabolisme mental et prévenir un affaiblissement de la mémoire. - Renouveler corps et esprit, ralentir le vieillissement et allonger la vie saine, tout en préservant une mémoire intacte.

Des recherches scientifiques ont démontré que les champignons reishi ont un effet anti-inflammatoire très fort comparable à l'effet d'hydrocortisone, mais dépourvu des effets secondaires. Actuellement des études sont en cours sur la prévention à l'aide des champignons Reishi de la maladie d'Alzheimer parce qu'on a découvert que les gens qui utilisent en continu des anti-inflammatoires, ont moins de risques d'être touchés par la maladie d'Alzheimer.

Schisandra

Le *Schisandra chinensis* a été, au fil des siècles, considéré en Chine et au Tibet comme un adaptogène. Il contribue à réguler et à normaliser les fonctions du corps et à créer une résistance au stress. Le schisandra renferme lignanes et schisandrines qui protègent le foie, qui, le cas échéant favorisent sa guérison et rétablissent son fonctionnement normal. Ces propriétés bénéfiques sont dues à l'effet antioxydant des différentes schisandrines.

Le schisandra stimule également le système nerveux central. De nombreuses études démontrent que les réflexes s'améliorent, le travail intellectuel devient plus efficace, les colères se maîtrisent plus aisément, les états de dépressions nerveuses s'améliorent, mais surtout, le schisandra stimule les fonctions cognitives et redonne force à la mémoire. Dans son rôle d'aphrodisiaque, il augmente l'endurance masculine et stimule la libido féminine. En Russie, il s'emploie lors de troubles de la vue; on dit qu'il « combat la fatigue oculaire et aiguise la vue ».

Fo-ti, He-shou-wou (Elixir vital)

L'utilisation du He-shou-wou pour les cheveux nous est parvenue par une vieille légende d'un célèbre officier chinois. Celui-ci avait été condamné à mort et enfermé dans une cellule écartée sans rien à manger ni à boire. Il a survécu à ce supplice en mangeant les feuilles et les racines d'un sarment sauvage rampant (*polygonum multiflorum*). Au bout d'une année, les gardiens sont revenus pour évacuer les dépouilles mortelles de He-shou-wou, mais ils l'ont retrouvé, complètement rajeuni, le crâne généreusement garni de cheveux noirs comme de l'ébène. Depuis lors, la plante qui a permis au général He-shou-wou de survivre, porte son nom. Elle renferme : lécithine, anthraquinones, acide chrysophanique, émodine, rhéine et anthrone d'acide chrysophanique

Le he-shou-wou est utilisé comme tonifiant pour le foie, les reins et le sang. Ainsi on peut profiter de son essence pour renforcer le yin des reins et du foie. En outre, il est utilisé contre le vertige, la vue floue, les cheveux blancs précoces, le dos et les genoux faibles, les membres douloureux, et l'insomnie. De plus, il présente un effet détoxiquant, lubrifiant pour les intestins, et stimulant les selles surtout chez les anémiques. L'effet le plus spectaculaire du He-shou-wou, est son action sur le métabolisme des graisses où il prévient l'accumulation de cholestérol dans le foie, maintient les graisses dans le flux du sang et, pour finir, stimule l'absorption des graisses par la paroi des vaisseaux sanguins réduisant ainsi l'artériosclérose. La lécithine n'est pas seulement bonne pour les cheveux, mais aussi pour le tissu nerveux, le cerveau et la moelle épinière. Elle constitue aussi une matière première pour le développement et la croissance des membranes des globules rouges et d'autres tissus cellulaires.

GINKGO ET HERBES, une combinaison unique de plantes médicinales à effet antioxydant très fort, éliminant les radicaux libres, ce complément alimentaire a été spécialement conçu pour l'organisme vieillissant. Les parties composantes ont un effet synergique sur le processus de vieillissement. Il stimule les capacités cognitives et renforce la mémoire, il réduit les désordres mentaux, les états d'anxiété et présente un effet favorable sur des symptômes de dépression nerveuse. Il prévient les maladies cardiovasculaires, améliore l'irrigation du cerveau, des yeux et des oreilles, renforce le foie, les reins et les poumons et combat la maladie d'Alzheimer.

Effets favorables : Comme il est impossible de donner une énumération exhaustive, nous nous limitons à citer des cas très clairs: allergies, Alzheimer (maladie d'-), amnésie, angoisses, artériosclérose, arthrite, asthme, battements de coeur, cancers, chute de cheveux précoce, claudication intermittente, dépressions, désordres mentaux, diabète, diarrhée chronique, distraction, dysfonctionnements relatifs au vieillissement, éjaculation précoce, éjaculations nocturnes, hydropisie, hyperglycémie, hypertension, impuissance, infertilité, inflammation hépatique, insomnies, insuffisance cérébrale, maculopathie, maux de tête, migraine, nervosité, neuralgie, neurasthénie, oedème, polyurie, presbyacousie, problèmes respiratoires, rhumatismes, sclérose en plaques, spermatorrhée, tintements d'oreille, transpiration excessive, troubles de mémoire, tuberculose, vertiges, vue floue.

ECHINACEA/HYDRASTE/EXTRAIT DE PEPINS DE RAISINS

Un mélange d'Echinacea purpurea avec de l'Echinacea angustifolia, Hydrastis canadensis et extrait de pépins de raisins.

Echinacea

On utilise surtout les parties visibles de l'Echinacea purpurea pour leur teneur en polyphénols, tandis que chez l'Echinacea angustifolia, c'est les racines qui fournissent des echinacosides. L'Echinacea est une vivace des grandes plaines de l'Amérique de la famille des tournesols. Les Indiens de ces régions l'ont utilisée très souvent contre des morsures de serpents et d'araignées et l'Echinacea était la plante remède la plus populaire contre des infections et des maladies contagieuses. En Europe, depuis quelque temps, nous nous rendons compte du rôle important que l'Echinacea joue pour notre défense immunitaire et cette plante gagne en popularité, de jour en jour. Aussi bien en homéopathie qu'en science des plantes médicinales et qu'en phytothérapie, l'Echinacea est hautement estimée surtout pour ses effets stimulants sur le système immunitaire. L'Echinacea stimule la phagocytose, (la capacité de certains globules blancs de neutraliser des bactéries), augmente la production et la mobilité des globules blancs et rend plus actifs les T-lymphocytes, ainsi que les macrophages. L'Echinacea augmente aussi la production de cytokines comme l'interféron, précisément l'interféron gamma et l'interleukine et agit comme anti-inflammatoire. Elle a un effet antiviral et réduit la production d'hyaluronidase, un enzyme qui est émis par des cellules infectées par un virus aussi bien que par les cellules d'une tumeur. Ceci devrait réduire la multiplication et la migration des virus dans l'organisme et freiner la tendance des tumeurs de métastaser. De plus, son action antibactérienne et son efficacité contre *Candida albicans* ont été démontrées. On l'utilise principalement lors d'infections des voies respiratoires et pour lutter contre les états grippaux et ses vertus sont également connues dans des situations de stress psychique, d'affaiblissement du système immunitaire, toutes sortes d'infections, d'inflammations, de maladies génitales, infections de la vessie et voies urinaires et même en cas de septicémie.

Hydrastis canadensis

L'Hydraste est une Plante forestière vivace originaire du nord-est des États-Unis et du sud du Québec et de l'Ontario, aussi connu sous les noms de Framboise de terre et, racine à la jaunisse. Au début du printemps, elle se multiplie à l'aide de rhizomes et à la fin de l'automne se rétrécit pour hiberner profondément en dessous de la surface. La plante produit un fruit vert qui rappelle des framboises qui devient rond et mûrit au mois de juillet.

Les Amérindiens tiraient de la racine d'hydraste une teinture jaune dont ils coloraient leurs vêtements. Ils s'en servaient également pour soigner diverses affections cutanées, les problèmes digestifs et hépatiques, la diarrhée, le cancer et les infections oculaires. Les indiens Cherokee l'ont utilisée comme antiseptique, comme tonifiant et lors de morsures de serpents. Aujourd'hui menacée d'extinction, elle colonisait autrefois les vastes forêts de feuillus.

Les premiers colons l'ont en premier lieu utilisée pour rincer les yeux pour des affections de la bouche et au début du XIX^{ème} siècle, cette plante connaissait une telle popularité qu'il fallait craindre sa disparition, vu les ravages de l'époque. Elle était surtout utilisée contre les infections et des atteintes allergiques (non infectieuses) des voies respiratoires, des muqueuses de l'appareil digestif, des voies urinaires, de problèmes oculaires, de la peau, du foie, lors d'hémorragies et de toux. On attribue généralement ses propriétés médicinales à la présence d'un groupe d'alcaloïdes de la classe des isoquinoléines dont les plus importants sont l'hydrastine et la berbérine.

Divers essais *in vitro* et sur des animaux de laboratoire menés au cours des années 1970 et 1980 ont démontré que la berbérine avait une activité antibiotique à large spectre - qui est parfois plus importante que celle d'antibiotiques d'ordonnance classiques - contre une impressionnante variété de bactéries, protozoaires et champignons pathogènes responsables de nombreuses infections courantes chez l'humain (staphylocoques, streptocoques, *E. coli*, chlamydia, diphtérie, salmonelle, choléra, pneumocoque, *Pseudomonas* (otites notamment), dysenterie, candidose, etc.). On a récemment noté que les principaux alcaloïdes, outre la berbérine, que renferme la racine et les rhizomes d'hydraste possédaient des propriétés antimicrobiennes similaires.

