



Info Pack - Nutrition pour lutter contre l'intoxication par le plomb et la détoxification des métaux lourds

Par Elizabeth O'Brien, Groupe LEAD (Lead Education and Abatement Design) (organisme de protection de l'environnement) www.lead.org.au, Gestionnaire, Lead Safe World Project (LSWP), www.leadsafeworld.com, Fondateur, Volcano Art Prize (VAP)

www.volcanoartprize.com

(Converti en Français par Orlando Aguirre-López)

The “standard” Vitamins and Minerals that are important “for lead detox” are: Vit C (a natural chelator), Vit D, iron (best as food), calcium, zinc, magnesium, and phosphorus. Recently, a new article also found an association between higher dietary zinc, calcium and nickel and lower blood lead levels in Children. See **“Dietary zinc, calcium and nickel are associated with lower childhood blood lead levels”** (Gulson et al, online October 2018) at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0013935118305620>

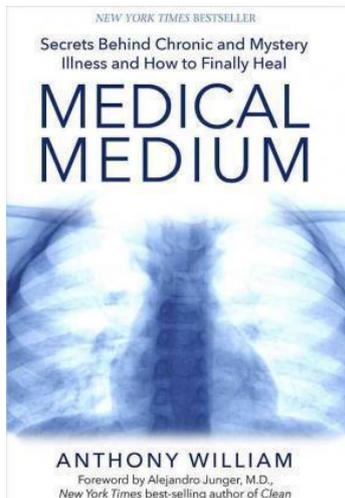
Les vitamines et minéraux «essentiels» qui jouent un rôle «important dans la détoxification au plomb» sont les suivants: Vit C (un chélateur naturel), Vit D, fer (meilleur comme un aliment), calcium, zinc, magnésium et phosphore. Récemment, un nouvel article a également révélé une association entre une teneur élevée en zinc, en calcium et en nickel dans l'alimentation et une baisse des taux de plomb dans le sang chez les enfants. Voir: **“Le zinc, le calcium et le nickel alimentaires sont associés à des concentrations plus faibles de plomb dans le sang chez les enfants »**

" (Gulson et al, en ligne, octobre 2018) en :

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0013935118305620>



J'ai récemment lu le livre d'Anthony William intitulé "Médium médical: les secrets de la maladie chronique et mystérieuse et de la guérison définitive", car un client l'avait recommandé aux personnes souhaitant désintoxiquer leurs métaux lourds. (Couverture à gauche)



S'il vous plaît, trouver ci-dessous un texte pertinent tiré des pages photographiées dans le livre:

"ENLEVER LES MÉTAUX LOURDS ET TOXIQUES DE VOTRE INTESTIN » [page 242]

À notre époque, il est pratiquement impossible de ne pas prendre une certaine quantité de métaux lourds toxiques, tels que le mercure, l'aluminium, le cuivre, le cadmium, le nickel et le plomb. Ces métaux lourds s'accumulent souvent dans le foie, la vésicule biliaire et / ou les intestins. Puisque les métaux lourds ont tendance à être plus lourds que l'eau qui se trouve dans votre système digestif et votre sang, ils s'enfoncent dans le tractus intestinal - tout comme l'or se dépose au fond du lit d'une rivière.

« Les métaux lourds toxiques sont toxiques et s'ils commencent à s'oxyder, leurs écoulements chimiques muteront et endommageront les cellules à proximité. Cependant, le plus gros problème avec les métaux lourds est qu'ils sont le principal aliment des mauvaises bactéries, virus, mauvais champignons, parasites et vers...

Une fois que les agents pathogènes que j'ai mentionnés ci-dessus se sont installés, ils libèrent des poisons dans votre intestin via les neurotoxines qu'ils produisent et indirectement via leurs déchets et leurs cadavres toxiques. C'est ainsi que la plupart des gens développent des maladies et des troubles tels que le SCI, la maladie de Crohn (une inflammation du tractus gastro-intestinal) et la colite (une inflammation du côlon - qui est typiquement une infection chronique du virus du zona décrite au chapitre 11 couplé avec la bactérie Streptocoque).

