

HEALTH CARE INSTITUTE

MSM

PRAXISBUCH

**Effiziente Heilung
durch hochwirksames
MSM**

Gegen Rheuma,
Arthrose, viele
Allergien, diverse
Schmerzen u.v.m.

**Damit auch Ihr Licht
wieder erstrahlen kann**



 *Heidemann
Publishing*

Livre pratique MSM :
guérison efficace grâce au
MSM hautement efficace
Contre les rhumatismes,
l'arthrose, de nombreuses
allergies, diverses douleurs,
etc.

Pour que votre lumière brille à
nouveau

2ème auberge

Heidemann Publishing

Copyright © 2018 - Healthcare Institute

Relecture : Cornelia Feyberg

Tous droits réservés Cette
œuvre est protégée par le droit
d'auteur.

sont protégés. Les réimpressions, même
en partie, sont interdites. Aucune partie
de cet ouvrage ne peut être diffusée,
copiée ou reproduite sous quelque forme
que ce soit sans l'autorisation écrite des
auteurs. ISBN : 9781790704354

Préface

Qui est le plus à plaindre dans notre pays aujourd'hui ? Le patient ou la médecine ? Ce livre a pour but de contribuer un peu à voir dans les coulisses des thérapies inutiles associées à des médicaments encore plus inutiles. À quoi servent les médicaments qui promettent certes une amélioration, mais qui provoquent surtout des effets secondaires, alors qu'il existe des méthodes et des moyens qui peuvent aider et guérir ?

La réputation de la médecine doit reposer sur le principe d'objectivité, d'indépendance et de sollicitude envers le patient.

Dans la "Déclaration d'Helsinki", l'Association médicale mondiale a déclaré ces fondements comme suit : *"La santé de mon patient doit être ma préoccupation première. Dans l'exercice de son activité médicale, le médecin doit agir exclusivement dans l'intérêt du patient. Dans la recherche médicale, les considérations relatives au bien-être du sujet de recherche priment sur les intérêts de la science et de la société"*.

La question est de savoir si la médecine conventionnelle respecte ces principes. On constate avec effroi qu'une grande partie d'entre eux ne le sont pas. L'intérêt pour les personnes malades est supplanté par l'intérêt des groupes pharmaceutiques et d'autres entreprises affiliées pour une optimisation toujours plus grande des bénéfices. Ce comportement est bien sûr aussi une conséquence de l'échec de la politique. Là où les lobbyistes se donnent la main, c'est finalement le patient qui trinque.

De grands domaines de la médecine sont infiltrés par les groupes pharmaceutiques à des endroits décisifs tels que les universités, les centres de recherche, les comités d'experts, etc.

même dominé, avec pour résultat des études manipulées, des résultats non publiés et trompeurs, voire la dissimulation d'effets secondaires.

La liste peut encore s'allonger, des pratiques de vente contraires à l'éthique aux pseudo-innovations en passant par la corruption de médecins et de professeurs. Il est donc logique de conclure que ce sont précisément les personnes qui ont pourtant prêté serment qui vendent leur âme - à leur avantage et au détriment de ceux qui se confient à elles et espèrent en elles.

Cf. <http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-130223320.html>

Cf. médecine mortelle et crime organisé : comment l'industrie pharmaceutique corrompt notre système de santé - par Peter C. Gøtzsche

Maison d'édition : Riva, ISBN-13 : 978-3868834383

Un groupe de médecins américains de haut niveau a conclu que les relations entre l'industrie pharmaceutique et la médecine constituaient une menace pour la confiance des patients et le sérieux de la médecine. Tous les autocontrôles volontairement imposés, tant par les médecins que par l'industrie pharmaceutique, sont insuffisants pour protéger le bien-être des patients.

Ce "diagnostic" sonne comme une maladie grave, voire incurable, pour tout le secteur médical.

Plus oppressant et plus lourd que pour le patient

"Médecine", la situation l'est bien sûr pour toutes les personnes concernées, qui ont souvent vécu une errance médicale sans connaître de réelle amélioration ou même de guérison. La déception et l'impuissance se répandent et conduisent souvent à des états dépressifs et psychosomatiques.

Les maladies. Les douleurs articulaires, la cataracte, les maladies de peau ou les problèmes gastro-intestinaux deviennent alors rapidement des obstacles apparemment insurmontables à une qualité de vie satisfaisante.

Puisque jusqu'ici les "soins médicaux tant vantés" n'ont pas pu nous aider, qui le peut ? La nature, bien sûr, et le patient lui-même. "Aide-toi, sinon personne ne t'aidera !" dit le vieux proverbe.

C'est pourquoi nous allons présenter et expliquer en détail le méthylsulfonylméthane, ou MSM, un composé organique soufré biologiquement actif.

Introduction Ce livre décrit les multiples effets et le vaste champ d'application ainsi que l'origine et le mode d'utilisation du soufre organique. Il explique pourquoi une thérapie au MSM peut être une alternative aux remèdes traditionnels en cas d'inflammations, d'allergies, de douleurs chroniques, de rhumatismes, mais aussi en tant que médecine préventive.