Les recherches semblent indiquer que ces alcaloïdes, plutôt que d'éliminer les pathogènes, comme le font les antibiotiques classiques, inhiberaient leur adhésion aux tissus cellulaires, les empêchant ainsi de s'installer dans l'organisme. Cette stratégie tout à fait naturelle pourrait présenter un intérêt particulier en cette époque où les autorités médicales s'inquiètent de la résistance croissante des organismes pathogènes aux antibiotiques classiques.

La berbérine agit de façon antivirale et contre les moisissures. C'est un antibiotique naturel qui lutte contre les bactéries causant la diarrhée, et même contre le choléra. S'y ajoutent E-coli, staphylocoques, streptocoques, entamoeba histolitica, Candida albicans et même la mycobactérie tuberculosis multirésistante. Après, on retrouve son action astringente qui contribue à éviter une perte trop importante d'humidité et se prête bien lors de menstruations abondantes et douloureuses. Elle stimule la production d'immunoglobuline Ig-M ce qui a pour conséquence une forte stimulation du système immunitaire. La stimulation des macrophages a fait constater une action anti-tumorale contre des carcinomes du côlon, cellules leucémiques, myélomes et tumeurs cérébraux. A part cela, la berbérine exerce une action de détoxication, protège le foie, et agit contre la décalcification des os. Sa propriété diurétique combat les oedèmes et présente des effets laxatifs.

L'hydraste est aujourd'hui cultivée, ce qui permet de protéger les quelques peuplements sauvages qu'on trouve encore dans les forêts de feuillus du Vermont.

Extrait de pépins de raisins

Les pépins et les peaux des raisins rouges européens sont à l'origine du paradoxe français. Malgré une alimentation relativement riche en gras animal, utilisé en cuisine française, et des grandes quantités de vin rouge, considérées généralement de malsaines, l'incidence des maladies cardiovasculaires chez les Français est deux fois moins importante que chez les Américains et quatre fois moins que chez les Anglais. La peau, mais surtout les pépins des raisins préservent une haute concentration (90 à 95%) en oligo-proanthocyanidines (OPC). Il s'agit à la fois d'un bioflavonoïde et d'un des plus puissants antioxydants dont on retrouve également des traces dans le vin rouge. Cet antioxydant qui est 50 fois plus puissant que la vitamine E et 20 fois plus que la vitamine C préserve le LDL-cholestérol de l'oxydation et prévient ainsi une sclérotisation de la paroi des vaisseaux sanguins.

Dans la lutte contre des radicaux libres, et plus précisément les radicaux libres de l'oxygène, notre organisme fabrique ses propres antioxydants comme le glutathion et le superoxyde dismutase. Cependant, pour y parvenir, il a besoin des matières premières qu'il reçoit par la nourriture. Aujourd'hui, nous savons qu'une grande majorité de maladies dégénératives résultent d'une surcharge en radicaux libres.

Ce stress de notre système antioxydant est encore amplifié par la pollution de l'air, de l'environnement et par les additifs alimentaires. A l'aide des OPC, notre organisme est à capable de réduire (=inverser l'oxygénation) la vitamine C et E et de cette manière de leur rendre leur capacité de protéger contre des radicaux libres.

A part cela, les OPC offrent une protection contre les radicaux libres formés lors d'infections en freinant la mise en circulation et la production de substances comme l'histamine et en bloquant les enzymes histidine decarboxylase et hyaluronidase, et en plus la serineprotéase, les prostaglandines et leucotriènes. Ce pouvoir leur attribue une forte action anti-inflammatoire et antiallergique qui peut nous aider en cas d'asthme et rhume des foins. Les OPC apportent aussi beaucoup aux tissus conjonctifs en se liant de préférence à des structures conjonctives dans les articulations comme dans les parois des grands vaisseaux sanguins et des capillaires pour les stabiliser, chose importante lors de varices de et d'hémorroïdes. Les OPC freinent l'oxydase de xanthine qui est le facteur transformateur de xanthine en urée qui est à l'origine de la goutte. Aussi l'élastinase est freinée par les OPC ce qui réduit les ramifications orthogonales des tissus conjonctifs, réduisant ainsi l'effet de vieillissement et de formation des rides de la peau. En freinant l'action, p.ex. des métallo-matrix-protéinases comme la colagénase, l'élastase, hyaluronidase, et chondroïtinase, des tumeurs sont freinés dans leur croissance que dans leur tendance à métastaser, et le cartilage est stabilisé dans les cas d'arthrose rhumatique.

Les OPC sont solubles dans l'eau, résorbées dans l'estomac et, en une heure, ils sont répartis dans l'organisme entier pour passer la barrière sang/cerveau qui leur permet aussi de protéger le cerveau et le tissu nerveux des radicaux libres, une des raisons pour laquelle différents scientifiques lui attribuent une certaine utilité dans le traitement des maladies comme la sclérose en plaques.

Effets favorables : acné, affections chroniques de voies respiratoires, affections des vaisseaux sanguins, affections ORL, ahptes, amélioration de la microcirculation, angina tossillaris, arthrite, asthme, bronchite, bursite, bursite, cancer, candida, cataracte, chlamydia, claudicatio intermittens, coeliakie, colitis ulcerosa, conjonctivite, coqueluche, Crohn (maladie de -), cystites, decubitus, déficience immunitaire, dermatite, dermatite atopique, diabète type II, eczéma, éphysème, faiblesse du tissu conjonctif, fibromyalgie, fistules, furoncle, glaucome, grippe, hémorroïdes, herpes, impétigo, infections, infections de voies urinaires, inflammation de la gorge, inflammation de la vessie, inflammation des sinus maxillaires, inflammations des glandes, inflammations oculaires, insuffisance rénale, Lyme (maladie de -), maladies auto-immunitaires, mastite, otite, otites, paradentose, paradontitis, Pfeiffer (maladie de -), psoriasis, rhinite, rhume des foins, saignements, sinusite, syndrome de fatigue chronique, toux, ulcères, urticaria, utriculaire, vaginitis, zona.

ATTENTION !

Ne pas utiliser ce mélange d'herbes pendant la grossesse

MACA

MACA ET D'AUTRES APHRODISIAQUES

Un Mélange de racine de Maca, de fruits de tribulus terrestris, d'écorces de Muria puama (Marapuama), d'écorce de Catuaba, de fruits de palmier Sabal serrulata palmetto, et d'écorce de Pygeum africanum

Maca

Le *Lepidium peruvianum* est la variété cultivée à partir de *Lepidium meyenii*, plante vivace maraîchère, apparentée au radis et au cresson de jardin (crucifères), qui ne croît que sur certains hauts plateaux des Andes (3.500m à 4.500m d'altitude) au Pérou, et, dans une moindre mesure, en Bolivie. Le tubercule était d'abord et avant tout cultivé pour sa valeur nutritionnelle.

On le consommait frais, comme la patate douce, mais on le séchait également dans le but de le conserver. Les tubercules séchés étaient réduits en une poudre qui pouvait se conserver durant des années. Selon la médecine traditionnelle péruvienne, le tubercule séché a des vertus médicinales le rendant utile dans le traitement du stress, des troubles de la sexualité et de la reproduction, et pour stimuler le système immunitaire, traiter l'anémie, la tuberculose, les troubles menstruels, le cancer de l'estomac, atténuer les symptômes de la ménopause et améliorer la mémoire. Il augmente donc le niveau général d'énergie, stabilise la tension artérielle, augmente le nombre de globules rouges et blancs, revitalise mentalement et physiquement, améliore les fonctions de la thyroïde, aide à prévenir l'ostéoporose, et à équilibrer le cholestérol. Maca en tant qu'aphrodisiaque augmente la libido, chez l'homme la potence aussi bien que la fertilité chez la femme. Bien que le maca ne soit pas une hormone, il influe positivement sur l'hypophyse et rééquilibre la production hormonale de toutes les glandes endocrines. Les bodybuilders comme les haltérophiles commencent à apprécier le maca de plus en plus comme fournisseur de stéroïdes anaboliques naturels, grâce à sa richesse en glucosides.

Tribulus terrestris

Plante vivace tropicale aux longues tiges rampantes, originaire de l'Inde, mais également cultivée depuis des millénaires en Chine et en Afrique. Ses graines sont pointues et résistantes. En Europe de l'Est la médecine populaire l'utilise pour renforcer la force musculaire et la puissance sexuelle. En Grèce antique et en Inde, on considère la tribule comme tonifiant et pour rajeunir le physique. En Chine, on utilise Bai Ji Li jusqu'à nos jours pour soigner des affections du foie et des reins, des calculs de la vessie et des reins, des infections des voies urinaires et de la vessie par *Staphylococcus aureus*, *Escherischia coli* ou *Candida albicans*, affections cardiaques et des vaisseaux sanguins, et pour améliorer la résistance immunitaire.

L'utilisation dans les pays de l'Est comme fortifiant et stimulant sexuel a amené le gouvernement bulgare à subventionner un producteur pharmaceutique, qui a son siège à Sofia, afin de faire des recherches en secret sur les vertus de la tribule. Ceci avait pour résultat une formule efficace à la base d'un produit formidable. Les prestations des Teams bulgariens, en spécialement celles des haltérophiles lors des jeux olympiques dans les années 1980 ont épaté tout le monde. D'une manière indirecte, en augmentant le taux de l'hormone lutéine produit par l'hypophyse, les extraits de la tribule augmentent le niveau de testostérone chez les bodybuilders et les haltérophiles, les taux de divers stéroïdes hormonaux dont la testostérone, la DHEA et l'oestrogène, ce qui aurait un effet favorable sur les performances sportives et sur la libido et la fertilité chez homme que chez la femme. Chez l'homme, l'érection est renforcée et les spermatozoïdes gagnent en mobilité tandis que chez la femme le cycle est mieux réglé et l'ovulation facilitée.

