

# Le Nettoyage Ultime

par Walter Last

La plupart des maladies sont causées ou aidées par des microbes et des parasites. En raison des antibiotiques, des médicaments stéroïdiens et de la chimiothérapie, nos bactéries intestinales naturelles ont été endommagées et les microbes pathogènes, en particulier les champignons et les mycoplasmes, sont hors de contrôle. Des microbes provenant de vaccinations infantiles peuvent également être présents, et il y a généralement des foyers d'infection dans les dents traitées par le canal radiculaire et peut-être dans les cicatrices de la chirurgie. Tous ces éléments affaiblissent considérablement notre système immunitaire et permettent aux microbes pathogènes d'envahir le sang et les organes internes. Maintenant, nous devenons sensibles aux infections fréquentes et aux troubles immunitaires tels que les maladies auto-immunes, les allergies, le diabète, les maladies cardiaques et le cancer.

Vous pouvez avoir une infection virale chronique ou récurrente ou la cause de l'infection peut ne pas être connue. La vraie question est: pourquoi le système immunitaire est-il incapable de le surmonter? La réponse est généralement qu'il y a une prolifération de microbes pathogènes dans vos intestins et votre sang, ce qui affaiblit considérablement le système immunitaire. Ce nettoyage ultime est conçu pour débarrasser notre corps des microbes et parasites pathogènes, et en même temps régénérer notre système immunitaire. Les étapes nécessaires sont l'assainissement intestinal ou le rétablissement d'une flore intestinale saine, suivis d'une plus longue période de thérapie antimicrobienne systémique.

## Le test Spit

Commencez par un **test de salive pour Candida** pour voir si vous avez un problème de champignon systémique:

Immédiatement après le lever avant de manger ou de boire quoi que ce soit, remplissez un verre transparent d'eau à température ambiante. Crachez un peu de salive dedans. Vérifiez ensuite de temps en temps jusqu'à une heure pour voir ce qui se passe. Si Candida est présent, vous verrez l'une des trois choses, ou une combinaison de celles-ci.

1. Il peut y avoir des cordes comme des jambes s'étendant vers le bas dans l'eau à partir de la salive flottant sur le dessus
2. La salive nuageuse s'accumulera au fond du verre

3. Les morceaux nuageux resteront suspendus dans l'eau.

Plus les cordes poussent vite et fort et plus la salive coule tôt, plus il y a de Candida dans l'échantillon. S'il n'y a pas de cordes et que la salive flotte toujours après une heure, vous n'avez probablement pas de Candida systémique mais vous pouvez toujours avoir un problème localisé dans les intestins ou le vagin, et vous pouvez toujours avoir une dysbiose et des infestations d'autres microbes pathogènes.

Même après élimination de la candidose systémique, le test de la broche peut rester positif en raison de la présence de champignons vivant dans les muqueuses buccales qui peuvent ensuite repousser la nuit. Cela peut être éliminé en faisant tourner plusieurs fois le MMS pendant plusieurs minutes dans la bouche.

## **ASSAINISSEMENT INTESTINAL**

La première étape du nettoyage ultime consiste à rétablir une flore intestinale saine. Pour cela, nous réduisons les microbes pathogènes dans les intestins avec un microbicide approprié avant d'introduire immédiatement après des probiotiques ou des lactobactéries saines. Je préfère l'ail frais et cru qui possède de puissants pouvoirs antimicrobiens et surtout fongicides. Pour minimiser les réactions désagréables, comme les maux de tête, les nausées et autres malaises gastro-intestinaux, il est préférable (mais pas essentiel) de prendre l'ail avec un laxatif puissant. C'est ce qu'on appelle une chasse d'eau. Un rinçage efficace consiste à utiliser une cuillère à soupe de sels d'Epsom (sulfate de magnésium) ou de chlorure de magnésium dans un grand verre d'eau. Buvez un peu plus d'eau par la suite.

Si vous êtes constipé ou en surpoids, vous pouvez même prendre 2 cuillères à soupe lorsque vous l'utilisez pour la première fois pour vous assurer qu'il sort rapidement à l'autre bout. Pour lui donner un goût moins amer, vous pouvez réfrigérer les sels de magnésium dissous pendant la nuit. Le matin, écrasez une grosse gousse d'ail, mélangez-la et buvez-la avec une petite quantité d'eau, puis suivez-la avec la boisson réfrigérée et un peu plus d'eau.

