

Lettre Mars 2013

La « Detox » : mode ou nécessité ?

Bientôt le printemps, saison du « grand nettoyage ». Si les premiers beaux jours sont le moment d'ouvrir les fenêtres en grand et nettoyer notre maison des toutes les poussières accumulées pendant l'hiver, en est-il de même pour l'organisme ?

L'hiver, on est plus casanier, moins actif, on est attiré par des plats plus riches et nous avons moins de fruits et légumes à notre disposition. De ce fait, notre organisme a tendance à s'engrasser, et le froid humide ne peut qu'aggraver cette tendance à la « sycose ».

Alors oui, un travail sur les émonctoires à l'entrée du printemps ne peut qu'être favorable et permettre de nettoyer notre organisme de toutes les toxines accumulées pendant l'hiver.

Diète au menu !

Avant de drainer, il faut mettre le système digestif au repos et arrêter de l'engrasser. Pour cela, rien ne vaut les diètes.

L'hiver, on privilégie les diètes aux légumes et l'été les diètes aux fruits. Au printemps, cela va dépendre du terrain de votre patient et de sa vitalité. Chez un psorique, engrassé, mais sanguin, les diètes aux fruits peuvent être proposées, en particulier avec l'arrivée des fraises.

Mais dans tous les cas, si le patient l'accepte, les diètes aux jus de légumes sont souvent la meilleure solution. Des jus maison grâce à une centrifugeuse ou un extracteur de jus, ou bien achetés en magasin de diététique (comme le fameux jus de légumes Breuss), toutes les solutions sont bonnes.

On privilégiera une diète aux légumes cuits (soupe) chez les personnes frileuses et déminéralisées.

Le rythme dépend de la motivation et surtout des besoins de chaque personne.

De 1 jour par semaine à 7 jours de suite. Cela dépend de votre pratique et de votre patient.

L'Aloe Vera, en priorité

Quantavera reste pour nous la plante de référence. Il stimule les émonctoires tout en agissant sur l'intestin. Comme il draine en même temps qu'il reminéralise, il reste la priorité pour une cure « **Detox** » efficace et bien tolérée.

Quantavera est un **jus d'Aloe Vera pur à 99,8 %**.

Il s'utilise à raison d'un bouchon de 20 ml matin et soir dans un peu d'eau avant les repas.

Suivant les personnes, on proposera une cure de 1 à 3 bouteilles.

Quantadraine : l'alter ego de *Quantavera*

Quantadraine par sa formule complète et sa teneur en plantes est un dépuratif plus puissant que l'**Aloe Vera**. Il n'agit pas sur l'intestin, mais a un tropisme pour le foie, le rein et la peau.

C'est cette puissance d'action qui nous amène à être prudents dans son utilisation. Si l'organisme est trop engrassé, commencer par *Quantadraine* peut entraîner des nausées et des éliminations excessives au niveau de la peau.

Quantadraine suit donc très bien *Quantavera* dont il complète et amplifie l'action.

On proposera donc souvent 1 boîte de *Quantadraine* après 1 flacon de *Quantavera* à raison de 2 gélules le matin.

Dans les cas difficiles, pensez à *Quantakel*

Quantakel est avant tout connu et utilisé comme chélateur des métaux lourds. Mais c'est aussi un bon dépuratif quand il s'agit d'éliminer différents toxiques et en particulier tous les xénobiotiques.

Son effet est d'ailleurs plus rapide et plus évident cliniquement dans cette indication que dans l'intoxication aux métaux lourds où il a besoin de 6 à 12 mois pour être suffisamment efficace.

Si votre patient a passé un mauvais hiver, s'il a pris plusieurs antibiotiques ou s'il présente un encrassement important à cause d'une hygiène de vie pas assez attentive, pensez à ajouter une cure de 3 mois de *Quantakel* à raison de 2 gélules au coucher.



Ne pas oublier l'intestin

Une détoxification efficace ne peut se passer d'un travail sur l'intestin et sa flore.

C'est pourquoi certains thérapeutes proposent une hydrothérapie du colon dans le cadre d'une cure « **Detox** ».

Sans aller nécessairement jusque-là, c'est une des raisons de l'utilisation de l'**Aloe Vera** qui est particulièrement actif sur le tube digestif.

Mais il est également indispensable de **refaire la flore intestinale** lorsqu'on veut vraiment régénérer l'organisme dans cette période de transition entre l'hiver et le printemps.

Nous vous suggérons l'association maintenant classique :

- *Quanta flore* : 2 gélules le matin les jours pairs
- *Quantaphylle* : 2 gélules le matin les jours impairs

Pendant que *Quanta flore* aide à rééquilibrer la flore intestinale, **la chlorophylle participe à la fois à la détoxification (absorption des gaz et toxines digestifs)**, mais aussi à la santé de la muqueuse intestinale.

Vous savez qu'il n'existe pas une seule façon d'organiser une cure « **Detox** » pour votre patient et qu'elle va dépendre de sa santé, de l'état de ses émonctoires et de vos habitudes.

Voici un protocole simple pour les patients qui ne présentent pas de difficulté particulière.



Notre cure « **détox** » sur 2 mois

- *Quantavera* : 1 bouchon matin et soir le 1^{er} mois
- *Quantadraine* : 2 gélules le matin avant le repas le 2^{ème} mois et pendant ces 2 mois :
 - *Quanta flore* : 2 gélules le matin les jours pairs
 - *Quantaphylle* : 2 gélules le matin les jours impairs



Le printemps est une période délicate pour les patients fragiles. C'est la saison où l'on voit le plus de décompensations cardiovasculaires, où les allergies vont apparaître et où les spasmophiles vont ressentir un plus grand déséquilibre.

Une cure « **Detox** » peut aider tous ces patients à mieux traverser cette période d'équinoxe et arriver en pleine forme à la belle saison.

Avec mes plus Cordiales Salutations.
Nicola Frassanito