Au microscope, ces sous-produits de matière virale morte et de castings viraux ressemblent souvent à une activité parasitaire. Cela rejette de nombreuses analyses d'échantillons de selles et donne lieu à de nombreux diagnostics erronés, ce qui signifie que c'est souvent une erreur de diagnostiquer un parasite. C'est une énorme confusion dans la santé de l'intestin aujourd'hui.

Le livre d'Anthony William décrit ensuite les aliments pour la désintoxication des métaux lourds. Il a également publié un autre ouvrage intitulé "**Médium médical: des**



aliments qui changent la vie'', qui décrit la désintoxication des métaux lourds comme le résultat de la consommation de la plupart des 50 aliments identifiés. En guise de dégustateur au cas où vous ne seriez pas sûr d'acheter «**Médium médical: des aliments qui changent la vie**», j'ai également sélectionné environ 35 affections qui, selon Anthony William, seront aidées en mangeant ses 50 aliments qui changent la vie énumère des centaines de conditions et de symptômes - et inclut les aliments qu'il recommande pour la désintoxication des métaux lourds, dans un tableau. S'il vous plaît, contactez-moi si vous souhaitez une copie.

Et en lisant un troisième livre publié récemment, intitulé: «**Médium médical: guérison de la thyroïde**», qui comprend un régime de désintoxication aux métaux lourds de 30 jours, j'ai effectué un test de plombémie avant et pendant le traitement suivant principalement des fruits et des légumes crus, de préférence biologiques, et un délicieux smoothie aux bleuets sauvages et à la coriandre chaque jour), et que le niveau de plomb dans le sang ait commencé à baisser ! Ma plombémie est passée de 3,1 microgrammes par décilitre (ug / dL) le 9 février 2018 à 2,7 ug / dL (une baisse de 0,4 ug / dL ou une diminution de 10%) le 19 avril 2018 - une période de 69 jours ou presque le tiers du troisième cycle du régime de désintoxication aux métaux lourds de 30 jours.

Parce que je suis ménopausée et que les femmes ménopausées ont généralement un taux de plomb dans le sang QUI MONTE (en raison du lessivage de la déminéralisation osseuse du plomb stocké dans les os), j'ai décidé de poursuivre le régime de désintoxication en métaux lourds d'Anthony William test sanguin de plomb environ deux à trois mois jusqu'à ce que le niveau de plomb dans le sang atteigne le niveau cible recommandé par le groupe LEAD, inférieur à 1,0 µg / dL. Au taux de chute actuel, mon taux de plomb dans le sang pourrait atteindre le niveau cible d'ici le 24 février 2019! Je suppose qu'il est logique qu'il faudrait plus d'un an pour désintoxiquer plus de 60 ans de consommation de plomb!!

Je mettrai à jour ce Pack d'Informations, alors restez en contact! Je peux également mettre à jour la liste des aliments contenant du plomb Detox du groupe LEAD, disponibles auprès de www.medicalmedium.com et si mon taux de perte de sang continue de baisser (alors que le taux devrait augmenter), la lecture de ces trois livres peut devenir ma seule recommandation. Entre-temps, si plus de personnes de différents âges testent leur plombémie, testez le régime de désintoxication aux métaux lourds sur 30 jours (ou tout autre régime susceptible de réduire votre plomb sanguin) et testez à nouveau leur plombémie, puis cette recommandation peut être faite avant le mois de février prochain !



