

**CONFERENCE DE M. FRANCK BASTIEN**  
**Salon MARJOLAINE**  
**Paris 2006**

La conférence que je vais prononcer est extraite d'un cours de formation que je dispense à des thérapeutes qui veulent se former à la détection de la bioaccumulation des métaux lourds et aux possibilités de leur élimination. Je serai forcément incomplet car ce sujet est très vaste, ses implications très nombreuses et le temps qui nous est imparti est limité.

Le but de cette conférence n'est pas d'éloigner les auditeurs de la médecine officielle, de ses traitements qui sont en mon sens complémentaires à des approches plus ancestrales et qui ont fait également leurs preuves jusqu'à ce jour.

 Introduction

Il y a une trentaine d'années encore de cela, seuls quelques scientifiques au monde s'intéressaient à ce phénomène.


L'aire industrielle étant passée par là, on se retrouve de plus en plus aujourd'hui confrontés à ce phénomène.

On parle maintenant de pathologies dites émergentes au sujet des scléroses en plaques, de la maladie d'Alzheimer, de la maladie de Parkinson, des dépressions, des fibromyalgies, et je ne détaille pas toutes les autres pathologies.

Tous les scientifiques qui aujourd'hui s'intéressent de près à ce phénomène constatent que dans la plupart des cas on trouve des métaux lourds dans l'organisme.

Mon but n'est pas d'apporter un diagnostic médical, mais simplement poser le regard d'un naturopathe qui, tous les jours, peut constater ces phénomènes. Je vais essayer de vous apporter quelques réponses :

- comment détecter la présence de métaux lourds
- comment est-il possible de s'en débarrasser.

 Un peu d'histoire

Les métaux lourds ont toujours fait partie du développement de l'histoire humaine. Les premiers hommes qui ont gagné les guerres ont toujours été ceux qui ont su utiliser les métaux pour fabriquer des armes.

A l'époque romaine, les romains utilisaient de la vaisselle en plomb parce qu'il était très chic de boire du thé dans des tasses en plomb et très vite les romains sont tombés malades jusqu'à intoxiquer leurs descendants sur plusieurs générations.

En 1830, les Français ont découvert les premiers amalgames dentaires. Les Etats-Unis, dès cette époque, vont poser les premières questions, à savoir est ce qu'il n'y a pas de danger à utiliser cet alliage composé essentiellement de mercure ?

En effet, même si on parle de plombage, on ne trouve pas de plomb dans l'amalgame dentaire qui est composé à 50% de mercure, et pour le reste d'argent, d'étain, de cuivre et d'un peu de zinc.

Plus récemment, en 1964, 2000 personnes, essentiellement des pêcheurs et leur famille, vont mourir des suites d'une intoxication au mercure rejeté par des usines dans la baie de Minamata au Japon.

Aujourd'hui, plus personne ne peut ignorer que l'air que nous respirons, que les aliments que nous mangeons, que l'eau que nous buvons sont impliqués dans ces phénomènes d'intoxication. On pourrait évidemment y ajouter les toxines diverses, qui ont une action synergique avec les métaux lourds.

Il faut noter que les métaux lourds sont des neurotoxiques. Ils affectent le système nerveux. C'est pour cela que l'on parlera souvent de fibromyalgie, de maladie d'Alzheimer, ou encore de sclérose en plaques.

### Quels sont les métaux qui entrent dans la dénomination « métaux lourds » ?

Les trois principaux métaux dont nous allons parler sont les suivants : le mercure, le plomb, l'aluminium et l'arsenic.

Nous parlons souvent de métaux lourds mais sans doute le terme n'est pas juste. Il serait plus judicieux de parler de métaux toxiques (qu'ils soient lourds comme le mercure et le plomb ou le cadmium, mais légers comme l'aluminium par exemple)

L'or est également un métal lourd mais c'est un élément qui va être bénéfique en dose correcte dans l'organisme qui en a besoin. C'est pourquoi on vous a parfois conseillé de prendre parfois en oligosol du cuivre, de l'or, et de l'argent pour vous aider à renforcer notamment votre système immunitaire.