Les matins suivants, vous pouvez utiliser moins de sels de magnésium ou prendre un laxatif plus doux, comme le psyllium. Si vous n'aimez pas l'ail, vous pouvez mettre l'ail écrasé ou haché dans des capsules de gélatine. Si vous semblez allergique à l'ail, utilisez un autre antimicrobien, comme 2 cuillères à café de peroxyde d'hydrogène, de l'extrait de feuille d'olivier, de l'extrait de pau d'arco ou de l'absinthe. Similaire si vous ne pouvez utiliser de l'ail que le week-end en raison de contraintes sociales. D'autres laxatifs qui peuvent être utilisés pour un rinçage sont le Glauber Salz ou le sulfate de sodium, l'huile de ricin ou

le séné. Vous devrez peut-être expérimenter avec le laxatif que vous avez choisi pour trouver la bonne quantité à prendre avec de l'ail afin qu'il soit efficace en quelques heures.

***Le psyllium est excellent*** et la plupart sont recommandés pour une utilisation à long terme. Si vous n'êtes pas en surpoids ou constipé, vous pouvez également commencer l'Ultimate Cleanse de cette façon au lieu d'utiliser des sels de magnésium. Le psyllium est particulièrement efficace pour éliminer les endotoxines des intestins et réduire les réactions allergiques et auto-immunes.

Dans un grand verre d'eau, ajoutez une cuillère à café de bicarbonate de sodium et une cuillère à café pleine de coques de psyllium, remuez et buvez immédiatement, puis plus d'eau. Faites-le au moins jusqu'à ce que vous commenciez la thérapie antimicrobienne systémique, mais de préférence jusqu'à ce que vous vous sentiez bien à nouveau. Si vous soupçonnez des parasites intestinaux, ajoutez également du MMS, de l'absinthe, de la térébenthine ou des huiles essentielles au psyllium.

***Faites cet assainissement intestinal pendant au moins trois jours, mais de préférence pendant deux semaines avant de commencer la thérapie systémique, et continuez à prendre du psyllium et du bicarbonate de sodium jusqu'à ce que vous vous sentiez à nouveau bien.***

## **Probiotiques**

Cela nous amène à l'étape suivante: remplacer les microbes pathogènes décimés par des lactobacilles souhaitables. Cela doit être fait à une dose massive 30-60 minutes après chaque rinçage; sinon, les microbes indésirables peuvent repousser à pleine puissance après le prochain repas. Les probiotiques contiennent généralement des acidophilus et des bifidobactéries en plus d'autres lactobactéries.

Ces cultures bactériennes sont disponibles dans les magasins d'aliments naturels sous forme de poudres ou de capsules qui doivent être réfrigérées. Achetez de préférence des cultures sans lait, en particulier avec le diabète de type 1 et les allergies. Les cultures à haute puissance contiennent 10 à 25 milliards de bactéries vivantes par gramme ou par capsule.

Cependant, ces cultures séchées sont dormantes et relativement inactives par rapport aux bactéries dans des ferments frais ou vivants. Essayez donc de faire votre propre ferment. Au départ, vous pouvez utiliser des cultures sèches comme entrée ou acheter des ferments frais sur Internet (par exemple ([www.grainfieldsaustralia.com](http://www.grainfieldsaustralia.com)), utilisez BE Wholegrain Liquid). Essayez

d'obtenir une grande variété de différentes souches de lactobactéries qui ont de préférence été cultivées sur des légumes et des céréales .

La choucroute fermentée authentique est également bonne et vous pouvez facilement trouver des recettes sur Internet. Je ne recommande pas d'utiliser du yogourt commercial pour désinfecter le tractus gastro-intestinal en raison de la teneur élevée en lactose responsable du mucus et des souches limitées de lactobactéries. Les grains de kéfir qui fermentent à température ambiante sont mieux adaptés à la fermentation des produits laitiers.

Vous pouvez fermenter du lait de chèvre ou même du pollen d'abeille. Ces ferments ne sont pas aussi solides que le lait de vache en raison de la faible teneur en protéines, mais cela n'a pas d'importance car les bactéries bénéfiques sont dans le liquide. Vous le gardez au chaud pendant plusieurs heures, et il est prêt à l'emploi lorsqu'il a un goût légèrement acide et commence à mousser, à conserver au réfrigérateur. Utilisez un verre de ce liquide comme entrée pour le prochain lot. Pour les personnes atteintes de Candida, il est préférable de fermenter dans une yaourtière à près de 40 ° C car la fermentation de la levure augmente à des températures plus basses et peut causer des problèmes, cela peut également arriver avec la choucroute.

