

La lettre mensuelle pour et par les fibromyalgiques

« Vous avez dit poisson d'Avril ? »

L'occasion était trop belle ! En ce 1^{er} avril, le soleil radieux, la température clémente, nous font déjà penser aux barbecues... légumes sur la plancha, crustacés et poissons sur le grill... On se régale. Et pourtant, crustacés et poissons sont en première ligne des produits intoxiqués...

Je reviens vers vous sur le volet intoxication car de nombreuses personnes m'interpellent à ce sujet : où et comment se soigner, d'où vient l'intoxication, existe-t-il un traitement naturel... Sans vous faire une nouvelle fois l'apologie de l'intoxication (relire la FIBRO'lettre de mars 2012 dans le dossier archives).

Ainsi, je choisis l'humour pour aborder une seconde fois de cet épineux dossier. Vous trouverez sur la 2^{ème} feuille quelques pistes, bien légères au regard de toute la documentation et des livres qui traitent du sujet. N'hésitez pas à compulser l'information pour être « un intoxiqué averti » !

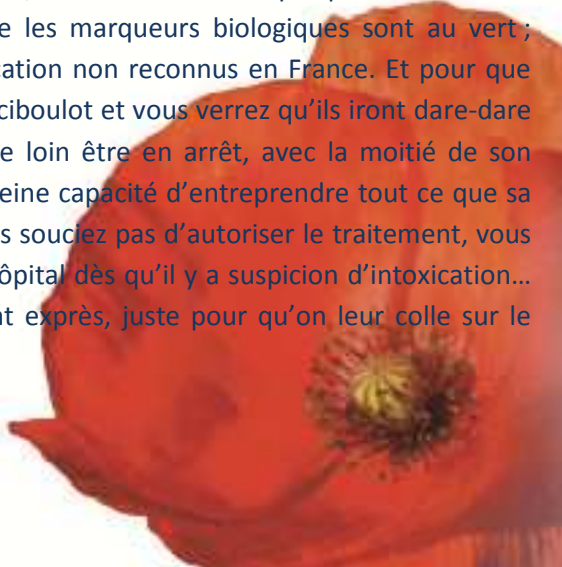
Joli bar... belle langouste... adieu coquillages et crustacés...

Intoxiqué au pyralène, au mercure, au PCB... Régulièrement, les actualités régionales, nationales, orales et écrites, présentent quelques sujets en la matière pour mettre en garde le pêcheur et le consommateur. Mais fait-on une analyse poussée des conséquences de ces produits en cas d'ingestion ? Des études existent, des alarmes sont tirées mais l'omerta de certains pèse lourd sur la santé d'autres. Et le ru, la rivière, le fleuve... endossent successivement l'étiquette « seuil dépassé » et « seuil revenu à la normale » sans que l'on ne se soucie si dame truite ou sieur barbeau, ont su éviter les vilains produits qui passaient par là. Et que dire de l'immensité des mers et océans ? **« J'arrête de manger poissons et crustacés ! »** Et que dire de l'eau ? Seulement 0.0001 % de l'eau terrestre est disponible et potable et que 0.3 % seulement est de l'eau douce utilisable par l'homme (source consoglob.com) ? Pourtant, encore trop de nitrates dans les eaux à l'évier ! **« J'arrête l'eau ! »** De ce pas, allons voir ce matin si la rose... Non, allons voir ce matin si nos charmantes poules ce matin nous livrent de jolis œufs... non loin de cette grosse usine d'incinération qu'une femme d'élue ne voulait surtout pas voir près de sa commune. « Mais Monsieur, vous n'imaginez pas ! Et mon jardin ? » dit-elle, en aparté, à un villageois lors d'une réunion publique vantant l'innocuité de la future entreprise, indispensable sur le département. Et c'est ainsi que la belle et grande usine s'est construite... bien loin de chez elle, et bien près du villageois... arrosant à coups de bons courant d'air les quelques villages voisins, d'où la population n'avait plus qu'à se taire... et consommer ses légumes, volailles ... intoxiqués. **« J'arrête les légumes de mon jardin, et aussi les volailles, œufs... ! »**. Restons vigilant soit... mais n'oublions pas que les métaux lourds existent à l'état naturel.