En fait, ce qui va définir la catégorie des métaux lourds nocifs pour l'organisme se résume à trois critères principaux :

- leur affinité avec le soufre,
- leur toxicité,
- mais surtout leur accumulation. On parlera de bioaccumulation qui est le principal problème posé par les métaux lourds.

Si nous avons la chance de n'avoir à supporter que le seul passage de métaux lourds dans notre corps, nous ne serions sans doute pas intoxiqués. Mais ils vont s'accumuler avec le temps, 5 ans, 10 ans, 15 ans, 20 ans. Puis au bout de 25 ans une pathologie va se déclarer et chacun va se demander « Pourquoi cela m'arrive-il aujourd'hui ?

Les métaux lourds sont bien entendu plus ou moins dangereux. L'un des métaux les plus dangereux est le mercure : Tant que vous aurez du mercure dans l'organisme, malheureusement vous éliminerez difficilement les autres. On parle souvent de chape de plomb, mais en l'occurrence il faudrait parler de chape de mercure.

Donc si vous avez la chance de ne pas avoir accumulé de mercure dans le corps et si, par ailleurs, vous avez accumulé de l'aluminium, du plomb, ou de l'argent, du nickel, ou encore du titane etc., vous arriverez à les éliminer plus facilement.

Par contre, les intoxications lourdes au mercure vont parfois nécessiter 1 an, 2 ans, 5 ans, 10 ans ! Evidemment, tout va dépendre de la réaction de chaque individu qui est unique et toujours différente.

## Quelles sont les sources d'intoxication aux métaux lourds ?

Nous allons nous limiter à parler de certains d'entre eux seulement : le mercure, l'aluminium, le plomb, l'arsenic et l'étain, bien qu'il existe de nombreux métaux très toxiques.

### ❖ *Le mercure*

L'intoxication au mercure s'appelle l'hydrargie ou l'hydrargyrisme d'où le symbole du mercure : Hg

La première source d'intoxication au mercure se trouve dans les amalgames dentaires.

La deuxième source d'intoxication peut se résumer aux gros poissons et notamment au thon qui concentre énormément de mercure en raison de sa propre chaîne alimentaire :

Les petits poissons vont manger les végétaux au fond de la mer qui vont à leur tour être mangés et c'est en bout de la chaîne alimentaire qu'on trouvera la plus forte accumulation. L'espadon va également accumuler du mercure mais beaucoup moins que le thon. Une personne qui mange une fois par semaine du thon rouge ou de l'espadon n'aura évidemment pas de risque majeur d'intoxication.

Mais j'ai connu une fois au moins le cas d'une personne qui était très intoxiquée au mercure, qui n'avait absolument subi aucune vaccination, qui n'avait pas de pré disposition mais qui, par contre, mangeait trois ou quatre fois par semaine du thon et s'était intoxiquée comme cela.

Une autre source encore se trouve dans les piles électriques. Aujourd'hui on nous dit de ne pas jeter les piles électriques, mais il y a encore quelques années, les jouets des enfants n'étaient absolument pas protégés et les enfants « se faisaient les dents » sur les piles. C'est une des raisons pour lesquelles le logement des piles dans les jouets est désormais obligatoirement serti ou vissé.

Enfin les vaccins sont une source d'intoxication au mercure car le principal conservateur du vaccin qui entre dans la composition de quasiment tous les vaccins s'appelle le thimérosal. Le thimérosal est un agent de conservation qui contient de l'éthylmercure et qui est utilisé comme additif dans les produits biologiques et les vaccins depuis les années 30 parce qu'il prévient efficacement la contamination bactérienne et fongique, en particulier dans les contenants multidoses. L'hydroxyde d'aluminium qui est le « vecteur du vaccin » entre également dans la composition des vaccins. On va donc retrouver principalement deux métaux toxiques, plus exactement un métal toxique léger (l'aluminium) et un métal lourd (le mercure).

Je ne suis pas ici pour débattre de l'intérêt des vaccinations, chacun décide selon ses convictions mais il faut quand même savoir qu'il y a encore trente ou quarante ans, nous n'avions que très peu de vaccinations. Aujourd'hui un enfant à moins de 2 ans a reçu de nombreux vaccins dans l'organisme et c'est l'accumulation qui peut un jour poser un problème.