Muira puama ou Marapuama

On utilise l'écorce des racines et l'écorce de l'arbuste originaire de la forêt vierge brésilienne de l'Amazonie. Ses petites fleurs blanches ont une odeur pénétrante qui font penser à du Jasmin. Le Muira Puama pousse au Brésil, en Guyane Française, en Guyane et en Suriname. Les indigènes, le long du Rio Negro, ont fabriqué un tonique à partir de l'écorce et de la racine de jeunes plantes pour traiter des problèmes neuromusculaires, un extrait des racines contre inflammations et beriberi (une carence aigue en vitamine B1 ou thiamine), ou des problèmes similaires, une tisane à base des mêmes ingrédients est préparée lors d'impuissance sexuelle, rhumatismes, grippe ainsi que faiblesse gastro-intestinale et cardiaque. De plus, on l'apprécie pour prévenir la chute des cheveux. En phytothérapie, le Muira trouve son application comme aphrodisiaque, spasme hémifacial, arthrite, neuroses, dépressions, nervosité lors d'examen, maux de tête et migraine, impuissance, maladie des managers, problèmes de menstruation, de ménopause, neurologiques, surmenage et syndrome prémenstruel. Le Muira contient une grande quantité d'acides gras et d'esters d'acides gras, d'huiles essentiels, de phytostérols comme lupéol et bêta sitostérol, alcaloïdes comme la muriapuamine et des acides gras à chaînes longues. De plus, on a découvert que le muira diminue le pourcentage des graisses de l'organisme et augmente la masse musculaire et cela sans effets secondaires. Cependant, avant que des hommes ayant de sérieux problèmes d'érection et d'impuissance ne commencent une automédication, il serait sage de consulter un médecin pour écarter une insuffisance du système cardiovasculaire ou d'autres maladies cardiaques qui sont toujours accompagnées de ces symptômes.

Catuaba

Il s'agit d'un petit arbre originaire du nord du Brésil, à croissance rapide d'un à quatre mètres avec des fleurs jaunes et oranges qui se transforment en fruits jaunes foncés non comestibles de forme ovale. Il appartient à la famille des plantes qui fournissent de la cocaïne, seulement ne renferme pas un seul alcaloïde de cocaïne actif. Il a une longue tradition comme herbe médicinale et comme aphrodisiaque. Les indiens Tupi du Brésil méritent notre reconnaissance pour leur découverte des qualités du catuaba, et de nombreuses chansons en témoignent. Dans l'Etat brésilien de Minas Gerais, un proverbe dit : « Tu fais des enfants avant la soixantaine, c'est grâce à toi, tu fais des enfants au delà de la soixantaine, c'est grâce au Catuaba. »

Le Catuaba est avant tout connu comme stimulant pour le système nerveux central et s'utilise lors d'impuissance sexuelle et de nervosité. En plus il s'utilise lors de, maladies nerveuses comme insomnie, hypochondrie, agressivité, douleurs dues au système nerveux central, mauvaise mémoire et distraction, fatigue chronique et épuisement. Selon le Dr. Meira Penna, c'est un aphrodisiaque doux, sans effets secondaires, pour toutes les problématiques liées aux organes sexuels masculins. En plus, on lui attribue des propriétés antibiotiques et antivirales en présence d'*Escherichia coli* et *Staphylococcus aureus* et il semble que le développement du sida soit freiné, vu le fait d'éviter l'assimilation du virus par les cellules, ce qui réduit le développement d'infections opportunistes, liées au sida. Dernièrement, une étude qui portait sur des rats, lapins et cobayes trouvait que le Catuaba exerce une action dilatante et analgésique sur les vaisseaux sanguins.

Fruits du Sabal Palmetto et écorce du pygeum africanum

Ce palmier nain est aussi connu sous le nom de Sabal serrulata, mais pour la plupart du temps, on utilise le nom espagnol Sabal. Le *Pygenum africanum* est aussi bien connu sous la dénomination *Prunus africanum* issu de l'Afrique du sud dont on utilise l'écorce. Les deux plantes se prêtent spécialement à traiter une hypertrophie bénigne de la prostate. Elles contiennent de hautes concentrations en bêta sitostérol et fytostérol évitant la synthétisation du 5-alpha-testostérone. Ce dernier transforme le testostérone en dihydrotestostérone, qui pour sa part est le facteur de croissance des cellules de la prostate. La prostate qui gonfle exerce une pression sur la voie urinaire ce qui entraîne des problèmes pour uriner chez 75% des hommes qui ont passé le cap des 50 ans. En présence d'une prostatite et lors d'infections non bactériennes Sabal et de *Pygenum*, en supprimant les deux enzymes lipo-oxygénase et cyclo-oxygénase, bloquent les prostaglandines comme Pg-E2 qui favorisent les infections

Effets favorables : abstinence sexuelle, affections de la vessie, asthénie des glandes surrénales, calculs rénaux et vésicaux, décalcification osseuse, dépressions, déséquilibre hormonal, dysurie, faiblesse physique, fertilité réduite chez la femme et chez l'homme, fibromyalgie, frigidité surmenage psychique, guérison osseuse, hématurie, hyperplasie bénigne de la prostate, impotence, infections des voies urinaires, ménopause, nervosité, neuralgies, ostéoporose, peur d'examen, PMS, problèmes d'érection, problèmes de libido, problèmes menstruels et prémenstruels, problèmes de pré- et post-ménopause, sang dans les urines, sous fonction de la thyroïde, stérilité, stress, stress élevé, troubles de la ménopause, vieillissement accéléré.

HERBES DE BLÉ, D'ORGE ET DE LUZERNE CAYENNE ET CHROME

Les herbes de blé, d'orge et de luzerne complétées de chrome représentent une source extraordinaire de substances nutritives présentes dans les légumes verts et qui sont souvent absentes dans les régimes modernes. Une combinaison d'herbes de blé et d'orge jeunes et vertes, de miel, de luzerne, poivre de Cayenne, picolinate de chrome et acide stéarique constitue une méthode rapide et simple pour avoir sa portion quotidienne de "légumes", malgré toutes les occupations professionnelles. De surcroît, une telle combinaison peut encore contenir des enzymes, des acides aminés, des vitamines et posséder davantage de fibres que de sons.

La **luzerne** (*medicago sativa*) dont les racines peuvent pénétrer jusqu'à 10 mètres dans la terre est une plante riche en minéraux dont la forme équilibrée stimule l'assimilation. Les Chinois l'utilisent depuis le sixième siècle dans le traitement de calculs rénaux et pour combattre oedèmes et la rétention d'eau en général. C'est un diurétique naturel. Utile dans les infections des voies urinaires, affections rénales, cystiques et prostatiques, elle stimule la fonction de l'hypophyse. La luzerne alcalise et purifie l'organisme et en particulier le foie et exerce une action antifongique. De plus, elle contient de la vitamine A (bêta carotène), un antioxydant puissant; de la vitamine E, réducteur du taux de cholestérol et de la vitamine K, responsable des facteurs de coagulation sanguine et réducteur de saignements excessifs pendant la menstruation.

Comme remède traditionnel, la luzerne est utilisée pour soigner arthrite, asthme, rhume des foins et est reconnu de stimulant de l'appétit et comme tonifiant.

ATTENTION !!! Les personnes atteintes de lupus érythémateux systémique doivent éviter la luzerne – elle pourrait aggraver leur maladie.

La luzerne contient aussi de la chlorophylle qui est connue pour atténuer les effets de radiation nucléaire. Pour cette raison elle peut rendre service aux personnes exposées à des sources de radiations comme les radiologues, les pilotes et le personnel de cabine, ainsi que tous ceux qui voyagent beaucoup en avion. Elle exerce une action de détoxification en s'attachant à toutes sortes de métaux lourds et à des composés chimiques que l'organisme peut ensuite évacuer.

L'alimentation de beaucoup de personnes manque de chrome. Le picolinate de chrome est la formule de chrome avec la meilleure action biologique. Il a été démontré que le chrome contribue à la production d'insuline nécessaire à régler l'équilibre des sucres. Le picolinate de chrome décompose les graisses du sang, favorise un fonctionnement efficace de l'insuline hormonale et constitue un co-facteur important dans toutes sortes de processus métaboliques qui transforment des acides aminés en tissu musculaire et la combustion des graisses.

Les **herbes d'orge** (*hordeum vulgare*) et de froment (*triticum aestivum*) jeunes et vertes font partie des plantes alimentaires les plus importantes qui soient. Source de protéines, de glucides, lipides, minéraux et vitamines, elles renferment beaucoup de substances qui toutes n'ont pas encore été toutes identifiées, mais sont protectrices de toutes sortes de maladies et de carences. Elles détoxiquent en s'attachant aux métaux lourds dans le corps pour ensuite éliminer ceux-ci. Elles protègent contre la radiation radioactive d'une manière encore incompréhensible pour nous, mais en cas de doses de radiation mortelles, elles peuvent offrir une protection à 99 % aux cobayes. En outre, c'est une source puissante d'antioxydants. Elles protègent contre les ulcères gastriques et les colites, la genèse de beaucoup de types de tumeurs. C'est la synergie des composantes qui en fait une catégorie précieuse de plantes médicinales, ce qui nous permet de dire que l'effet bénéfique de l'ensemble dépasse le total des bienfaits des parties composantes.