À partir du site Web Médium Médical, vous pouvez télécharger gratuitement (si vous vous inscrivez pour recevoir les bulletins électroniques) "Rapport spécial: Les 10 meilleurs aliments de guérison" d'Anthony William et six des dix aliments (céleri, bleuets sauvages, coriandre, chou, ail et feuilles vertes), cite-t-il dans ses livres comme étant des aliments de désintoxication en métaux lourds. Donc, lire le rapport spécial et manger les super aliments serait un bon début pour votre voyage de désintoxication de métaux lourds. Si vous décidez de désintoxiquer le plomb en utilisant de la nourriture, veuillez nous envoyer vos résultats avant et après, afin que nous puissions commencer une science citoyenne par le biais de notre « Défi de la Plombémie »

(regardez la page en bas, s'il vous plaît)

Une liste utile des aliments contenant de la détox au plomb de l'ancienne version de ce Pack d'Informations est en ligne à l'adresse :

[http://www.leadsafeworld.com/solutions/foods-for-lead-detox/;](http://www.leadsafeworld.com/solutions/foods-for-lead-detox/)
[http://www.lead.org.au/fs/fst86.html;](http://www.lead.org.au/fs/fst86.html) and
<http://www.lead.org.au/fs/Foods for Lead Detox A-Z 20150214.pdf>

Si les résultats de la plombémie montrent un signe "moins de" (<), ils sont alors inférieurs à la limite de détection de ce laboratoire. En cas de plombémie dépassant la limite de détection - 1 ou 2 microgrammes par décilitre (1 ou 2 µg / dL mais, dans certains laboratoires, même inférieure), ou supérieure à 1 µg / dL, nous recommandons une approche à deux volets:

1. Identifiez la ou les sources principales et retirez la personne de la ou des sources ou de la ou des sources de leur environnement. et
2. Installez une intervention nutritionnelle en suivant les conseils de ce Dossier d'Information.

Si un membre de votre famille a une plombémie supérieure à 5 µg / dL, le ministère de la Santé doit intervenir et envoyer son propre auditeur principal (sans frais pour vous) à votre domicile. S'ils n'envoient pas quelqu'un, achetez l'un de nos kits de test de sonde d'analyse de laboratoire DIY- échantillonnage :

(voir : <http://www.leadsafeworld.com/solutions/lead-group-diy-sampling-lab-analysis-lead-test-kits/>) est votre meilleure option, car les échantillons sont collectés par vous mais envoyés à un laboratoire pour analyse. rapport est inclus dans le prix du kit). Vous pouvez tester le plomb dans votre eau de boisson à l'aide de 2 récipients d'échantillons du kit complet de 8 échantillons ou, si vous souhaitez uniquement tester le plomb dans de l'eau potable, vous pouvez simplement acheter le kit d'eau à 2 échantillons. Si un enfant ou un adulte a un taux de plomb sanguin supérieur à la limite



de détection, vous devez utiliser le kit complet. Vous pouvez même demander à un professionnel d'utiliser le kit pour collecter les échantillons.

La voie d'exposition la plus courante à l'intoxication par le plomb chez vos enfants est l'ingestion (par les doigts ou des objets pénétrant dans la bouche) de la poussière ou du sol. Par conséquent, la poussière doit effacer les échantillons et les échantillons de sol des zones de la maison et du jardin accessibles à l'enfant / sont les meilleurs échantillons pour tester le plomb. Mais chez les adultes, la voie d'exposition la plus courante (à l'exclusion des médicaments contaminés par le plomb, les boissons, les aliments ou les produits cosmétiques) est l'inhalation - le plus souvent lors d'activités de rénovation ou de démolition dans des bâtiments anciens, mais également lors de nombreux scénarios d'exposition professionnelle ou de loisir. Vous devez passer en revue toutes les sources et voies d'intoxication au plomb que nous avons réussi à répertorier (il n'inclut en aucun cas TOUTES les sources de plomb car de nouvelles sources sont créées) au <http://www.lead.org.au/lasn/lasn006.html> avant de déterminer ce qu'il faut tester (si quoi que ce soit nécessite un test une fois que vous avez obtenu le résultat de tests sanguins).