Bien entendu, ce n'est pas le seul vaccin BCG qui peut être mis en cause. Toutefois, le Dr REYSER, un médecin allemand, a réalisé des travaux intéressants et s'est aperçu que 80 % des enfants autistes avaient déclenchés leur pathologie à l'âge de 6 mois. Or, que c'est-il passé de la naissance à 6 mois ? Principalement les vaccinations. Et dans de nombreux cas d'autisme, on retrouvera souvent l'aluminium et le mercure. Il est donc important d'en prendre conscience.

Certains antiseptiques peuvent également être à l'origine d'une intoxication : on se souvient tous du mercurochrome qui n'existe plus aujourd'hui sous sa forme initiale. La marque seule existe encore mais on ne vous vend plus aujourd'hui cet antiseptique.

Autre source possible : les incinérateurs d'ordures, il faut savoir selon un chiffre officiel que 34 tonnes de mercure ont été rejetées en 2002 dans l'atmosphère. Les personnes qui habitent à proximité d'un incinérateur seront souvent, très souvent touchées par le mercure.

Il faut préciser que la « distance de sécurité » (à un incinérateur) est extrêmement variable : on parle souvent d'une dizaine de kilomètres, mais il faudrait pouvoir tenir compte des vents dominants et de leur force.

Enfin, se posera également dans les années à venir, le problème de la crémation, parce que les personnes qui sont incinérées conservent leurs amalgames en bouche et que lorsque le mercure va fondre, il va se transformer en méthyl-mercure. Ce sont des vapeurs de mercure qui pourront être inhalées et venir directement se fixer au niveau du cerveau.

La Suède a décidé de rendre obligatoire le retrait de chaque dent portant un amalgame pour une personne qui va être incinérée

De plus, nous ne sommes pas tous égaux devant l'intoxication, heureusement ou malheureusement. Tout dépend également de l'immunité propre à chacun, de son histoire. Un choc psychologique peut entraîner une pathologie alors que pendant 10 ans ou 15 ans nous n'avions aucune réaction notable.

Je suis en train de dresser un portrait un peu noir des métaux lourds mais mon but n'est pas de provoquer un alarmisme catastrophique. Nous sommes tous ici intoxiqués par les métaux lourds.

Pourtant nous sommes tous à peu près en bonne santé dans cette salle. C'est seulement dans le cas d'une trop forte accumulation que le problème prend tout son poids.

Nous resterons intoxiqués toute notre vie, chacun de nous avale à peu près deux cuillères à café par jour de toxines diverses. Mais notre corps a bien heureusement la capacité à les éliminer en partie.

Le lieu de stockage du mercure dans le corps est principalement le système nerveux central, mais également le foie et les reins. Pour ceux qui sont sensibles à l'énergétique chinoise, il s'agit des deux organes maîtres du corps, de toute façon deux organes très importants.

Le problème posé par le mercure est qu'il va se loger dans les cellules les plus profondes du foie, et qu'il sera difficile de l'en déloger.

### ➤ **Les signes d'une intoxication au mercure**

La fatigue chronique : Il y a sans doute des thérapeutes ou des médecins dans la salle : combien de personnes viennent en séance dire « Je suis fatigué, je prends ma vitamine C, je prends mes jus de fruits, j'ai une alimentation saine mais je suis tout le temps fatigué »

On peut alors sans doute se poser la question de l'intoxication au mercure.

Les maux de tête : on connaît tous autour de nous des personnes qui souffrent de céphalées ou de migraines qui peuvent justement être dues à l'intoxication.

La dépression, la fibromyalgie, les problèmes hormonaux divers et l'irritabilité.

J'aurai pu également citer l'hyperactivité chez les enfants, ou encore l'insomnie.

Une expérience a été menée en Angleterre en 1980 au cours de laquelle on a posé des amalgames dentaires à 100 moutons : au bout d'une année, 60 % d'entre eux souffraient d'insuffisance rénale.

Vous pouvez tenter de vous rassurer en affirmant qu'aujourd'hui on ne pose plus d'amalgames dentaires, mais des composites. C'est vrai, on vous pose aujourd'hui des composites de la couleur de la dent mais on continue toujours à mettre des amalgames à base de mercure.