Le **poivre de Cayenne** (*capsicum annuum*) améliore la circulation sanguine des personnes qui ont les mains et les pieds froids Le poivre est populaire pour stimuler un métabolisme lent chez des personnes ayant du surpoids. Il était appliqué dans les affections respiratoires et asthmatiques. Il protégerait contre rhumes et gripes. Riche en bêta carotène et en vitamine C, il est un antioxydant puissant. L'action pharmacologique s'explique par la capsaïcine. L'utilisation régulière de poivre de Cayenne réduit les chances d'avoir une artériosclérose par la réduction des taux de cholestérol et des triglycérides du sang. Il ralentit l'activité des plaquettes et a un effet fibrinolytique. Malgré le fait qu'il brûle la bouche, il a un effet rafraîchissant sur le corps par son action directe sur le centre de régulation de température au cerveau, provoquant une baisse de température, ce qui permet à ceux qui vivent sous les Tropiques de mieux supporter les chaleurs.

ACTION: complément utile des légumes, il réduit le taux de cholestérol, décompose les graisses, contrôle la glucose. Ce puissant antioxydant transforme les acides aminés en tissu musculaire, assure la combustion de graisses et évacue métaux toxiques et radiation.

GINSENG/MELANGE D'HERBES

Il contient entre autres de la **sauge** (*salvia columbariae*) et du ginseng, un mélange de ginseng asiatique (*panax ginseng*) et sibérien (*eleutherococcus senticosis*). Le ginseng est connu pour être un anxiolytique, qui fortifie la mémoire, un antalgique, le GINSENG/MELANGE D'HERBES augmente la production de globules rouges, relaxe des muscles lisses, anti-inflammatoire, il protège contre les effets de radiations nucléaires, antioxydant, protège le foie contre l'agression par l'alcool, augmente la production d'insuline, réducteur du taux de glucose, du taux de cholestérol et des triglycérides, meilleure sécrétion d'oestrogène, de testostérone, réduit le volume de la prostate, augmente la quantité de spermatozoïdes, améliore la réaction immunitaire par une activité renforcée des phagocytes et combat les anticorps, protège contre les infections virales dans la chimiothérapie, prévient une moindre quantité de globules blancs dans les infections bactériennes. Le ginseng est le produit de santé naturel le plus vendu dans le monde et sert de tonifiant depuis des siècles. Fournit rapidement de l'énergie et de l'endurance.

Le Golden-Chia est un fournisseur naturel d'énergie avec un taux élevé de protéines. Autour de 1900, il était utilisé par les Indiens pour vivre plus vieux. Une légende indienne dit que les Indiens avaient mangé au petit déjeuner une poignée de graines de Chia et, qu'au déjeuner, ils avaient poursuivi une antilope si longtemps en courant que l'animal s'était effondré, épuisé, après quoi les chasseurs l'avaient tué. Il contient une oestrogène végétale et renforce l'action de l'hormone humaine oestrogène. Il est excellent pour les ménopausées.

EXTRAITS DE MYRTILLES/LUTEINE, ZEAXANTHINE ET AUTRES ANTIOXYDANTS

L'extrait de **myrtilles vraies** (*Vaccinium myrtillus*) est reconnu depuis toujours comme tonique pour les muqueuses, les vaisseaux sanguins, le tissu conjonctif et les yeux. Cette catégorie de myrtilles contient plus de 15 différents anthocyanosides et leurs niveaux sont parmi les plus élevés. Les anthocyanosides aident à réduire l'action nocive des radicaux libres grâce à leur action purificatrice, en favorisant une circulation saine aux extrémités. Les anthocyanosides présentent des propriétés antioxydantes encore plus puissantes que celles de la vitamine E. Nombreuses sont les applications lors de problèmes oculaires comme p. ex. : mauvaise adaptation au changement entre le clair et le sombre, photosensibilité élevée, héméralopie, dégénération et maladies de la rétine, aussi en présence d'un diabète, cataracte, rétinite pigmentosa glaucome, yeux fatigués, maladies vasculaires et lors de « mouches devant les yeux ».

Pendant la seconde guerre mondiale, on a donné aux pilotes de l'armée de l'air britannique du gel de myrtilles pour les aider à améliorer leur vue pendant les vols de nuit et éviter la fatigue oculaire.

La **lutéine** et la **zeaxanthine** issues de la Rose d'Inde (*Tagetes erecta*) sont des caroténoïdes très importants pour l'œil et en particulier la rétine. Ces caroténoïdes ne sont pas synthétisés par l'homme et doivent donc être apportés par l'alimentation. Dans le sang, la concentration de lutéine est de 5 à 20 fois de celle de la zeaxanthine, alors que dans la macula (tache jaune, partie de la rétine de 2mm de diamètre où la perception est la plus nette), la concentration de zeaxanthine est deux fois plus élevée que celle de la lutéine. Un exemple biochimique marquant de préférence de tissu. Ils semblent protéger l'œil de deux façons différentes à prévenir la dégénérescence de la rétine : La lutéine agit à la fois en neutralisant les électrons libres (radicaux libres) qui peuvent endommager la rétine (effet antioxydant) et en filtrant la lumière bleue qui agresse les photorécepteurs de l'œil (effet antioxydant indirect)

La **N-acetyl-Cystéine** (NAC) est un acide aminé antioxydant puissant qui stimule en même temps notre propre production d'antioxydants en augmentant le niveau de glutathion. Comme le glutathion joue un rôle central dans la lutte contre les radicaux libres, il réduit le risque de développer une cataracte (opacification du cristallin due à l'altération du métabolisme des fibres cristallines)

D'autres antioxydants sont la vitamine C et E, le bêta carotène et le resvératrol extrait de la Renouée du Japon (*Polygonum cuspidatum*) qui aident eux aussi à combattre les radicaux libres. Les minéraux zinc et cuivre font tout le complexe antioxydant superoxyde dismutase à cuivre et à zinc (CuZn-SOD), système intracellulaire antioxydant très important.

Effets favorables : problèmes d'accommodation des yeux ; aide à prévenir : cataracte, dégénération de la macula, glaucome, héméralopie, maladies vasculaires, rétinite pigmentosa, rétinopathie diabétique, yeux fatigués et « mouches » (taches) devant les yeux.

MULTIVITAMINES/MINÉRAUX

Compléter son alimentation journalière par un ensemble de vitamines contenant les 9 acides aminés essentiels, des minéraux, des oligoéléments, des bioflavonoïdes et des phytonutriments, est actuellement plus important que jamais. Cet objectif peut être atteint en broyant les fruits et légumes qui sont riches en ces substances, pour en obtenir de la poudre de carottes, des extraits d'acérole, (connu aussi sous le nom cerises de Barbados), de la poudre de brocoli, de la poudre de chou, de la pectine de pommes, du concentré de canneberge, de la poudre de tomates et des bioflavonoïdes d'agrumes.

Tout le monde sait que les enfants qui grandissent et se développent ont un besoin relativement supérieur d'acides aminés essentiels, de vitamines et d'oligoéléments. Ces éléments sont tous importants pour un développement sain des muscles, des os, des dents, et des tissus nerveux cérébraux. Pour permettre un bon développement du système hormonal et du système immunitaire, et pour prévenir de nombreuses anomalies et de maladies chroniques à un âge plus avancé, il est important de ne pas souffrir de carences, dès les premières années de la vie. Les nourrissons et les jeunes enfants, eux, ne sont pas encore capables de produire l'acide aminé histidine qui est pour eux un acide aminé essentiel. Les nourrissons et les jeunes enfants ont un besoin en acides aminés essentiels 10 fois supérieur par kilo de poids comparé à celui des adultes. Même les jeunes jusqu'à l'âge de 16 ans ont toujours un besoin qui est de trois fois celui des adultes.

Un apport suffisant de protéines, de vitamines, d'antioxydants, de minéraux, d'oligoéléments et de phytonutriments est essentiel. Malheureusement, étant donné les méthodes agricoles actuelles de culture sur des terres épuisées et de traitement de notre nourriture, comme par exemple la récolte précoce de fruits et légumes, ainsi que l'emballage et le stockage, ces éléments précieux manquent en grande partie dans notre alimentation.

La pollution de l'air et d'autres facteurs qui portent atteinte à l'environnement, tels que conservateurs, aromatisants et colorants artificiels, contribuent au stress quotidien et ont comme conséquence un besoin accru d'anti-oxydants, de vitamines et de phytonutriments. Un rapport récemment remis au Ministre néerlandais de la santé constate que la population néerlandaise dans son ensemble présente des carences considérables en vitamines, en minéraux et en oligoéléments. Ce n'en est pas mieux pour les autres pays de l'Europe centrale. L'homme moderne, et non seulement l'enfant qui grandit, mais aussi l'adulte, doivent recourir à des suppléments alimentaires afin de garder un bon équilibre nutritionnel.

Les phytonutriments sont des groupes de substances chimiques végétales nouvellement découvertes qui ont enthousiasmé les scientifiques de disciplines diverses. Il n'y a pas longtemps, on ne savait rien de l'existence de tels phytonutriments. Il faut savoir que ces composés ne sont synthétisés que par des plantes vers la fin de leur cycle de maturité. Des recherches ont démontré que ces substances protègent les plantes contre l'agression par les rayons solaires ultraviolets, qu'elles renforcent le système immunitaire et qu'elles exercent une action favorable sur le vieillissement. Ces études font apparaître que les phytonutriments protègent probablement contre les cancers, les maladies cardio-vasculaires, des maladies auto-immunitaires et qu'ils contribuent à la guérison de maintes maladies. Ils semblent être bénéfiques en présence de maladies cardiaques, d'hypertension, d'un taux élevé de cholestérol, d'allergies, d'arthrite, d'affections vasculaires, de maux de tête, de dépressions et sans aucun doute, beaucoup d'autres affections.