Généralement, ces ferments sont plutôt acides et peuvent déranger les individus sensibles. Dans ce cas, neutralisez partiellement l'acidité en ajoutant du bicarbonate jusqu'à ce qu'il ne soit que légèrement acide, ou vous pouvez laisser le fermenter pendant quelques heures avec l'ajout de poudre de dolomite et décanter peu de temps avant utilisation.

Prenez une tasse de ferment après chaque rinçage, et peut-être plus avant les autres repas. Continuez à prendre des cultures ou fermentez quotidiennement pendant le nettoyage intestinal et de préférence pendant la thérapie antimicrobienne systémique. Pour plus d'informations.

## **Prébiotiques**

Les prébiotiques ou la nourriture que nous fournissons à notre flore intestinale peuvent être encore plus importants que les probiotiques que nous pouvons fournir en tant que suppléments. Ces nutriments déterminent quelles espèces microbiennes prospéreront et lesquelles ne fonctionneront pas bien. Les glucides facilement digestibles du sucre et des produits céréaliers favorisent le Candida et d'autres levures, mais peuvent également entraîner une prolifération de diverses bactéries dans l'intestin grêle.

Les fibres solubles mais non digestibles disponibles dans le commerce, appelées FOS ou fructosoligosaccharides, aident à stimuler la croissance des bactéries

intestinales bénéfiques. Il s'agit de la fibre du fruit sans sucre. Les FOS sont principalement composés de plusieurs molécules de fructose liées entre elles. Certains FOS commerciaux dans les aliments transformés sont fabriqués par un champignon et les individus sensibles aux levures peuvent y réagir. Le meilleur type de FOS est produit en fractionnant les longues chaînes de fructose de l'inuline dérivée de sources végétales.

Généralement, la poudre d'inuline est le meilleur complément à utiliser pour stimuler la croissance des bifidobactéries dans le côlon, et c'est l'un des moyens les plus efficaces de contrôler *Candida* dans le côlon. L'inuline est une fine poudre blanche au goût légèrement sucré, plus agréable à manger et plus bénéfique que le son.

L'apport recommandé d'inuline est de 5 à 10 grammes ou 1 à 2 cuillères à café par jour, mieux réparti. La quantité doit être augmentée progressivement car elle peut provoquer des mouvements intestinaux lâches et une augmentation du vent ou des flatulences. Cela ne peut pas être entièrement évité mais expérimentez pour le maintenir dans des limites acceptables.

Voici quelques données sur la teneur en inuline des aliments: racines de chicorée 15-20%, artichauts de Jérusalem 14-19%, ail 9-16%, feuilles de pissenlit 12-15%, oignons 2-6%, poireaux 3-10%, l'artichaut laisse 3-10%, et les bananes 0,3-0,7%

Un excellent aliment santé pour désinfecter le tractus intestinal est de mélanger une poignée de feuilles vertes fraîches à grande vitesse dans de l'eau et de le boire sans forcer. Vous pouvez également ajouter de la spiruline et d'autres suppléments. La fibre et la chlorophylle des feuilles fournissent une nourriture de haute qualité aux bifidobactéries résidentes du côlon.

Les légumineuses sont riches en un type de fibre soluble, le raffinose, qui n'est décomposé que dans le gros intestin. C'est un autre excellent aliment pour les bifidobactéries. Le raffinose est un trisaccharide avec les sucres simples galactose, fructose et glucose réunis. C'est une fibre soluble et peut être trouvée dans les légumineuses, les membres de la famille du chou, les asperges et autres légumes.

En tant qu'effet secondaire, les légumineuses ont tendance à produire du vent ou des flatulences qui peuvent être réduites en faisant germer ces légumineuses ou en les faisant tremper pendant la nuit et en remplaçant l'eau avant la cuisson. Cela améliore également considérablement l'absorption des minéraux en réduisant la quantité d'acide phytique dans les graines. Les lentilles, les pois et les pois chiches causent généralement moins de problèmes que les haricots.