Pourquoi ? Parce que c'est une question de coût uniquement. Très facile à mettre en bouche, très malléable, il durcit relativement vite mais sa dangerosité est très importante pendant la première demi-heure après la pose de l'amalgame.

Si vous faites déposer vos amalgames, après cette conférence parce que vous ne voulez plus de mercure en bouche, faites très attention. Je conseille très souvent de ne rien faire du tout. Si vous allez bien, ne changez rien sauf si vous connaissez un dentiste qui utilise les protocoles indispensables pour éviter l'intoxication. Sinon, pour enlever votre amalgame il sera obligé de le fraiser. S'il est équipé de fraises qui ne coupent pas bien, le mercure va s'échauffer et se transformer en méthyle mercure que vous allez inhaler en le partageant avec votre dentiste qui va également s'intoxiquer.

La composition de l'amalgame dentaire telle qu'elle m'a été communiquée par des dentistes est la suivante : 50% de mercure, 30 % d'argent, 9% d'étain, 6% de cuivre, un peu de zinc, parfois un peu d'aluminium, en fonction des pâtes qui vont être utilisées.

### ➤ **L'antagoniste du mercure**

La nature ayant bien fait les choses, si l'on s'intoxique on dispose de la possibilité d'utiliser des antagonistes naturels : le sélénium qui est la première source anti-radicalaire et donc anti métaux lourds. Mangez régulièrement chez vous de l'ail, de l'oignon. Je sais que parfois l'ail est mal supporté mais vous pouvez éventuellement l'absorber en gélules gastro-résistantes. Vous n'aurez pas les reflux désagréables.

On peut citer également la vitamine A, la vitamine C, la vitamine E, la vitamine B, le calcium et la lécithine de soja.

Toutefois, il faut noter que dans le cas d'une intoxication au mercure dans l'organisme on constate souvent une carence en sélénium d'où l'importance d'en absorber tous les jours en apport.

#### Intervention du public :

*La noix de pécan ne contient pas de sélénium ?*

Elle peut en contenir un petit peu mais principalement beaucoup moins que dans les nutriments que je viens de vous citer

### ❖ **L'aluminium**

#### ➤ **Les sources :**

Les aspirines tamponnées : Elles sont utilisées par celles et ceux qui ont des problèmes de brûlures gastriques pour éviter justement l'agressivité et l'acidité. Ces aspirines tamponnées contiennent également des traces d'aluminium.

Les déodorants : tout le monde a entendu parler des composés à base de parabène. Il est évident qu'il faut y faire très attention mais ne pas oublier que les déodorants, notamment en

stick, contiennent de l'hydroxyde d'aluminium. Aujourd'hui de plus en plus de laboratoires proposent, notamment dans ce type de salon, des déodorants sans aluminium.

Les filtres de cigarette : Ils contiennent de l'aluminium qui vient s'ajouter aux autres toxiques contenus dans la fumée de la cigarette.

Le papier aluminium : ne pensez pas qu'il intoxique plus ou qu'il intoxique moins selon qu'on l'utilise en recto ou en verso ! Il s'agit simplement d'une question de polissage qui donne un aspect différent. Ca reste la même chose d'un côté comme de l'autre, donc attention aux cuissons des poissons en papillotes réalisées justement dans du « papier alu ». Lorsque vous couvrez vos sauces avec un papier aluminium, vous pouvez constater le lendemain matin l'oxydation de ce dernier.

La batterie de cuisine. Dans le temps on faisait bouillir la soupe dans des grandes marmites en aluminium. On en retrouve encore aujourd'hui bien que ce soit interdit, mais c'est beaucoup moins cher que de l'acier inoxydable

Et évidemment les vaccins, dont j'ai parlé auparavant, sous la forme de l'hydroxyde d'aluminium qui est le vecteur du vaccin. De plus en plus de laboratoires commencent à proposer des vaccins sans mercure et sans aluminium, Il s'agit là d'une avancée assez intéressante. Si on en parle peu c'est sans doute parce qu'on n'a jamais voulu reconnaître pendant toutes ces années la dangerosité de ces deux métaux. Le Canada a fait énormément de progrès sur ce sujet et on trouve aujourd'hui des vaccins BCG sans aluminium et sans mercure - renseignez vous auprès de votre médecin si vous voulez ou devez vous faire vacciner

### ➤ ***Quel est le rôle biologique de l'aluminium ?***

Il va stimuler et inhiber certaines enzymes, mais perturber l'assimilation (c'est-à-dire la pénétration intracellulaire) du phosphore, du zinc et du cuivre.