PROBIOTIQUES

Le mot est originaire du grec et veut dire « pour la vie ». Par probiotiques, on définit les composants vivants de notre nourriture qui ont un effet positif sur l'état de santé de l'homme. Selon cette définition, il ne s'agit ici pas seulement des compléments alimentaires qui contiennent des bactéries lactiques produisant – comme leur nom générique l'indique – de l'acide lactique, mais également les yaourts spéciaux comme Yacult, Vifit, Biogarde etc., qui en font partie.

Les **bactéries lactiques** comptent parmi les principaux probiotiques. Elles comprennent, notamment, les **lactobacilles** (bactéries du genre *Lactobacillus*), les **bifidobactéries** (bactéries du genre *Bifidus*) et des **streptocoques** (bactéries du genre *Streptococcus*). Ce sont des bactéries de ce type qui servent généralement à la production du yogourt (*Lactobacillus bulgaricus*, *Streptococcus thermophilus*), de la choucroute, des légumes lactofermentés et du salami (*Lactobacillus plantarum*, extrait de la levure pour pain classique)

Toutefois, ce sont des bactéries qui font partie de la flore intestinale normale chez l'homme que l'on utilise depuis très longtemps pour la santé quotidienne. On ajoute parfois à ces produits des fibres destinées à favoriser la production de micro-organismes (des fructo-oligosaccharides, par exemple, comme l'inuline, extraite de la racine de chicorée). On donne à de telles fibres le nom de **prébiotiques** parce qu'elles favorisent la multiplication des colonies de probiotiques.

Ajouter des probiotiques à notre nourriture quotidienne ne peut amener à un résultat satisfaisant que quand il s'agit, au minimum, d'un milliard d'organismes multiplicateurs des colonies et - comme les probiotiques agissant surtout dans le petit et le gros intestin - ils se présentent sous une telle forme qu'ils puissent en toute sécurité traverser le milieu acide de l'estomac ainsi que celui du pancréas, producteur d'enzymes. Les probiotiques ont la propriété d'acidifier les selles ce qui évite que les bactéries nocives, qui ne survivent pas dans un milieu en dessous de pH 5, puissent se développer et se multiplier. Les probiotiques favorisent la digestion et l'assimilation de notre nourriture, la préparation de diverses vitamines, normalisent la consistance des selles et en renforcent l'immunoglobuline type IgA qui aide nos muqueuses à lutter contre des intrus pathogènes. Grâce au fait que ces lactobacilles produisent eux-mêmes de la lactase, ils contribuent à réduire les effets dus à de l'intolérance envers la lactose. Il est bien probable qu'ils contribuent à réduire le risque de développer des tumeurs intestinales en réduisant la production d'enzymes carcinogènes bactériels comme azo- et nitroréductase ainsi que B-glucuronidase. De plus, ils réduisent le niveau de cholestérol dans le sang. Les résultats de l'utilisation de ces compléments alimentaires dépendent bien sûr des problèmes que l'on souhaite résoudre. Et comme pour tout ce qui concerne la consommation de compléments alimentaires, il n'y a presque jamais un résultat immédiat ; aussi on peut dire: plus longue est la période d'utilisation, plus clairs sont les résultats.

Effets favorables : acné, allergies, autisme, colitis ulcerosa, constipation et symptômes de mauvaise résorption, Crohn (maladie de -) et autres infections intestinales, diarrhée due à des intestins légèrement irritables, diarrhée due à la prise d'antibiotiques, diarrhée due à une infection par le rota virus chez des petits enfants, Down (syndrome de -), dyspepsie, eczéma, hémorroïdes, infections chroniques des voies respiratoires, infections chroniques des voies urinaires, infections par *Candida albicans*, infections vaginales chroniques, intolérances alimentaires, mauvaise haleine, niveau trop élevé de cholestérol, proctite et IBS (irritable bowel syndrom), résistance immunitaire atténuée pendant la grossesse et favorisant une flore intestinale saine chez les bébés, symptômes généraux de dysbiose.

Aloe vera dans le cabinet du vétérinaire

Un grand nombre d'affections chez les êtres humains se rencontrent aussi chez nos animaux domestiques. En général, on peut admettre que si un produit fait du bien aux hommes, il en est de même pour notre chien, chat, cochon d'Inde ou perruche. Comme pour les êtres humains, les produits phares pour les animaux domestiques sont le gel d'Aloe vera à boire sous sa forme naturelle, aux canneberges ou aux glucosamines. Après, c'est l'Aloe stabilisée simple ou aux extraits d'herbes, pour nettoyer des plaies ou pour lutter contre puces et parasites.

Pour les blessures et morsures, seront utiles l'Aloe Vera Gel et/ou la crème Aloe/Propolis, la lotion chauffante Aloe/Eucalyptus pour articulations et muscles douloureux. Par exemple, vous pourrez utiliser abondamment le gel de l'Aloe vera pour soigner les plaies dues à une intervention chirurgicale, comme lors d'une castration ou d'une stérilisation, afin de réduire douleurs et gonflements.

Quand notre ami à quatre pattes souffre de morsures de puces, tiques ou mites, vous pouvez combiner des lavages avec un shampoing à l'Aloe et appliquer de l'Aloe stabilisée pure ou aux extraits d'herbes (des frictions) pour contribuer à réduire les réactions allergiques. Vous pouvez aussi le frictionner avec du gel d'Aloe vera, mais il faut savoir que pour de plus grandes surfaces, il en faudra bien entendu d'importantes quantités

L'Aloe, bien sûr, ne tuera jamais les puces, ou d'autres parasites, mais ceux-ci détestant l'Aloe vera, iront chercher un autre hôte.

Allergies :

Bien que le traitement des allergies s'avère très souvent être une affaire assez complexe, tant les buvables à l'Aloe vera que le Pollen ou la Propolis peuvent être utiles pour diminuer les symptômes. L'Aloe vera à boire, 3 à 4 fois par jour, apaise les symptômes les plus aigus. Pour les chats et petits chiens un dosage de 30ml par jour est recommandé. Pour les grands animaux familiers 2 à 3 fois plus. Si l'hypersensibilité allergique est très aigue, on peut aussi leur faire une piqûre intramusculaire d'Aloe vera stabilisée 1 à 5 cc. Les pollens d'abeilles sont aussi indiqués pour chiens et chats: un demi comprimé par jour pendant une semaine, puis renforcer la dose d'un demi comprimé par semaine pour finalement aboutir à une dose de 2 comprimés par jour, traitement à suivre pendant un mois.

Eczéma :

Vous pouvez traiter les zones affectées avec de l'Aloe stabilisée pure ou aux extraits d'herbes, et si l'affection est tenace avec du gel d'Aloe Vera ou de la crème Aloe/Propolis. Pour les cas très graves ajouter de l'Aloe vera buvable.

Mite à l'oreille : c'est bien mites, c'est pas tiques ?)

Instiller de l'Aloe stabilisée dans l'oreille, nettoyer après cinq minutes avec un bâtonnet au coton, puis traiter avec du gel (épais) d'Aloe Vera. Si vous répétez ce geste pendant un certain nombre de jours, mites et démangeaisons pourront disparaître.

Même des **abcès** et des **tumeurs** ont été traités avec succès par des vétérinaires avec l'Aloe Vera Gel en usage externe et les buvables à Aloe Vera en usage interne.

Si votre chat a un **bézoard** dans l'estomac, donnez-lui 1 à 2 cuillerées de gel épais d'Aloe vera par jour. Comme votre chat trouvera le goût agréable, sa prise ne pose généralement pas de problème. L'effet lubrifiant du gel aidera à faire transiter le bézoard de façon naturelle par le tube digestif avec un minimum de désagréments pour l'animal.

Aimeriez-vous voir vos pigeons voyageurs plus performants ? Ajoutez un peu d'Aloe vera buvable dans l'eau de boisson de vos oiseaux. Un amateur américain se servait d'un petit verre à genièvre d'Aloe Vera Gel pour un litre d'eau. Vous pouvez aussi le mélanger à la nourriture. Pour tous les oiseaux qui muent: un peu d'Aloe Vera Gel dans la nourriture leur fera du bien dans cette période difficile. Leur bon état de santé se reflètera dans l'éclat de leurs plumes.

L'**anémie** chez les chiens et les chats se traite avec les Aloe vera buvables (contiennent aussi de la vitamine B12), 1 à 4 cuillerées par jour en fonction de la taille de l'animal, avec, en plus, 4 à 8 comprimés de pollen d'abeilles écrasés et mélangés à la nourriture.

Infections des glandes anales chez les chiens :

Maintenez la queue relevée et pressez la glande avec pouce et index pour en faire sortir le contenu, puis à l'aide d'une seringue plastique sans aiguille, injectez 1cc d'Aloe stabilisée ou du gel épais d'Aloe dans la glande. Au besoin, répéter une fois par semaine. Si déjà une fistule glandaire s'est formée, nettoyez quotidiennement la plaie avec de l'Aloe stabilisée et appliquez généreusement du gel d'Aloe Vera 2 à 3 fois par jour.

La **cataracte** chez les chiens et les chats se traite avec de l'Aloe stabilisée pure. Instillez 1 à 2 gouttes par jour dans l'oeil. Dans des cas très tenaces, vous pouvez compter au moins sur une légère amélioration en instillant 4 à 5 fois par jour 1 à 2 gouttes dans chacun des yeux pour garder constant le niveau d'Aloe vera dans la cornée. Les larmes évacueront l'Aloe complètement en deux à trois heures.

La **constipation** chez les chiens :

Administrez 25 ml d'Aloe vera buvables nature, toutes les deux heures, jusqu'à la formation de selles normales. Quand les selles se sont durcies et amassées dans le côlon, souvent la diarrhée est souvent nécessaire pour décoller la masse durcie avant d'obtenir à nouveau des selles normales. Pour les chats utiliser une cuillère à café pour chaque dose.