## THÉRAPIE ANTIMICROBIENNE SYSTÉMIQUE

La thérapie antimicrobienne systémique implique le nettoyage de la circulation sanguine, du liquide lymphatique et des organes internes des microbes pathogènes. Les remèdes utiles incluent l'extrait de feuille d'olivier, l'extrait de pau d'arco, l'absinthe, le kérosène, la térébenthine de gomme, le peroxyde d'hydrogène, l'huile de coco ou l'acide caprylique (Capricin), le purificateur de sang électronique, la propolis, l'extrait de feuilles de Neem et les huiles d'arbre à thé, Arbre de neem, cannelle, eucalyptus, moutarde, origan et thym. L'huile de lavande est particulièrement efficace avec des applications topiques pour les problèmes de champignons de la peau et des ongles.

Vous pouvez essayer d'utiliser 1 à 2 gouttes d'huile essentielle ingérées quatre fois par jour ou gardées en bouche. Essayez également le traitement direct des zones touchées, telles que les douches vaginales, les gargarismes, les lavements et les applications cutanées. L'argent colloïdal peut être utilisé pour le traitement direct mais pas normalement pour l'ingestion car la plupart de celui-ci a tendance à être ionique plutôt que colloïdal et forme alors du chlorure d'argent insoluble dans l'estomac.

Fréquemment, en particulier avec la candidose, il y a une mort ou une réaction de Herxheimer lors d'un assainissement intestinal ou d'une thérapie systémique. Vous pouvez vous sentir faible et nauséux. Dans ce cas, interrompez ou réduisez temporairement la consommation d'antimicrobiens, mais faites des efforts particuliers pour nettoyer vos intestins. Il existe des preuves anecdotiques que siroter un litre d'eau avec l'ajout d'une demi-cuillère à café de sel peut aider à éliminer les maux de tête associés à une réaction.

Il peut être utile d'alterner entre différents remèdes en cycles du quotidien au hebdomadaire et plus. Avec cette rotation, il est moins probable que les microbes deviennent résistants au traitement. De plus, si une souche de microbes résiste à l'un des remèdes, elle peut être éliminée avec l'un des autres. De plus, au lieu d'utiliser des doses élevées d'un seul remède, vous pouvez essayer des quantités modérées de plusieurs remèdes différents pris à différents moments le même jour, et vous pouvez également continuer à prendre de l'ail cru frais,

Selon la gravité de vos symptômes, vous pouvez poursuivre cette thérapie systémique pendant un à deux mois, ou jusqu'à ce que vous sentiez que vos problèmes liés à Candida ou aux microbes ont disparu ou sont sous contrôle. Vous pouvez également utiliser Live Blood Analysis ou Hemaview pour vérifier l'état de votre sang. Continuez ensuite beaucoup plus longtemps avec une dose d'entretien réduite. Si les symptômes réapparaissent plus tard, probablement en raison de conditions stressantes, d'une hospitalisation ou d'une alimentation inadaptée, répétez simplement le programme systémique.

Des doses élevées de ces remèdes ne conviennent pas pendant la grossesse, mais ce n'est pas bon non plus si la mère souffre de candidose, car cela cause des problèmes au bébé.

Les dosages suivants à base de plantes sont pour le poids corporel moyen, les individus en surpoids peuvent prendre plus et les individus ou enfants en insuffisance pondérale moins. Même si les infestations systémiques de Candida et d'autres microbes sont éliminées avec succès, il peut toujours y avoir des problèmes dans des zones isolées, telles que la peau, le vagin ou sous les ongles des pieds. Ceux-ci doivent être traités de manière intensive avec l'application locale d'un large éventail de remèdes.

### **Thérapie à l'iode**

L'iode est un excellent fongicide et a une affinité particulière pour les muqueuses qui sont également une cachette attrayante pour les champignons. Je préfère commencer la thérapie systémique avec la solution de Lugol ou des remèdes similaires à l'iode. Cependant, en raison des pressions exercées par les autorités sanitaires, il est désormais difficile d'obtenir ce remède de confiance, et vous pouvez plutôt commencer par l'un des autres antimicrobiens recommandés. Ceux qui peuvent encore obtenir de l'iode peuvent utiliser les directives suivantes.