Cela signifie que dans le cas d'une intoxication à l'aluminium, on constate une carence en zinc parce que le zinc ne pénètre pas bien dans les cellules alors qu'il entre dans 300 réactions biochimiques du corps.

L'expression « être dézingué », que certains connaissent peut être, signifie être à côté de ses pompes. Le zinc est un élément extrêmement important pour une glande qui s'appelle l'hypophyse et qui régule tout le système endocrinien . Il s'agit d'une glande du système nerveux central qui émet les différentes hormones et qui se nourrit essentiellement de zinc.

La TSH (thyro Stimulating hormone) par exemple, est une hormone de communication entre l'hypophyse et la tyroïde.

Il est possible de détecter un manque ou une fuite de zinc par les petites tâches blanches que vous avez sur vos ongles. Vous « rezinguez » quelqu'un et les tâches blanches finissent par disparaître.

On retrouve beaucoup de zinc dans les abats mais cette nourriture disparaît de nos assiettes : nous nous orientons de plus en plus vers une supplémentation en zinc.

La carence en cuivre, qui est également un élément important car c'est un anti-infectieux, va dérégler tout le système minéral et des minéraux essentiels.

## ➤ ***Où l'aluminium va-t-il s'accumuler ?***

Ce sont les poumons principalement qui sont touchés, mais aussi le cerveau, le foie, la thyroïde qui sera toujours affectée par une intoxication à l'aluminium.

L'intoxication à l'aluminium peut provoquer des encéphalopathies ou encore des crises d'épilepsie.

Soyons clairs : cela ne veut pas dire que toutes les personnes qui font des crises d'épilepsies sont intoxiquées à l'aluminium. L'aluminium peut être un élément déclencheur ou un élément prépondérant dans ce type d'affections.

Certains psoriasis également sont dus à une intoxication à l'aluminium.

L'antagoniste de l'aluminium est le magnésium.

Vous comprenez que mon but est de travailler en amont et non en aval. L'aval c'est la pathologie qui s'exprime et on peut travailler sur la pathologie. Mais ce qui m'intéresse est de comprendre un petit peu quelles sont les causes, quelles sont les sources de l'intoxication et quelle est son expression pathologique.

## Le plomb

Mon intérêt porté aux métaux lourds est né justement d'une consultation avec une petite fille que j'ai accompagné pendant près de 3 ans et qui souffrait de dyslexie ainsi que de troubles psychomoteurs importants. Pendant 3 années j'ai essayé, par les différentes techniques dont je disposais, de faire en sorte qu'elle soit moins ou qu'elle ne soit plus dyslexique et qu'elle n'ai plus à souffrir de ces troubles différents troubles.

J'ai fini par découvrir que tous les symptômes dont cette petite fille souffrait étaient révélés par l'intoxication au plomb.

Son analyse de cheveux révélait qu'elle avait sept fois le seuil habituel de plomb dans l'organisme. Une analyse sanguine effectuée par son médecin a confirmé le résultat de l'analyse de cheveux. En moins de trois mois de temps, et après un protocole de détoxification effectué, les symptômes avaient quasiment tous disparus.

## ❖ ***Les origines de l'intoxication au plomb.***

Il y a évidemment les oxydes de plomb que l'on trouvait avant les années 70 dans toutes les peintures.

Malheureusement, ces peintures sont encore aujourd'hui présentes dans de nombreux HLM des quartiers défavorisés. Un rapport ministériel de 2003 annonçait que 10% des enfants âgés de 6 à 10 ans à Paris souffrent de saturnisme et le saturnisme est le résultat de l'intoxication au plomb.

L'eau du robinet. Il faut savoir qu'il faudra encore à peu près 50 ans pour déplomber le réseau d'eau dans Paris.

Les retombées atmosphériques : gaz d'échappement (6 grammes de plomb dans l'air pour 40 litres de super carburant) et rejets d'usines.