La diarrhée chez les chiens et les chats peut être traitée en administrant une cuillère à soupe jusqu'à 50 ml d'Aloe vera buvable, 2 à 3 fois par jour. Dans des cas très tenaces, des injections intramusculaires d'Aloe vera stabilisée de 2 cc par jour chez les chats et entre 5 à 10 cc par jour chez les chiens. Ajoutez de la propolis d'abeilles (2 à 3 comprimés) par jour.

La **goutte** chez les oiseaux :

Par goutte chez les oiseaux, on entend le fait que de l'acide urique se concentre et se cristallise dans le ventre ou dans les pattes. Quand les oiseaux souffrent de la goutte au niveau du ventre, elle est malheureusement mortelle, mais quand il s'agit des pattes un apaisement local d'un côté peut être réalisé en plongeant les pattes avec les tuméfactions dans un bol contenant de l'Aloe vera stabilisée. De l'autre côté, une tisane faite de deux parts égales d'extraits d'ail et de racines de dent-de-lion (pissenlit) stimulera les reins ce qui aidera à éviter la formation nouveaux cristaux d'urée. Dix gouttes de tisane pour un petit verre à genièvre rempli d'eau potable.

Soins naturels pour chevaux

« Pas tout le monde, mais beaucoup de gens enclins à essayer l'Aloe vera. Ceux qui l'ont utilisé ont dû réaliser qu'il s'agit d'une médication sérieuse, naturelle et plus efficace que tous les autres produits qu'ils n'ont jamais essayés auparavant ».

Dr. Richard Holland, médecin vétérinaire

Problèmes de santé et suggestions de traitement :

Abcès : nettoyer avec de l'Aloe stabilisée, enduire d'Aloe gel ou bien pulvériser régulièrement avec de l'Aloe stabilisée aux extraits d'herbes

Allergies et éruptions : enduire d'Aloe gel ou bien pulvériser avec de l'Aloe stabilisée aux extraits d'herbes et administrer 120 ml (8 cuillerées) d'Aloe buvable nature. En cas d'affection grave : ajouter du Gel à la nourriture quotidienne

Anémie : ajouter 120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne, plus 2 comprimés de Pollen

Arthrite : ajouter 120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne, masser les articulations concernées avec de l'Aloe stabilisée, suivie de lotion Aloe/eucalyptus

Azoturie : ajouter 120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne

Brûlures : enduire d'Aloe gel, compléter à l'Aloe lotion écran solaire, si exposé au soleil

Catarrhe : pulvériser 2 à 3 fois par jour de l'Aloe stabilisée dans les narines

Contusions : tremper un bout de coton dans de l'Aloe stabilisée et poser un bandage. Sans bandage : masser avec une lotion Aloe/eucalyptus

Convalescence : ajouter 120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne, plus 2 comprimés de Pollen/Propolis

Coupures et éraflures (pression selle)

petites plaies : utiliser de l'Aloe stabilisée aux extraits d'herbes;

plaies plus grandes : utiliser de l'Aloe stabilisée combiné à de l'Aloe gel ou/et de la crème Aloe/propolis

Cystes : nettoyer avec de l'Aloe stabilisée et/ou enduire régulièrement d'Aloe gel ou bien pulvériser avec de l'Aloe stabilisée aux extraits d'herbes.

Diarrhée : ajouter 60-120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne pendant quelques jours

Enflures avant-bras : mélanger de l'Aloe stabilisée et de la lotion Aloe/eucalyptus et en faire une bouillie; couvrir et poser un bandage

Enflures fanon : masser avec de la lotion Aloe/eucalyptus

Eruptions : tremper un morceau de gaze dans de l'Aloe stabilisée ; appliquer 3 à 4 fois par jour et pulvériser avec de l'Aloe stabilisée aux extraits d'herbes.

Morsures :

petites plaies : pulvériser avec de l'Aloe stabilisée aux extraits d'herbes

grandes plaies : nettoyer avec de l'Aloe stabilisée et enduire d'Aloe gel

Sang dans les urines : ajouter 120 ml d'Aloe vera buvables/canneberge à la nourriture quotidienne

Toux, gorge inflammée, problèmes respiratoires : mélanger 60ml d'Aloe stabilisée et d'Aloe gel. A l'aide d'une seringue injecter au fond de la gorge. Ajouter 240 ml de Gel à la nourriture quotidienne pendant au moins 4 jours. L'Aloe stabilisée peut aussi s'employer dans un nébuliseur pour chevaux

Yeux (conjonctivite, kératite, ulcères, traumatismes) : injecter de l'Aloe stabilisée directement dans la narine. Pour yeux inflammés, le vétérinaire peut pulvériser de l'Aloe stabilisée par la narine, par le canal lacrymal et directement dans l'oeil. Pour assurer un effet durable, mélanger avec une solution légèrement huileuse qui convient à ces effets.

SABOTS :

Bouche douloureuse : enduire d'Aloe gel

Démangeaisons : appliquer de l'Aloe gel et/ou de la crème Aloe/propolis

Enflures : ajouter 120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne et appliquer de l'Aloe stabilisée et de l'Aloe gel ou simplement de l'Aloe stabilisée aux extraits d'herbes pour les cas peu graves

Fistules et abcès du cartilage du sabot : faire nettoyer et découper par un vétérinaire ou maréchal-ferrant; nettoyer avec de l'Aloe stabilisée et panser avec de l'Aloe gel; répéter nettoyage et pose de bandage pendant 5 à 7 jours et couvrir d'une chaussure de cheval.

Foules, contusions, muscles douloureux, articulations enflées : tremper un morceau de gaze dans d'Aloe stabilisée et poser un bandage. Sans bandage, masser avec de la lotion Aloe/eucalyptus. En outre, ajouter 120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne

Gourme : ajouter 120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne, et pulvériser 60 ml d'Aloe stabilisée et mélangée à de l'Aloe gel dans la gorge. Pour les cas sérieux, faire pomper à l'aide d'un flexible de l'Aloe vera buvable/nature directement dans l'estomac - opération à effectuer par un vétérinaire

Hématome au pied : tout de suite après que le vétérinaire ait aspiré le sang, poser un pansement avec de l'Aloe gel. Maintenir en place une nuit. Renouveler la couche de gel pendant quelques jours

Infections virales : ajouter 120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne

Infertilité : ajouter 120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne, plus une infusion intra-utérine de 60 cc d'Aloe stabilisée mélangée à 60 cc de solution saline physiologique.

Inflammation paturon : enduire d'Aloe gel et/ou alternativement de la crème Aloe/propolis

Inflammations utérines : utiliser une douchette avec de l'Aloe stabilisée

Laminite : pour détoxifier, stabiliser et tonifier, ajouter 120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne

Lavage de couvertures et de housses de selle : spécialement pour les chevaux ayant des problèmes cutanés, utiliser du savon multi usages à l'Aloe

Muguet : nettoyer avec de l'Aloe stabilisée et appliquer de l'Aloe gel

Plaies bourrelet :

cas légers : utiliser de l'Aloe stabilisée aux extraits d'herbes

cas plus sérieux : fixer un anneau de feutre trempé d'Aloe stabilisée autour de la plaie et renouveler au moins 3 fois par jour jusqu'à guérison

Plaies de ponction : nettoyer avec de l'Aloe stabilisée et mettre un pansement panser avec de l'Aloe gel, répéter le nettoyage et renouveler le pansement pendant 5 à 7 jours, selon l'endroit couvrir éventuellement avec une botte de cheval. En cas de plaies profondes, tremper un morceau de gaze d'Aloe stabilisée, l'introduire dans la plaie et renouveler quotidiennement.

Plaies dues au barbelé : enduire d'Aloe gel ou de crème Aloe/propolis

Plaies en général : laver avec du shampoing à l'Aloe et nettoyer avec de l'Aloe stabilisée, panser avec de l'Aloe gel ou de l'Aloe stabilisée aux extraits d'herbes, pulvériser en cas de petites plaies. Grâce à l'Aloe gel, il y a moins de risque de formation de tissus cicatrisés. Plaies plus grandes : ajouter 120 ml d'Aloe vera buvable/nature à la nourriture quotidienne pour stimuler le système immunitaire.

Tendons : mélanger de l'Aloe stabilisée et de la lotion Aloe/eucalyptus, appliquer et poser un bandage.

Verrues : enduire d'un Aloe gel ou d'un Aloe MSM gel plusieurs fois par jour

LES PLAIES PROFONDES ET AUTRES BLESSURES SERIEUSES DEVRONT IMPERATIVEMENT FAIRE L'OBJET D'UNE PIQURE ANTITETANIQUE

L'Aloe agit comme un coagulant et antiseptique. Il apaise la douleur, prévient des enflures et évite inflammations et pus. Comme l'oxygène peut accéder librement à la plaie l'Aloe vera aide à prévenir la formation de tissus cicatrisés, et contribue à éviter des fongosités. Il pénètre profondément dans les couches épidermiques, exerçant ses vertus curatives jusqu'au niveau cellulaire. Son effet détoxiquant donne à l'Aloe vera le pouvoir de faire disparaître des constipations. Il agit comme bactéricide, virucide et fongicide. L'Aloe vera contient de nombreux minéraux, vitamines, acides aminés et enzymes qui contribuent à mieux assimiler les aliments et à stimuler le système immunitaire.

N.B. : L'Aloe vera stabilisée est moins virulente que la plupart des désinfectants.