Les médecins spécialistes sont d'avis que la population est suffisamment approvisionnée en soufre, comme d'ailleurs en d'autres substances, qu'il s'agisse de vitamines, de minéraux ou d'oligo-éléments. de la population

est bien assurée, mais les médecins orthomoléculaires ne sont pas du tout de cet avis. Comment faut-il comprendre cela ? Notre mode de vie rapide, une mauvaise alimentation, le stress, le tabac, l'alcool, les gaz d'échappement, etc. peuvent entraîner des carences énormes en micronutriments. Ces carences provoquent d'abord des troubles, puis des maladies. Le Dr Wilhelm Schüssler, célèbre médecin homéopathe et fondateur de la "médecine biochimique", disait déjà il y a près de 200 ans : "Chaque maladie a été un jour une carence !

Quelle est la raison du déni des symptômes de carence du point de vue de la médecine conventionnelle, des nutritionnistes et de l'industrie pharmaceutique ?

Les lois de l'industrie pharmaceutique nous éclairent sur ce point !

Après avoir étudié les informations suivantes, vous verrez notre système de santé d'un autre œil : la santé des gens ne fait pas partie des moteurs de cette industrie. Les entreprises pharmaceutiques sont des investissements, orientés vers le profit des actionnaires.

Les groupes pharmaceutiques sont créés et stratégiquement orientés par des groupes d'investissement afin de contrôler les industries chimiques et pétrochimiques dans le monde entier.

La brevetabilité de nouveaux médicaments est à la base de profits exorbitants. des bénéfices. Ils permettent aux fabricants de médicaments de fixer les prix de manière arbitraire.

Pour le bon fonctionnement de cette machine à cash, le corps humain est indispensable - bien sûr tant qu'il est plus ou moins malade. Pour assurer une croissance constante des entreprises, il est nécessaire de diffuser et de maintenir le plus grand nombre possible de maladies.

Une autre stratégie pour augmenter les profits est la recherche de médicaments qui suppriment les symptômes tout en empêchant la guérison et l'éradication des maladies. Presque tous les médicaments sur le marché actuel n'ont pas d'efficacité prouvée, mais visent uniquement les symptômes.

Pour simplifier, les entreprises pharmaceutiques aiment aussi chercher de nouveaux domaines d'application pour des médicaments déjà existants. Ainsi, des millions de personnes en bonne santé avalent de l'"acide acétylsalicylique" parce qu'il est censé prévenir les crises cardiaques.

Une idée perfide pour continuer à développer les marchés est de créer des maladies à l'aide de médicaments. On sait par exemple que presque tous les médicaments anti-cholestérol sur le marché sont soupçonnés d'augmenter considérablement le risque de cancer, mais seulement comme effet secondaire à long terme. Oui, il faut anticiper !

Les effets secondaires des médicaments sur ordonnance sont la quatrième cause de décès dans le monde, suivis par le cancer, les accidents vasculaires cérébraux et les crises cardiaques. Ce fait n'est pas surprenant, car les brevets sont principalement accordés pour la production de composants synthétiques. Or, ces substances non naturelles doivent être détoxifiées par le corps, une tâche qui échoue souvent, avec pour conséquence des effets secondaires mortels.

La propagation et la promotion des maladies entraînent une croissance constante de l'industrie pharmaceutique, tandis que la prévention et le traitement des causes fondamentales sont réduits et, dans la mesure du possible, entravés.

Guérir et prévenir les maladies va à l'encontre des intérêts des groupes pharmaceutiques et détruirait des milliards d'investissements.

Les micronutriments et autres thérapies naturelles qui optimisent les fonctions du corps menacent le "business de la souffrance des patients", car il n'existe pas de brevets pour ces substances.

Afin de protéger le développement de son commerce de médicaments, qui se chiffre en milliards, de la menace que représentent les substances naturelles, l'industrie pharmaceutique a recours à des méthodes obscures. Elle prive les gens d'informations importantes sur l'efficacité des thérapies naturelles. On les discrédite et on les met en garde contre de prétendues

effets secondaires. Pour ce faire, des lobbyistes sont installés à des postes politiques importants et à d'autres postes clés. La poursuite de l'existence des groupes pharmaceutiques dépend de la mise à disposition de thérapies naturellement efficaces au plus petit nombre possible de personnes, en particulier certainement pas par le biais de la prise en charge des coûts par les caisses d'assurance maladie. C'est une volonté économique et politique.

Tous ceux qui ont déjà fait connaissance avec les médicaments et leurs effets secondaires en savent quelque chose. Un simple coup d'œil sur la notice d'emballage ne promet pas grand-chose de bon. Le peu que l'on comprend suffit en fait à ne pas y toucher. Le reste, long comme le bras et incompréhensible, donne des sueurs froides et un grand point d'interrogation en chasse un autre. Maintenant, des études de pharmacie ou de chimie, de préférence les deux, auraient été utiles. Mais peut-on se douter à vingt ans que l'on voudra prendre à quarante ans des médicaments que l'on ne sait pas évaluer ? Et il n'est pas non plus question de vouloir. Je suis allée chez le médecin pour des douleurs au genou, mais j'ai maintenant un taux de cholestérol élevé, une tension artérielle non optimale et un taux de sucre à jeun juste à la limite. Il faudra bientôt faire quelque chose à ce sujet, ainsi qu'un examen de la thyroïde et un électrocardiogramme d'effort. Ça risque d'être difficile, car je me sentais encore très en forme il y a peu, à l'exception du genou. Heureusement, les douleurs ont disparu d'elles-mêmes. C'est drôle, je n'ai pas été traité !