Les fertilisants industriels, la fumée de tabac également rejettent du plomb.

Lieu de stockage : dans le cerveau (souvenez-vous de la petite fille dont je vous parlais tout à l'heure), le foie, les reins, les muscles, mais également les os, les dents, la peau, les cheveux et le sang .

L'intoxication au plomb, peut se produire par voie digestive ou par voie respiratoire. C'est un neurotoxique, c'est un néphrotoxique, c'est un hyper tenseur et un anti-enzyme.

L'antagoniste du plomb, c'est le calcium.

Vous savez tous que le calcium est très important dans le développement du squelette. Dans le cas de saturnisme, on va vous donner essentiellement de la vitamine C. Les personnes qui habitent Paris ou la région parisienne, peuvent à titre préventif, manger régulièrement de la vitamine C, sous la forme d'acerola.

Un adulte peut prendre entre 2 et 3 grammes par jour sans aucun problème, un enfant un gramme par jour.

L'intoxication au plomb entraîne le blocage du calcium, mais également du magnésium, du zinc, du phosphore, du chrome et différentes vitamines, ainsi que certains acides aminés soufrés.

## L'arsenic

Une première information : les bonbons gélifiés que nos enfants consomment, contiennent en trace de l'arsenic. C'est un conservateur de certains bonbons, mais on en retrouve aussi dans les sirops et les confitures.

Donc faites très attention à ne pas leur donner trop de bonbons, qu'on connaît sous différentes marques, car l'arsenic peut intervenir dans de nombreuses pathologies cutanées.

L'arsenic est un poison violent, qui est interdit mais qu'on retrouve constamment - j'ai très souvent des personnes qui sont intoxiqués à l'arsenic.

Lieu d'accumulation de l'arsenic : la thyroïde, les os, mais également les cheveux, les ongles, la peau et le tube digestif.

C'est pour ça qu'on a retrouvé de l'arsenic dans les cheveux de Napoléon. On ne sait pas si c'était pour l'embaumer - parce qu'à l'époque on embaumait les gens à l'arsenic qui est un conservateur - ou s'il a été empoisonné à l'arsenic. Vous constaterez avec moi que Napoléon n'est pas mort hier et on a pu retrouver de l'arsenic dans ses cheveux de nombreuses années plus tard.

L'antagoniste de l'arsenic, c'est le sélénium.

Si vous devez retenir une chose aujourd'hui, c'est celle-là. Je vous l'ai dit tout à l'heure : l'ail et l'oignon. Mangez, prenez tous les jours ce type d'aliments. Vous pouvez les manger crus ou cuits

## Comment détecter la présence des métaux lourds ?

Il y a plusieurs analyses envisageables aujourd'hui :

- Il y a tout d'abord **la salive**. Cette analyse va uniquement nous indiquer le mercure qui provient des amalgames et que vous allez évidemment éliminer par la salive. Les acides, la chaleur ou le froid des produits que vous allez manger, vont déclencher une perte de mercure. Cet indicateur se limite uniquement au niveau buccal.

- **Le sang et les urines** : c'est une analyse qui sera remboursée par la Sécurité Sociale - pour détecter la présence de cuivre, d'aluminium et de plomb. La recherche de mercure n'est pas prise en charge.

- **Le cheveu** : c'est l'analyse que je pratique depuis sept ans. C'est un bon indicateur, très diversifié et il est surtout peu onéreux (environ 65 €) pour à peu près une trentaine de minéraux testés (toxiques et essentiels).

Revenons au cas d'Elina, la petite fille dont je vous ai parlé tout à l'heure. Vous pouvez constater en regardant l'analyse ci-dessous la présence d'une intoxication flagrante au plomb. Sur cette analyse, on dispose de la liste des minéraux testés, avec pour chacun d'eux, la norme en microgrammes en fonction de l'âge, du sexe, du poids et de la taille de la personne, et enfin un barre d'alerte (vert, jaune ou rouge). En regard du plomb, la norme est de 1 µ-gr. alors que la quantité détectée est de 7 µ-gr.

On constate également une légère intoxication au mercure, un peu d'étain, d'argent et de nickel. Ces métaux toxiques sont, pour l'essentiel, contenus dans les produits cosmétiques. On en trouve d'ailleurs rarement dans les analyses concernant les hommes.