LES DIFFERENTES AFFECTIONS

Introduction: avant de chercher le mal ou le dysfonctionnement dont vous souffrez et de sélectionner le produit correspondant, il est sage de vous rendre compte que la phytothérapie ne fonctionne pas comme la médecine traditionnelle. Les médicaments que prescrit un médecin interviennent le plus souvent activement dans les processus chimiques dans notre corps. Presque toujours ils s'accompagnent d'effets secondaires, parce qu'ils agissent aussi là où ce n'est pas nécessaire. Avec les médicaments phytothérapeutiques rien de tel. L'action d'un comprimé d'aspirine ne dépasse pas les 20 minutes. Il n'en est pas de même de la phytothérapie. Celle-ci permet à votre corps de travailler lui-même à sa guérison, ce qui souvent est un long processus. Il vous faut donc patienter pour laisser à votre corps le temps de faire son travail. Hippocrate de Kos (460-377 av J-C) avait l'adage suivant:

***“Que votre nourriture soit votre médicament
et que votre médicament soit votre nourriture”***

A la même époque à peu près, vivait en Inde un médecin dont les paroles ont été confiées à l'Ayur Veda et qui avait la même teneur:

***“Si votre nourriture n'est pas bonne, votre médicament reste sans effet
Si votre nourriture est bonne, vous n'avez pas besoin d'un médicament”.***

Ces connaissances de l'alimentation se sont perdues en grande partie, mais ces dernières années, c'est la médecine orthomoléculaire qui nous les rappelle. Nous réalisons de plus en plus que certaines plantes, outre les vitamines et les minéraux, renferment aussi ce qu'on appelle des phytonutriments qui peuvent nous protéger contre toutes sortes de maladies.

Beaucoup de maux figurant sur la liste alphabétique sont suivis par l'indication de plus d'un produit, ce qui veut dire que tantôt les uns, tantôt les autres, ont leur effet bénéfique. Cela ne veut pas dire que vous devrez utiliser tous ces produits à la fois. Considérez les buvables à l'Aloe comme une thérapie de base et utilisez les autres produits pour en soutenir l'action.

Depuis le début des années 60, on sait que l'action des radicaux libres (principalement les radicaux libres d'oxygène) jouent le rôle le plus important dans le processus de vieillissement. Plus de 50 maladies sont provoquées par l'effet destructif des radicaux libres au niveau des tissus et des organes. Les maladies cardiovasculaires, les hémorragies cérébrales, les cancers, l'arthrite rhumatoïde, l'artériosclérose et la maladie d'Alzheimer en sont quelques exemples.

On pourrait prévenir ces maladies en réduisant l'apport de calories et en assimilant une quantité suffisante d'antioxydants et d'autres micronutriments. Cette démarche pourrait à elle seule augmenter l'espérance de vie d'environ 15 ans.

Affections ou dysfonctionnements et produits/composés susceptibles d'avoir des effets favorables:

TABLEAU DES CODES

101	aloe vera buvables/nature	403	propolis
102	aloe vera buvables/canneberge	404	gelée royale
103	aloe vera buvables/pêches	501	huile de poissons/huile d'olives
104	aloe vera buvables/glucosamines	502	ginseng/mélange d'herbes
110	tisane fleurs d'aloe	503	vitamine C retard
201	aloe gels	505	bétacarotène/sélène/vitamine E
202	aloe/propolis crèmes	506	ail/thym
203	aloe/eucalyptus lotions	507	herbes de blé/orge/luzerne et chrome
204	aloe lotions hydratantes	508	garcinia/chrome
205	aloe lotions	509	lycium/réglisse
207	aloe baume à lèvres	510	Ginkgo/mélange d'herbes
208	aloe/propolis dentifrices	511	multivitamines/minéraux
210	aloe stabilisée	512	vitamine B12/acide folique
211	aloe stabilisée aux extraits d'herbes	513	calcium/magnésium
212	aloe/MSM gels	514	échinacéa
216	aloe lotions écran solaire	515	Maca
401	miel	516	Myrtilles
402	pollen d'abeilles	520	probiotiques

LISTE ALPHABETIQUE DES AFFECTIONS

A

abcès	201 202 210 211 403 506 514 520
acné	101 104 201 202 210 212 514 520
affections cutanées, gercures, ulcères	201 202 205 210 211 212 223 514
agressivité	101 102 402 501 502 506 510
alcoolique, intoxication	101 102 104 401 402 404 502
allergie	101 102 104 402 501 506 509 510 514 520
allergie solaire	101 201 202 212 216 402
Alzheimer, maladie de	101 102 501 502 505 510
ampoules, cloques	201 202
amygdalite, laryngite, pharyngite	101 201 210 401 403 506 514
anémie	101 402 507 509 511 512
anémie	101 402 509 511 512
angine de poitrine	101 104 401 501 505 506 509 510
angine, inflammation de la gorge	101 201 210 401 403 506 514
anorexie	101 404 502 511 512 513 520
antibiotique, naturel	101 401 403 506 514
aphrodisiaque	101 102 404 509 510 515
aphtes	101 201 208 403 505 514 520
artériosclérose	101 104 404 501 502 503 505 507 509 510 514
arthrite	101 104 203 501 506 509 510 514
arthrite psoriasique	104 202 203 212 501 505
arthrose	101 104 203 501 503 506 507 509 510

articulations enflammées, douloureuses	101 102 104 203 402 501 509 510 514
ascaride	101 102
asthme	101 104 210 402 506 509 510 513 520
autisme	101 103 402 501 511 520
AVC Accident Vasculaire Cérébral	101 402 502 503 507 510 511

B

Bechterew, maladie de	101 102 104 203 212 501 503 505
Besnier Boeck, maladie de	101 102 104 509 514
blessures dus au sport	104 201 203 205 210 211
bleus	201 203 210 211 212
bouffées de chaleur	101 404 502 507 509 510 515
boutons de fièvre	201 202 207 514
bronchite chronique	101 402 403 506 509 510 514 520
brûlures	104 201 202 207 210 211 212 401
bursite	101 102 104 203 501 509 510 514

C

calculs biliaires	102 402 509 510
calculs rénaux	102 404 507 515 507 515
calculs vésicaux et rénaux	102 401 515
calvitie	101 102 104 201 210 510
cancer	101 102 104 402 403 404 505 506 509 510
candida, infection par	104 101 201 202 403 506 514 520
cardiaques, problèmes	101 102 104 404 501 506 509 510
cardio-vasculaire, affections	101 102 104 402 501 502 503 505 506 507 509 510 514
cataracte	101 102 210 505 510 516
chancre	201 202 207 210
cheveux, abîmés	221
cheveux, après une permanente	211
cheveux, chute de	101 102 104 201 220 404 510
chimiothérapie, effets secondaires	101 102 403 404 502 503 505 506 507 509 510
cholestérol, normalisation des taux de	101 102 501 502 506 507 520
cicatrices	201 212
circulation sanguine	501 505 506 507 510 514
cirrhose du foi	101 401 402 403 506 509 510
claudicatio intermittens	101 102 506 510 514
colitis ulcérosa	101 102 104 402 403 501 514 520
concentration, difficultés de	101 102 402 501 510 512 513
confusion mentale	101 402 404 510 512 513
conjonctivite	101 210 403 506 514
constipation	101 102 103 402 520
contusions	201 205 210 212
coronaires, affections	101 102 104 402 501 502 503 505 506 507 509 510 514
coude de tennis	104 203 211 212
coup de soleil	201 202 205 210 211 212 216
couperose	201 202 210 212
coupures	201 202 207 212 226
crampes musculaires	104 203 513
crise de nerfs	101 402 404 506 514 515
Crohn, maladie de	101 102 104 403 501 514 520

cuir chevelu, problèmes	201 210 211 220 221
D	
décalcification, ostéoporose	101 104 402 507 511 513 515
décubitus	101 201 202 207 212 510 514
démangeaisons, prurit	101 201 202 207 211 212
démence	101 404 502 510 512 513
dentaires, irritations gencives	201
dents, mal de, percée des	201 208 403
dépansions nerveuses	101 102 402 404 501 506 510 512 513 515
dermatite	101 201 202 211 212 514 520
dermatophytie faciale	101 102 201 202 212 514
dermite des couches	201 202 212
désordre de déficit d'attention (ADD) et désordre d'hyperactivité de déficit d'attention (ADHD)	101 102 103 501 510 511 520
détoxification de l'organisme	101 102 104 501 503 505 506 507 509
diabète	101 102 104 404 502 503 505 507 509 510 514
diabète - sans traitement à l'insuline	101 104 401 404 503 505 507 509 514
diarrhée	101 102 402 403 506 514 520
diarrhée	101 402 403 506 514 520
digestion, problèmes de	101 102 401 402 505 506 507 520
durété d'oreille due à la vieillesse	402 509 510
dysménorrhée	101 104 404 501 509 515
dystrophie	101 104 201 203 501 503 505
dysurie, douleurs d'uriner	102 403 503 506 515

E	
eczéma	101 102 201 202 212 403 501 506 514 520
encéphalomyélite myalgique ou Syndrome de Fatigue Chronique (EM/SFC)	101 102 104 402 403 502 505 513 514 515 520
endurance	101 102 104 402 404 502 505 507 509 510 511
énergie, manque de	101 102 401 402 404 501 502 507 510 511 513
entorse	201 203 210
entorse cervicale	101 104 201 203 501 505 510 512
épidermite	101 201 202 211 212 514 520
épilation, après	201 211 225
épilepsie	101 102 402 404 510
érection, problèmes de	101 515 510 402 502
érésypèle	101 201 202 211 403 506 401 514
érésypèle	101 201 202 211 401 403 506 514
éruption, eczéma, e. a. lors de maladies infantiles	101 103 201 202 210 211 212
état général, amélioration	404 501 510 512 513
exanthèmes	212 201 202 211