ET :

Notre ancien pack d'informations 23 sur "**La nutrition pour lutter contre l'empoisonnement au plomb**" est en ligne! Pour la lettre d'information complète sur le sujet (y compris les liens vers toutes les références), veuillez consulter:

A. LEAD Action News Vol 10 No 2 (LANv1on2) **Alimentation, nutrition et absorption du plomb** - Bulletin contenant des articles sur le végétarisme et la nutrition pour lutter contre l'intoxication par le plomb (avec toutes les références):
[http://www.lead.org.au/lanv1on2/LEAD Action News vol 10 no 2.pdf](http://www.lead.org.au/lanv1on2/LEAD_Action_News_vol_10_no_2.pdf)

B. Fiche d'information: Éléments nutritifs qui réduisent l'intoxication au plomb (résumé de l'article susmentionné du bulletin) :
[http://www.lead.org.au/fs/Fact sheet-Nutrients that reduce lead poisoning June 2010.pdf](http://www.lead.org.au/fs/Fact_sheet-Nutrients_that_reduce_lead_poisoning_June_2010.pdf)

Il existe des informations de base sur la nutrition dans:

[https://www.lead.org.au/fs/lead safe/Lead Your Health & the Environment-English.pdf](https://www.lead.org.au/fs/lead_safe/Lead_Your_Health_&_the_Environment-English.pdf) par le NSW EPA (Environment Protection Authority, selon les initiales anglaises) contient des informations nutritionnelles de base dans _, ainsi que des conseils nutritionnels détaillés dans <http://www2.epa.gov/sites/production/files/documents/nutrition.pdf> par l'US EPA.

A more recent addition to this Info Pack, is "Garlic Beats Drug in Detoxifying Lead Safely From Body" at <http://www.greenmedinfo.com/blog/garlic-beats-drug-detoxifying-lead-safely-body-1> and you can follow the link on that page, to



[Natural Agents for Lead Poisoning](#) for more info on garlic (and sauna) and other natural agents for the treatment of lead poisoning.

Un ajout plus récent à cet ensemble d'informations, intitulé "**Ail Beats, drogue dans Détoxification du plomb sans danger du corps**" au <http://www.greenmedinfo.com/blog/garlic-beats-drug-detoxifying-lead-safely-body-1> et vous pouvez suivre le lien sur cette page, au [Natural Agents for Lead Poisoning](#) pour plus d'informations sur l'ail (et le sauna) et d'autres agents naturels pour le traitement de l'intoxication au plomb.

L'ail tous les jours pour le reste de votre vie est un excellent antidote à la direction que vous avez prise chaque jour où vous étiez en vie à l'époque de l'essence au plomb (de 1935 à 2002 en Australie). Aux États-Unis, on estime que 1 personne sur 10 en vie au cours de l'ère de l'essence au plomb (1921 à 1995 aux États-Unis) verra sa vie abrégée par le plomb (principalement par crise cardiaque ou accident vasculaire cérébral). L'impact le plus préoccupant sur la santé de l'exposition au plomb chez l'homme est que le plomb augmente votre pression sanguine. Les personnes hypertendues devraient notamment avoir pour objectif d'éviter complètement toute exposition supplémentaire au plomb et de retirer le plomb de leur corps afin de vivre plus longtemps et en meilleure santé.



anthony
power
nutrition

nutritional advice for life

Les pages axées sur la nutrition dans notre nouvelle [Lead Safe World website](#) publication incluent :

[Répondez au questionnaire du nutritionniste Anthony Power sur les métaux lourds et autres substances toxiques dans votre corps.](#)

Anthony Power Nutrition - situé à Hawthorne, à Brisbane, Queensland 4171 Australie.

La grande force d'Anthony réside dans le fait qu'il passe du temps de qualité avec ses patients pour comprendre pourquoi ils ne vont pas bien. Il a beaucoup d'expérience à aider les patients atteints de maladies difficiles à traiter à découvrir la cause première de leur maladie. Il priorisera les tests et les modifications à mettre en œuvre immédiatement et planifiera ceux qui peuvent être effectués à une date ultérieure.