On aimerait juste que certaines politiques prennent des décisions, et tant qu'à faire les bonnes ! On aimerait voir que des entreprises responsables, pour lesquelles « anticipation » et « principe de précaution » ont une signification. **Juste pour éviter que certains subissent leur vie plutôt que la vivre !** Et tant qu'à faire, si le monde médical s'y mettait ! Ouverture oui, mais ouverture d'esprit pour les malades qui se plaignent de maux et qu'on peine à croire, lorsque les marqueurs biologiques sont au vert ; ouverture des frontières pour les traitements de désintoxication non reconnus en France. Et pour que cesse enfin les phrases assassines. Soignez-les ces givrés du ciboulot et vous verrez qu'ils iront dare-dare au boulot ! Qui pourrait croire qu'une personne préfère de loin être en arrêt, avec la moitié de son salaire, cloîtrée à son domicile, plutôt qu'au travail, et en pleine capacité d'entreprendre tout ce que sa tête et son porte-monnaie lui permettent ? Vous qui ne vous souciez pas d'autoriser le traitement, vous qui ne mettez pas en place un dépistage systématique en hôpital dès qu'il y a suspicion d'intoxication... croyez-vous réellement que toutes ces personnes le fassent exprès, juste pour qu'on leur colle sur le front l'étiquette « malade du ciboulot ». Soyons sérieux !

En cette période électorale, je ne vois aucune piste poindre !

Il va falloir se battre à d'autres niveaux !



« Ce n'est pas le chemin qui est difficile, c'est le difficile qui est le chemin » Soren Kirkegaard

Les 2/3 de l'eau douce sont contenus dans les glaciers. Le reste est dans les glaces et les nappes phréatiques.

En France, trop de nitrates dans l'eau, provenant à 66 % de l'agriculture, à 22 % des rejets des collectivités et à 12 % de l'industrie. Source consoglobe.com

Printemps et allergies... en plein boum ! « Près de 30 % de la population française est désormais concernée par ce phénomène contre 10 % en 1980. » enviedepius.com - déc 2010

Fluor pour les caries, un mythe à revoir

Une méta-analyse de l'intérêt de la supplémentation fluorée chez les enfants a révélé des résultats très contrastés. Si aucun bénéfice sur les dents de lait n'a été constaté, il est fait état d'une diminution d'environ 24 % des caries sur les dents définitives. Mais surtout, l'étude met en avant le risque potentiel d'intoxication par un excès de fluor dont les signes les plus fréquents sont une hypersalivation, une altération du goût, une détérioration de l'émail dentaire et des douleurs gastriques...

S. Tubert-Jeannin, C. Auclair et coll., publié en ligne sur The Cochrane Library, 7 décembre 2011.

Pour ma part, j'en ai pris en ceinture de ma fille et lui en ai donné sur les conseils du médecin... Des tâches noires sur ses dents et les miennes en guise de résultat... signe que ce n'était pas très bon. Le dentiste me disait que c'était certainement le thé ! Si peu de préoccupations est incroyable !

« Grâce à la chimie, les œufs ne collent plus à la poêle, les aisselles restent toujours fraîches et les 4x4 montent à 100km/h en six secondes. Mais ce confort à un prix : **les produits chimiques qui envahissent notre vie** – des toxines que l'on connaît bien aux nouveaux composés dont on ignore les effets – **s'accumulent dans notre corps** et y restent parfois des années... » National geographic - janvier 2007

Toujours vrai en 2012 !

60 Millions consommateurs
Juillet 2009 **Où en est-on ?**

● L'antibio des abeilles

Grâce à un antibiotique, la fumagiline, une équipe espagnole vient pour la première fois de guérir deux colonies d'abeilles infestées par le parasite *Nosema ceranae* – responsable de la nosérose, l'une des maladies qui déciment les ruches.