La solution de Lugol à pleine concentration, appelée solution d'iode à 5%, contient 10% d'iodure de potassium et 5% d'iode. Chaque goutte contient 6,5 mg d'iode / iodure. Si vous avez une solution d'iode à 2%, prenez 2,5 fois plus de gouttes que pour la solution standard à 5%. Les comprimés d'iodore disponibles aux États-Unis contiennent 13 mg d'iode / iodure par comprimé. Iosol, un remède iode / iodure d'ammonium contient 1,8 mg d'iode / iodure par goutte. Les autres noms de la solution de Lugol sont la solution orale aqueuse d'iode BP ou la solution forte d'iode USP. La solution topique d'iode (USP) contient 2% d'iode et 2,4% d'iodure de potassium. Les recommandations suivantes concernent la solution standard de Lugol à 5%. Si vous utilisez un autre remède, ajustez la dose en conséquence.

Actuellement, les solutions d'iode contenant plus de 2,2% d'iode élémentaire sont interdites aux États-Unis car elles peuvent être utilisées dans la production de méthamphétamine, bien que jusqu'à 30 ml de solution de Lugol soient exemptés de ce règlement. La solution Standard Lugol est toujours disponible en Canada et Mexique. Le TGA en Australie ne permet plus d'utiliser les solutions d'iode de Lugol et similaires comme remèdes. Je ne recommande pas l'iode pharmaceutique dissous dans l'alcool.

Avant de commencer, prenez une goutte d'iode dans un liquide autre que de l'eau pour tester les allergies. Avec le programme standard, vous augmentez progressivement jusqu'à 10 gouttes de solution de Lugol 3 fois par jour avec de la nourriture ou une boisson. Vous pouvez utiliser plus ou moins d'iode selon le poids corporel. Continuez pendant 3 semaines avec la dose complète, mais interrompez ou réduisez-la pendant une réaction. Après 3 semaines, continuez avec 1 ou 2 gouttes par jour pendant beaucoup plus longtemps. Lorsque vous prenez des médicaments pour la thyroïde, ou avec du goitre ou une thyroïde hyperactive, il est généralement bénéfique d'augmenter progressivement à 1 ou 2 gouttes par jour, mais n'allez pas plus haut.

### **MMS - Chlorite de sodium**

Le chlorite de sodium ( $\text{NaClO}_2$ ) également connu sous le nom de supplément minéral miracle ou MMS, est très alcalin et stable en solution, mais lorsqu'il est acidifié, il forme l'acide chloreux instable et le dioxyde de chlore gazeux ( $\text{ClO}_2$ ) qui sont de puissants remèdes antimicrobiens et parasitaires polyvalents.

Commencez avec 1 ou 2 gouttes de MMS et augmentez progressivement jusqu'à 15 gouttes par jour. Mélanger le MMS avec cinq fois plus de gouttes de jus de citron ou de lime ou de vinaigre, mais de préférence avec une solution d'acide citrique à 10% plus efficace dans l'eau. Vous pouvez le faire vous-même en dissolvant 1 partie de cristaux d'acide citrique dans 9 parties d'eau.

Trois minutes après avoir ajouté les acides, ajoutez un demi-verre d'eau, ou éventuellement de la tisane ou du jus sans vitamine C ajoutée, par exemple du jus de pomme ou de raisin mais pas du jus d'orange. Ne prenez pas de suppléments antioxydants proches du MMS; gardez-les généralement 3 heures ou plus.

Vous pouvez également mélanger un nombre égal de gouttes de MMS et d'acide citrique à 50% et diluer avec de l'eau ou du jus 20 secondes après le mélange. Cela produit une concentration beaucoup plus élevée de dioxyde de chlore avec une odeur très forte et est particulièrement efficace avec les infections aiguës. Vous faites la solution d'acide citrique à 50% en dissolvant une cuillère à soupe de cristaux d'acide citrique dans une cuillerée d'eau.

Le MMS acidifié agit le plus fort à jeun, mais cela provoque aussi facilement des nausées. En règle générale, il vaut mieux avoir de la nourriture dans l'estomac et pouvoir prendre une dose plus élevée. En cas de nausée, réduisez temporairement la dose. Les nausées, les vomissements et la diarrhée peuvent survenir tôt ou tard et sont bénéfiques pour le nettoyage, mais peuvent être évités ou minimisés avec l'assainissement intestinal précédent et d'autres remèdes antimicrobiens.