F	
fatigue	101 102 104 401 402 404 502 507 510 511 512 513 514 515
Fatigue Chronique, Syndrome de ou encéphalomyélite myalgique (EM/SFC)	101 102 104 401 402 404 502 507 510 511 513 514 515
fibromyalgie	104 101 102 203 402 501 510 509 513
fracture d'os	101 102 202 402 404 513 515

frigidité 101 515 510 404 502
 furoncle 101 102 201 202 403 505 506 511 514 520

G

gastrite, ulcère gastrique 101 102 402 403 509 514
 gerçures, pieds et mamelons 201 202 514
 gingivite, gencives, saignants 101 201 208
 glaucome 101 102 210 505 510 516
 glomérulonéphrite 102 403 404 501 506 509 510 514 520
 gonflements
 (également chez les animaux) 201 205 210 211 514
 gourme, croûtes de lait 101 102 201 202 212 514 520
 goutte 102 203 501 506 514
 grippe 101 102 402 403 503 506 509 511 514

H

Hanches, dysplasie des 104
 hématurie 102 403 503 506 514 515
 hémorroïdes 101 104 201 202 207 212 514 520
 hémostatique 201 207 210 211
 hernie 101 104 203 402
 herpès 201 202 207 506 514
 herpès génital 101 201 202 506 514
 hormonaux, problèmes 404 501 502 505 507 509 515
 hypothyroïdie, thyroïde pas assez active 101 402 505 515

I

impétigo 101 201 202 212 403 506 514
 impuissance 101 404 509 510 515
 incontinence 101 102 401
 indigestion 101 102 401 402 403 520
 infarctus coronaire 101 102 104 401 501 502 503 505 507 509
 infection des voies urinaires 102 403 503 506 514 515 520
 infections bactériennes 101 102 403 506 514 520
 infections virales 101 102 402 403 503 506 514
 infections, locales 101 201 202 210 211 403 503 506 511 514 520
 infertilité 101 404 502 505 509 511 512 515
 inflammation 101 201 403 506 514 514
 inflammations, en général 101 102 104 403 501 502 503 506 514
 insomnie 101 102 110 401 402 404 502 510 513
 instabilité pelvienne 101 104 503 509
 insuffisance vasculaire 101 402 404 501 505 506 509 510 514
 intellectuelle, conserver l' activité 404 510 515
 intestin irritable, syndrome de l' 101 102 104 403 501 514 520
 intestins, ulcères 101 102 104 402 507

J

jaunisse 101 403 506 509 510 514

L

laryngite 101 201 210 401 403 506 514
 leucémie 101 102 402 506 509 514
 leucorrhée, écoulement vaginal 101 201 202 210 402 510 514
 lèvres sèches 205 207

libido	101 102 510 515
lobe de l'oreille inflammé	201 207 403 506 514
lupus érythémateux	101 104 402 404 501 505 509 510 512 514

M

maculopathie, dégénérescence maculaire	101 505 510 511 514 516
mains abîmées	201 202 212
mal de tête	101 102 104 203 402 404 510
maladies génitales	101 102 201 202 403 506 514
manque d'entrain, apathie	101 102 402 404 502 511 513 514 515
massages, produit pour	203 205
maternité, pression sanguine élevée	101 404 501 503 505 506 513 520
méningite	101 102 403 404 506 514
menstruations, absence de	101 404 501 505 509
menstruations, douloureuses	101 104 404 501 505 509 513 515
mères allaitantes	101 102 402 404 503 507 511 513
métabolisme, activer le	101 102 402 503 515
migraine	101 102 104 501 510 510
morsures d'animaux	101 201 202 210 210 211 212 403 514
morsures, piqûres d'insectes	201 202 207 210 211
muqueuses, catarrhe des	101 102 505 506 510 514 520
muscles, douleurs musculaires, blessures musculaires	104 201 203 205 210 211
mycose du pied	201 202 212

N

nerfs fragiles	101 404 502 510 515
nervosité	101 510 512 513 515
neuralgie	101 104 203 510 515
neurasthénie	101 510 515

O

obésité	102 402 507 508
oedèmes	102 506 510
œil de perdrix, cor	201 212
oestrogènes, améliorer la production	404 502 507 509 515
oreillons	101 102 403 506 514
orgelet, hordelorum	201 202 207 210 506 514
ortéoarthritis	104 402 501 503 505 514
ostéoporose	104 507 513 515

P

Parkinson, maladie de	101 402 509
paupières fatiguées, gonflées	207
peau sèche et mal nourrie	204 205 223
peau, améliorer sa structure	101 212 404 404
peau, pores, nettoyer	210
pellicules	101 102 201 202 220 221 501
perception, troubles de la	101 102 402 501 502 509 510 513
peur d'examen	101 515 404
peur, attaques de	101 501 502 510 513 515
Pfeiffer, maladie de	101 102 403 502 506 509 514

pieds transpirants	225
plaies, coupures et égratignures	201 202 205 207 210 211
plaque dentaire	208
pneumonie	101 403 503 506 509 514
poids, contrôle du	102 402 507 508
premier secours, produit	207 210 211
pression artérielle, élevée	101 102 404 501 506 510 513
pression artérielle, normaliser	101 102 104 401 501 506 509 510
problèmes de fertilité	101 404 502 505 509 511 512 515
problèmes de ménopause	101 404 501 502 507 509 515
prostate, agrandissement bénin	502 507 515
prostate, hypertrophie bénigne	102 402 502 507 515
prostatite, inflammation de la prostate	102 402 507 514
pruritus, ani, vulvae	101 201 202 207 210
psoriasis	101 104 201 202 210 212 501 505 509 511
pustules, boutons	101 104 201 202 210 212 511 514 520
pyélite	102 403 404 501 506 507 509 510 514 520
pystrophie post traumatique	101 104 203 501 505
R	
radiothérapie, effets secondaires	101 402 403 502 503 505 507 509 510 511
radiothérapie, plaies dues à la	104 201 202 211 212 401
Raynaud, syndrome de	510
reconvalescence, après intervention chirurgicale	101 102 104 401 402 404 502
refroidissement	101 102 402 403 503 506 509 514
rhumatisme, rhumatisme arthritique	101 102 104 203 402 501 505 507 509 510 514
rhume	101 102 402 403 506 514
rhume des foins	101 102 104 402 509 520 514
rides	204 205 212
rougeole	101 102 403 506 514
S	
saignement de nez, épistaxis, nez bouché	201 203 210 514
sang dans les urines	102 403 503 506 514 515
sciatique	101 102 104 212 509
sclérose en plaques	101 102 104 402 404 501 502 505 509
SIDA	
sinusite	210 403 506 514 520
sinusite frontale	203 210 403 506 514 520
Sjögren, maladie de	101 102 103 104 501 503 505 509 510
sport de haute compétition	101 402 404 502 503 505 507 509 511
stress	101 102 103 104 404 502 503 505 510
syndrome pré-menstruel	101 404 501 509 513 515
système immunitaire, renforcement	101 102 104 402 403 502 503 505 506 507 509 510 511 514 520 530
T	
taches de pigmentation	201 212 216 505
tendinite, tendovaginite	104 201 202 203 210 211 212 514
tendinites, blessures des tendons	201 203 205 210
ténia, ver solitaire	101 102 104

thrombose	101 102 501 505 506
tinnitus	101 509 510
TMS/RSI troubles musclo squelettiques / Repetitive Strain Injury	101 104 203 212
toux (fumeurs, chronique)	203 403 509 510
troubles du vieillissement	101 102 104 402 404 503 505 506 507 509 510 511 513 515
tuberculose	101 102 403 506 509 510 514
tumeurs, freiner leur croissance	101 102 403 404 503 505 506 509 510 514

U

ulcère de la cornée, ulcus cornea	210
ulcère de la jambe et du pied, ulcus cruris	101 201 207 210 212 401 404 510 514
ulcères buccaux	101 208 403 514 520
ulcères de l'estomac, ulcus ventriculi	101 102 104 403 506 510 514
ulcères du duodénum, ulcus duodeni	101 102 104 403 510 514
urticaire	101 102 104 201 207 211 212 402 514 520
urticaire	101 201 207 211 212 402 514 520

V

vaginale, infection	101 102 201 202 514 520
vaisseaux sanguins, dilater	101 102 104 501 506 510
varicelle	101 201 202 210 403 511 514
varices	102 202 503 501 505 514
vergetures, striae gravidarum, prévenir	101 102 103 104 201 202 212
verrues	201 210
vertiges	101 402 404 509 510
vessie, affections et infections	102 402 403 404 506 507 514 515 520
vieillesse, taches de	201 212
vieillissement, signes de	101 102 104 402 404 503 505 506 507 509 510 511 513 515
vitiligo	101 102 402 403 503 506 514
voies respiratoires, infections	101 403 503 506 509 514
vue, problèmes de	101 210 503 505 510 516

Y

yeux, fatigués	516
yeux, inflammation des	210 403 506 514 516

Z

zona	101 104 201 202 514
------	---------------------

Ard Renaud
41, Jongbloedlaan,
NL-3769 BP SOESTERBERG
Pays-Bas

HealthCoach International
Serge Bernard
3, rue Salvador Allende
L-4407 Belvaux
Luxembourg

Le présente document est une publication de la Société commerciale **'t Haagje en collaboration avec HealthCoach International – Serge Bernard**. Les informations de la présente publication sont basées sur les expériences acquises par des utilisateurs des produits qui ont eu l'amabilité de donner l'accord de les publier.

Ces informations sont à considérer comme une indication de ce que vous pourriez attendre des composés et substances décrites. Personne, ne saurait, à partir de ces informations, exercer un recours ni déposer une demande en dommages intérêts auprès de qui que ce soit.
Quand vous êtes malades, s.v.p. consultez votre médecin