Colorer ses cheveux est un choix... mais sans ammoniaque !
« Pourtant les colorations bio sont moins efficaces car les teintures capillaires ne contiennent pas de fixateurs. Ce sont eux, d'origine chimique, qui font pénétrer les pigments dans les cheveux. » Je suis dépitée... **Que faire ?**

Dans le coma après une coloration

Depuis novembre dernier, une femme de 38 ans originaire du West Yorkshire, en Angleterre, est dans le coma après avoir utilisé une coloration capillaire L'Oréal. Les médecins qui l'ont prise en charge craignent que son état ne puisse s'améliorer et qu'elle garde des séquelles cérébrales si elle sort un jour du coma. Sur l'origine du problème, les médecins n'ont aucun doute et pointent le P-phénylènediamine (PPD) : ce n'est pas la première fois que ce composant est tenu responsable de violentes réactions allergiques. Il reste pourtant présent dans toutes les colorations chimiques. L'Institut national de recherche et sécurité (INRS) souligne que le PPD est connu pour entraîner des irritations cutanées, favoriser l'eczéma, des détresses respiratoires et des chocs anaphylactiques. Une raison de plus d'opter pour des colorations 100 % naturelles. ●

Principes de Santé - Le journal de la médecine naturelle



Février 2012

Janvier 2012

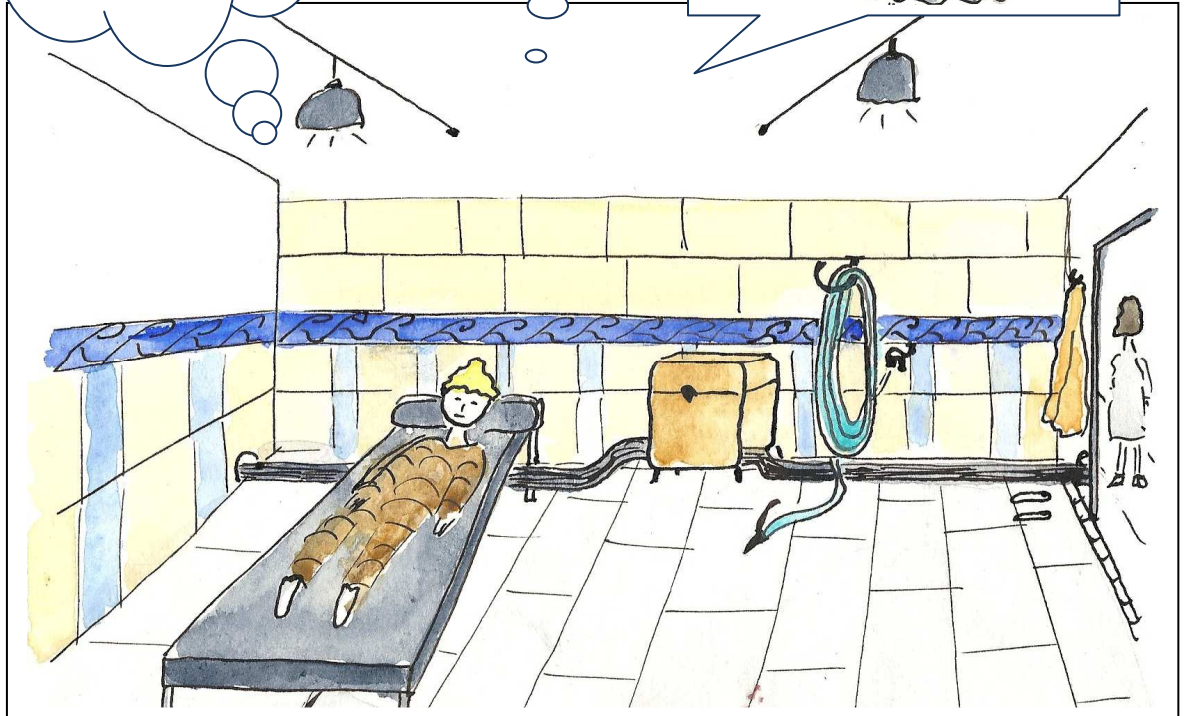
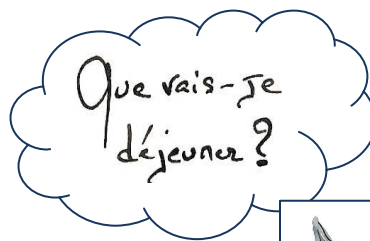


Je pars dans quelques semaines en cure... et je rêve déjà de la boue à 45° qui réchauffe mon corps et lui fait oublier la douleur... des bains bouillonnants qui me titillent le visage... gloop ! et du temps clément plus au sud ; pour moi, mieux vaut la chaleur à la fraîcheur...