Avec une infection aiguë et grave, vous pouvez immédiatement utiliser une dose élevée, telle que 10 ou 15 gouttes. Vous vomirez et serez très mal à l'aise pendant environ une journée, mais cela peut immédiatement vaincre l'infection. Cependant, pour les maladies chroniques et l'amélioration générale de la santé, il est préférable d'augmenter d'une goutte par jour jusqu'à ce que vous ressentiez des nausées.

Réduisez ensuite de 2 gouttes et restez à ce niveau pendant plusieurs jours jusqu'à ce qu'il augmente à nouveau d'une goutte par jour. De cette façon, vous progressez progressivement vers le haut, en réduisant puis en augmentant à nouveau pour maîtriser les nausées. Vous pouvez réduire les problèmes en divisant la dose quotidienne en une portion du matin et une heure du coucher.

Pour arrêter rapidement les nausées, vous pouvez prendre 1 gramme ou plus de vitamine C, mais cela arrête également l'activité antimicrobienne. Pour éviter ou minimiser les dommages oxydatifs, je recommande de prendre du MMS uniquement le matin et le soir ou seulement une fois par jour et d'utiliser une combinaison d'antioxydants, y compris de la vitamine C, à l'heure du déjeuner ou à plusieurs heures du MMS. Pour minimiser les effets secondaires désagréables, essayez d'alcaliniser le corps avant de suivre un cours de MMS.

Le principal danger après une dose élevée de MMS provient de l'hypotension artérielle et du choc hypoglycémique dû à la perte de liquide après des vomissements et de la diarrhée. Si cela devait se produire, prenez immédiatement une dose élevée de vitamine C pour arrêter la réaction, allongez-vous et buvez beaucoup d'eau légèrement salée et sucrée. Une recommandation générale pour la réhydratation après des vomissements et de la diarrhée est un liquide à base de 6 cuillères à café de sucre et 1/2 cuillère à café de sel dissous dans 1 litre d'eau, ou bien utilisez de l'eau de riz salée. Également. Les personnes présentant une déficience en G6PD, une déficience enzymatique ayant tendance à l'anémie hémolytique, doivent éviter le MMS et d'autres substances oxydantes.

Si ce programme MMS cause des problèmes ou est trop difficile, vous pouvez plutôt essayer l'absorption orale ou rectale ou le MMS non acidifié comme expliqué ci-dessous.

**La méthode d'absorption orale** permet d'éviter les nausées et est également efficace avec des doses plus faibles. À 1 partie de MMS, ajoutez 5 parties d'acide citrique à 10% et après 3 minutes, diluez avec environ 30 ml ou une grande gorgée d'eau, et enfin ajoutez 5 à 6 parties d'une solution de bicarbonate de sodium à 10% pour protéger les dents des attaques acides. Cela donnera un pH d'environ 5, et on peut le garder dans la bouche pendant 5 à 20 minutes avant d'avaler ou de cracher. Vous faites la solution de 10% de bicarbo en dissolvant une cuillerée de bicarbo de niveau dans 9 cuillerées d'eau.

6 gouttes de MMS est une forte dose pour l'absorption orale. Pour une infection aiguë, vous pouvez faire un suivi avec une deuxième dose. En tant que nettoyage général, vous pouvez utiliser cette dose ou une dose inférieure ou supérieure pendant 2 à 3 semaines, de préférence au coucher.

**La méthode d'absorption rectale** est bonne avec des problèmes dans ce domaine, tels que le cancer du rectum ou de la prostate, l'intestin irritable et les infections, les kystes et les cancers des organes féminins. Faites d'abord une selle et un lavement, puis essayez 2 gouttes activées dans 250 ml d'eau. Maintenez pendant plusieurs minutes, puis expulsez, nettoyez à nouveau avec un lavement et enfin insérez 4 à 8 gouttes activées dans 250 ml d'eau et maintenez pendant plus longtemps ou jusqu'à 30 minutes. Comme pour l'absorption orale, vous pouvez également ajouter du bicarbonate pour le rendre moins acide. Protégez l'anus avec de la graisse ou de la vaseline. Il n'y a généralement pas d'inconfort direct, mais pendant plusieurs heures par la suite, l'énergie peut être faible et plusieurs selles nettoyées peuvent suivre. Vous pouvez essayer ceci une fois par semaine en augmentant progressivement les doses.