Revenons à l'excès de plomb et regardons le taux de calcium décelé. Nous trouvons la confirmation de notre assertion : « L'antagoniste du plomb, c'est le calcium ». Elina n'assimilait absolument pas le calcium, et nous constatons qu'en effet, à un excès correspond une carence, tout simplement parce que si la cellule ne peut pas fixer le calcium, alors l'organisme va l'éliminer en partie. C'est pour cette raison qu'on va en retrouver dans l'analyse des cheveux.

On notera également une carence en sélénium, potassium et molybdène.

Vérifions maintenant les résultats après détoxication. Le taux de plomb est revenu à la norme, et bien entendu, le calcium pouvant être assimilé n'est plus éliminé par l'organisme mais bel et bien absorbé par les cellules.

## La détoxication

Concernant cette petite fille, je conseillais essentiellement de la chlorella. Et je me suis rendu compte cinq années après de déminéralisations importantes.

Pourquoi ? Parce que la chlorella est un excellent chélateur de métaux lourds, je ne le nierai aucunement. Par contre, elle peut provoquer une déminéralisation de l'individu. La chlorella ne peut différencier métaux nobles et métaux toxiques. Faites très attention en cas d'automédication, n'avez pas de la chlorella en énorme quantité en pensant que vous allez vous détoxifier et aller mieux.

Pour moi, les médecines douces n'existent pas. Dès que vous ingérez quelque chose, il y a réaction du corps. Cela veut dire qu'une plante que l'on peut considérer comme douce et non nocive au premier abord peut le devenir en doses importantes.

Intervention du public :  
*Quel est le maximum ?*

Le maximum dépend de chaque individu, et je ne veux pas vous donner une information trop générale. Mais si vous prenez 2 ou 3 comprimés par jour, la chlorella va avoir une action nutritive, nutritionnelle, et va vous apporter ses minéraux essentiels, ses vitamines, etc. mais elle n'aura pas une action de chélation.

Aux Etats-Unis, en Suisse où j'interviens souvent, certains vont jusqu'à 250, 300 comprimés par jour. Bien sûr, on les retrouve sans métaux lourds mais ils n'ont plus de métaux du tout !

Le principe naturopathique comporte trois étapes : il faut se détoxifier, il faut revitaliser, enfin il faut stabiliser.

Il existe différents moyen de chélation: j'utilise pour ma part des acides aminés essentiellement pour la détoxification, de l'humifultate, et en complément des patchs de drainage DRAINOTOX. Et on s'aperçoit que les personnes vont éliminer plus rapidement ces métaux lourds et les toxines diverses.

J'utilise en plus un draineur général, et également une recharge en sélénium et en minéraux adaptés à l'analyse de la personne. J'adapte un protocole individuel.. Les recettes toutes faites n'existent pas. Quand on effectue un drainage par exemple avec des acides aminés soufrés parce qu'ils ont une affinité particulière avec les métaux lourds, il faut re-minéraliser en même temps.

Intervention du public :  
*Il y a des laboratoires qui préconisent de prendre de l'ail de l'ours ?*

L'ail des ours est très intéressant puisqu'il est très riche en acides aminés soufrés. L'ail des ours est très riche en sélénium mais vous pouvez également prendre de la coriandre en teinture mère, certains laboratoires également le conseillent. Pourquoi ? Parce que la coriandre est un aliment intéressant pour le drainage rénal. C'est en même temps un re-minéralisant. Pour ma part, j'ai l'habitude maintenant depuis 5 ans d'utiliser certains protocoles avec des résultats très intéressants. Je conseille également le régime hypo toxique du Dr Jean Seignalet (l'alimentation ou la troisième médecine)

Le temps qui m'est imparti est écoulé et nous allons devoir libérer la salle de conférences. Permettez-moi de vous remercier pour votre attention.

Vous avez compris que ce sujet est complexe et que chaque cas est particulier. Si vous le souhaitez, vous pouvez me contacter pour une analyse de cheveux ou pour des conseils préalables par e-mail à l'adresse ci-dessous :

[ozevy@orange.fr](mailto:ozevy@orange.fr)

Merci encore à vous tous.