

ENTRETENIR SON TERRAIN : La meilleure assurance SANTÉ



« Le microbe n'est rien, le terrain est tout », affirmait Claude Bernard. S'opposant ainsi à la théorie de Pasteur, le père de la vaccination, pour qui la cause de la maladie est extérieure.

Si nous sommes bien confrontés à des germes pathogènes, la maladie est surtout due à un facteur INTERNE. Et elle nous invite à nous occuper de notre biochimie corporelle, aujourd'hui mise en danger par le risque d'ACIDOSE et par les perturbateurs endocriniens.

Le terrain est une notion capitale. Notre corps lutte quotidiennement afin de préserver notre TERRAIN et maintenir l'équilibre nécessaire à la bonne santé de nos cellules. Il neutralise et élimine vers l'extérieur les nombreuses toxines grâce aux organes émonctoires que sont le foie les reins, les intestins, la peau, les poumons.

Si le terrain d'une personne est sain, l'organisme aura suffisamment de vitalité pour ne pas être affecté par les virus ou les microbes. En revanche, si ce même terrain est encrassé par un mode de vie malsain et a beaucoup de déchets à éliminer, il ne sera pas en mesure de réagir de manière adéquate.

L'équilibre acido-basique :

Un des équilibres essentiels à maintenir est celui des paramètres acido-basiques qui caractérisent notre terrain. Ce dernier ne tolère que de très petits écarts par rapport à cet équilibre et, s'ils surviennent, ils peuvent provoquer de graves troubles de santé.

Dans notre civilisation moderne, la tendance à l'acidification est générale. Le mode de vie actuel, le stress, les pensées négatives, l'agressivité, la suralimentation et les excès de toutes sortes, ainsi que l'alimentation industrielle, entraînent une acidose tissulaire et favorisent l'acidification globale de l'organisme.

L'hyperacidité de l'organisme est l'une des causes principales de la plupart des maladies métaboliques qui vont d'une baisse des défenses immunitaires, aux rhumatismes, problèmes ORL, sans oublier les tendinites à répétition.

On comprend aisément que, après des années d'excès d'acidité, la déminéralisation s'installe et que des troubles comme l'arthrose, l'ostéoporose ou des caries dentaires se manifestent.

En rétablissant l'équilibre acido-basique, on peut freiner la déminéralisation et la

progression de ces troubles.

La prise de certains produits naturels alcalinisants peut considérablement accélérer le processus, et les résultats sur le bien-être et l'amélioration de la santé seront très rapidement ressentis.

Il est un très bon produit qui neutralise l'excès d'acidité ainsi que les perturbateurs endocriniens. Vous le trouverez au laboratoire LE STUM. C'est un excellent produit. Je vous le recommande. Il s'appelle « Equilibre Acido-basique ».

Voici comment améliorer son terrain :

- En diminuant l'apport d'aliments acidifiants : abats et viandes, céréales et farines blanches, charcuterie, sucreries, pâtisserie, pain blanc.
- En augmentant la consommation d'aliments crus.
- En augmentant l'apport d'aliments alcalins : la plupart des fruits et légumes sauf les oranges, les airelles, les asperges, l'oseille, la rhubarbe.
- Par des exercices de respiration, promenade en forêt ou en montagne.
- Par des exercices harmonisants et sportifs.
- En évitant au maximum les perturbateurs endocriniens (phtalates : emballages, pellicules de plastique ou d'aluminium, tickets de caisse...) (Bisphénol A : ustensiles de cuisine et emballages alimentaires, biberons et autres produits en plastique, boîtes de conserve et cannettes en aluminium)

Louis WAN DER HEYOTEN

Ce jour, vendredi 9 octobre 2020 à 17h10

Que le Dieu de la Santé veille sur vous !