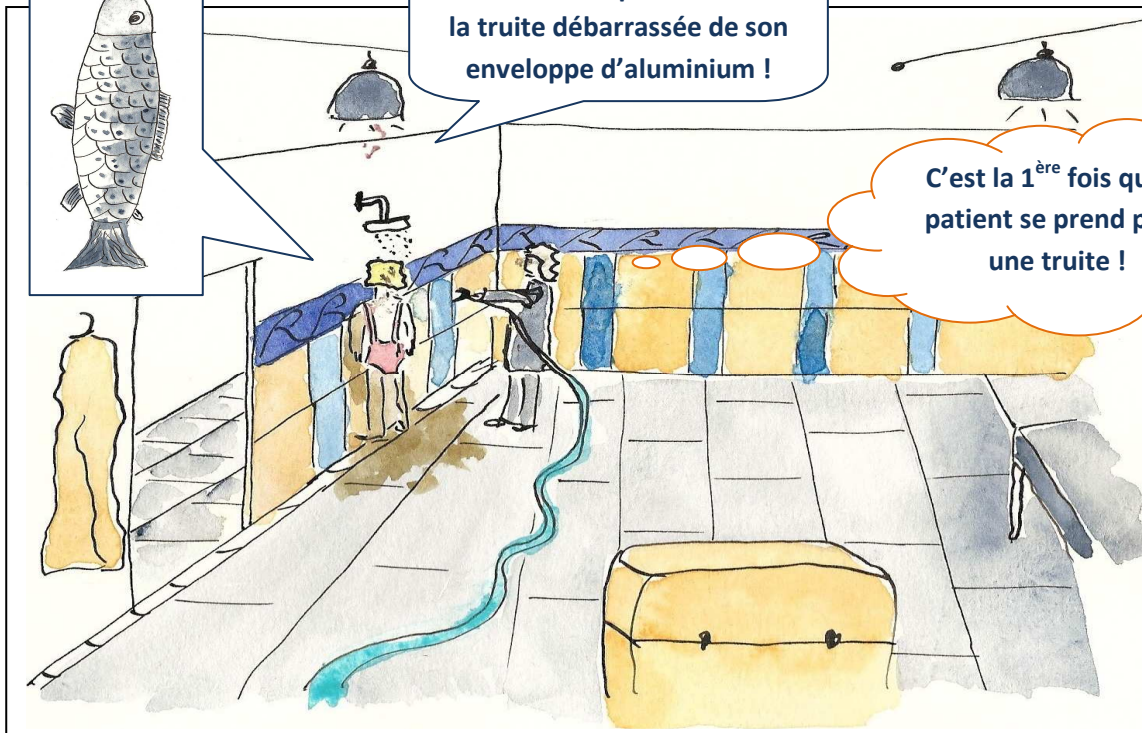
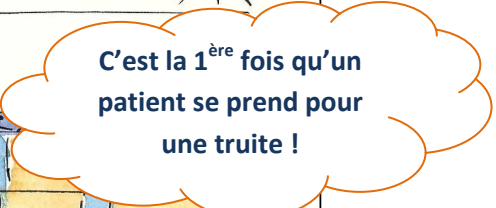
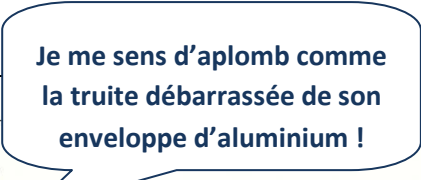
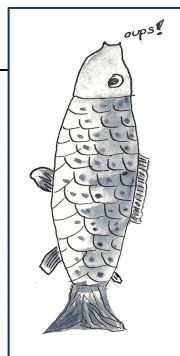
La cure, sous le prisme de l'humour !

Gertrude, la FIBRO !

1^{er} avril... poisson d'avril... et cure en prime !



Quoi de plus normal... recouverte de boue, telle une papillote... que d'imaginer manger un téléostéen... en papillote, justement !



De la boue... à la truite... il n'y a peut-être qu'un pas... sauf que cette boue là est 100 % naturelle... et que le poisson est loin de baigner dans une eau 100 % pure !