**Rince-bouche:** diluer une cuillère à café de MMS dans 500 ml d'eau. Ce n'est que légèrement alcalin et a tendance à libérer de petites quantités de dioxyde de chlore au contact des bactéries acidifiantes. Il est également commercialisé comme une méthode efficace pour éliminer la mauvaise haleine ou l'halitose en oxydant les composés soufrés malodorants en sulfates non odorants. Agitez une bouchée pendant un court instant, gargarisez-vous et crachez.

Vous pouvez également combiner l'effet antimicrobien plus fort de l'absorption orale avec la commodité d'un rince-bouche: ajoutez une goutte ou deux de jus de citron ou d'acide citrique à une cuillerée à café de solution de rince-bouche et commencez immédiatement à le broyer dans la bouche pendant une minute ou deux avant de cracher IT out. Cela a un effet relativement doux sur les papilles gustatives. Une cuillère à café de rince-bouche contient environ une goutte de MMS.

**MMS non acidifié:** des brevets de type médical décrivent l'utilisation de chlorite de sodium stabilisé dans des applications orales, topiques et intraveineuses pour le traitement de maladies auto-immunes et d'infections chroniques, ainsi que d'hépatites et de lymphomes. Cela neutralise également l'effet neurotoxique de l'acétaldéhyde produit par Candida car il l'oxyde en acide acétique ou en vinaigre. Cela convient également aux infections des reins et de la vessie.

Dans ces cas, la solution n'est pas acidifiée! Ceci est beaucoup moins dommageable pour les antioxydants dans le corps que l'utilisation prolongée de MMS acidifié, et l'incidence des nausées sera considérablement réduite.

Comme dose moyenne, essayez 5 à 10 gouttes (ou un demi-ml) de MMS une fois par jour après le repas du soir ou au coucher dans un verre. Cependant, chlorite de sodium non acidifié. tout comme le MMS acidifié, réagit avec le glutathion dans les cellules du corps. Par conséquent, utilisez-le uniquement pour des périodes limitées, par exemple pendant une semaine toutes les deux semaines, et limitez ce programme à 6 à 10 semaines (3 à 5 cycles) avant une pause plus longue d'un ou plusieurs mois. Vous pouvez également l'utiliser 5 jours par semaine pendant 3 à 5 semaines. Pendant les pauses, utilisez plutôt d'autres antimicrobiens.

### **Feuille d'olivier**

La feuille d'olivier peut être utilisée comme thé ou poudre mais plus communément comme extrait. L'ingrédient actif est l'oleuropéine. Utilisez de préférence jusqu'à 1000 mg d'oleuropéine par jour pendant le programme systémique. Les feuilles d'olivier séchées contiennent environ 30 mg d'oleuropéine / gramme.

Le thé étant amer, vous pouvez en utiliser une partie sous forme de poudre mélangée à du jus. Laisser mijoter 30 grammes de feuilles séchées dans 1 litre d'eau pendant 1 à 2 heures, remplir, filtrer et réfrigérer, et boire 3 à 5 tasses par jour.

Utilisez de préférence des extraits sous forme de poudre et remuez une demi-cuillère à café dans de l'eau ou un autre liquide non protéique deux ou trois fois par jour et prenez avant les repas (l'oleuropéine peut être inactivée par des niveaux élevés d'acides aminés). La forme de vente au détail normale est sous forme de capsules de 500 mg. Dans ce cas, vous pouvez utiliser 10 capsules par jour. Les liquides commerciaux ne contiennent généralement que 4 mg d'oleuropéine par ml. Sous forme de poudre, l'extrait de feuille d'olivier contient 200 mg à 220 mg / g.

L'acide élénolique, l'un des produits d'hydrolyse de l'oleuropéine, détruit ou inhibe la croissance de nombreux types de vers ronds, d'ankylostomes, de ténias et de vers plats, en plus des bactéries, des virus et des champignons. L'extrait de feuille d'olivier est également utilisé contre le cancer, le VIH et le sida.

### **Pau d'Arco**

Paud'arco (également appelé taheebo ou lapacho) est un puissant antimicrobien de l'écorce intérieure d'un arbre d'Amérique du Sud. Il a l'avantage d'une dégustation raisonnablement agréable. Utilisez de l'extrait ou du thé: une cuillère à soupe d'écorce ou une cuillère à café de poudre dans une grande tasse d'eau. Porter à ébullition et laisser mijoter ou laisser infuser 5 à 15 minutes; boire 3

tasses par jour. Le pau d'arco en poudre en capsules ou en eau froide ne fonctionne pas mais vous pouvez utiliser l'extrait en capsules. Utilisez 3 x 500 mg en capsules ou une demi-cuillère à café d'extrait de poudre 2 ou 3 fois par jour.

## **Armoise**

L'absinthe est efficace contre la plupart des microbes et des parasites. Artemisia absinthium est couramment utilisé pour Candida, mais Artemisia annua ou Sweet Annie peuvent également être utilisés. Les deux herbes ont des ingrédients actifs différents, et il peut même être bon d'utiliser un mélange des deux. Ils ne doivent pas être utilisés pendant la grossesse.

Pour éviter le goût amer d'A. Absinthium, remuez une cuillère à café arrondie de poudre dans de l'eau froide ou du jus et buvez immédiatement. Utilisez une cuillère à café trois fois par jour. Cependant, les qualités amères du thé d'absinthe stimulent le système digestif - estomac, pancréas, foie et vésicule biliaire. Il a été utilisé comme remède populaire pour guérir la jaunisse.

Par conséquent, en plus de le prendre dans de l'eau froide, en boire fréquemment sous forme de thé pendant ou après un repas. Faire du thé d'absinthe en ajoutant 1 cuillère à café bombée de l'herbe (ou 1 cuillère à café arrondie de poudre) à 1 tasse d'eau bouillante et laisser infuser pendant dix à quinze minutes. Vous pouvez sucrer le thé avec du xylitol ou de la stévia et ajouter de la menthe poivrée.

Généralement, il est plus facile à prendre en le descendant rapidement et, avant de respirer à nouveau, en buvant quelque chose d'agréable par la suite. Pour les enfants, vous pouvez également utiliser de la poudre d'absinthe en capsules (3 à 5 capsules 3 fois par jour), ou utiliser uniquement Sweet Annie.

## **Alcalinisant**

Candida a tendance à provoquer une suracidité qui à son tour augmente l'inflammation et la douleur. Cela peut être contrôlé avec des alcalinisants tels que le bicarbonate de sodium et le bicarbonate de potassium. Utilisez la moitié à une cuillère à café de bicarbonate dans un verre d'eau à jeun ou 2-3 heures après les repas plusieurs fois par jour. La solution de bicarbonate est également efficace en contact direct avec des champignons, par exemple pour se rincer la bouche, les sinus ou le vagin ou en paquets sur les sites d'infection fongique et de tumeurs.

## **CONCLUSION**

Alors que la médecine orthodoxe utilise des médicaments spécifiques pour des microbes spécifiques, en médecine naturelle, des remèdes à base large sont utilisés qui peuvent couvrir simultanément les virus, les bactéries, les champignons et les parasites. Les antibiotiques médicaux ont tendance à tuer nos bonnes bactéries intestinales, qui permettent alors au Candida et aux mycoplasmes d'envahir le corps et de causer de nombreux problèmes de santé. Cela peut être évité en prenant également des fongicides sous forme de remèdes naturels lors de l'utilisation d'antibiotiques.

Les remèdes à large base sont bon marché et efficaces et conviennent parfaitement à l'auto-guérison. Mais cela ne signifie pas qu'ils sont inoffensifs. Bien que les effets secondaires néfastes soient beaucoup moins courants qu'avec les médicaments, des problèmes peuvent survenir. Cela signifie que vous devez faire preuve de bon sens, observer comment votre corps réagit et réduire ou utiliser un autre remède si indiqué. Il s'agit d'une approche expérimentale dans laquelle vous devez être flexible et prendre la responsabilité de votre santé et de vos actions au lieu de simplement suivre les ordres d'un médecin.

De plus, la plupart des maladies chroniques peuvent être surmontées et le corps rajeuni avec une approche en trois volets basée sur:

1. Éliminer les problèmes microbiens et renforcer le système immunitaire
2. Élimination des déchets métaboliques avec nettoyage périodique des aliments crus
3. Guérison émotionnelle, thérapies mentales, travail énergétique et imagerie guidée.

L'Ultimate Cleanse est une première étape dans ce système de guérison holistique.