Mais revenons-en aux notices d'emballage. Pourquoi ne peut-on jamais les replier comme elles étaient ? Doivent-elles rester ouvertes ? Comme information, pour que je puisse les regarder rapidement, ou plutôt comme avertissement ? Ah oui,

à cause des risques et des effets secondaires, je peux aussi demander au médecin ou au pharmacien. Ou alors ce ne sont pas les bonnes personnes ?

Regardons de plus près. Avec plus de 650 millions de boîtes de médicaments prescrites chaque année, les quelque 70 millions de personnes bénéficiant de l'assurance maladie obligatoire en Allemagne ne peuvent vraiment pas se plaindre d'un comportement économe en matière de prescription de la part de leurs médecins. Les médicaments sont pris dans l'espoir d'être soulagés et sans causer de dommages importants. Malheureusement, ces souhaits ne se réalisent pas souvent.

On estime qu'environ 60.000 personnes meurent chaque année d'effets secondaires, soit environ 12 fois plus que le nombre de morts sur les routes. Ce risque est souvent accepté par les patients comme par les médecins - un changement de mentalité à cet égard fait encore défaut.

Les dix premiers médicaments ne doivent certainement pas leur succès commercial à leur absence de risque : les AINS (anti-inflammatoires non stéroïdiens) comme le diclofénac, l'ibuprofène et l'ASS. Une enzyme responsable de l'apparition de la douleur est inhibée. Toutefois, elle est également nécessaire à l'entretien de la muqueuse gastrique et intestinale, de sorte que d'immenses dommages peuvent survenir dans ce domaine. Environ 800 millions de doses quotidiennes d'ibuprofène et de diclofénac sont prescrites chaque année, bien que leur risque d'infarctus du myocarde n'ait été démontré que récemment.

Les inhibiteurs de la pompe à protons. Ces médicaments sont prescrits pour tous les troubles gastriques et les brûlures d'estomac. Ils réduisent l'acidité gastrique, bien que la plupart des patients souffrent plutôt d'un manque d'acidité gastrique que d'un excès. C'est là que se situe la première erreur. Le médicament le plus courant est l'oméprazole, qui génère un chiffre d'affaires annuel d'environ 500 millions d'euros. En cas de prise sur une longue période.

le produit provoque un déséquilibre dans l'équilibre magnésium-potassium-calcium, ce qui entraîne des crampes et des troubles du rythme cardiaque. Cela s'explique par le fait que l'oméprazole bloque l'absorption des minéraux dans l'intestin. En outre, les effets secondaires des inhibiteurs de pompe peuvent être les suivants : Fatigue, réactions cutanées, maux de tête, vertiges, bourdonnements d'oreille et irritations de l'ouïe et du goût. Tous ces effets secondaires pourraient souvent être évités par une alimentation saine.

Le méthylphénidate. Les enfants souffrant de troubles de l'attention sont censés être "remis sur les rails" grâce à ce produit, mais il présente également des effets secondaires non négligeables.

Les "enfants sous méthylphénidate" restent souvent plus petits que les enfants de leur âge, car leur croissance peut être perturbée. Les maux de tête, les troubles du sommeil, la nervosité, les tics, les vertiges, les grincements de dents, les sentiments d'anxiété et les états dépressifs ne sont pas rares. Malgré tout cela, environ 200.000 écoliers reçoivent du méthylphénidate dans notre pays, au su des parents et des médecins.

Pour les dépressions de plus en plus fréquentes, il existe deux groupes de médicaments qui sont principalement utilisés : TZA (antidépresseurs tricycliques) et SSRI (inhibiteurs sélectifs de la recapture de la sérotonine). Ces deux produits ont des effets secondaires graves. Les TZA provoquent souvent des problèmes cardiovasculaires, de la constipation et une sécheresse de la bouche. Ils peuvent entraîner une perte des capacités cognitives en cas de démence. Les ISRS entraînent des troubles du sommeil, des maux de tête, des nausées et également une perte de désir sexuel. Chez les personnes âgées, ils réduisent la densité osseuse et augmentent en même temps le risque de chute. Les enfants et les adolescents peuvent devenir excessivement agressifs suite à la prise d'antidépresseurs.

Les benzodiazépines sont utilisées comme anxiolytiques, tranquillisants et somnifères. Selon les experts, plus d'un million d'Allemands seraient dépendants de ces médicaments, ce qui n'empêche pas les médecins de prescrire environ 230 millions de doses quotidiennes par an.

Knuth Hoffmann de l'université de Witten-Herdecke suppose que les patients sont tellement convaincus de l'efficacité de ces produits qu'ils exercent une forte pression sur les médecins. De plus, l'industrie pharmaceutique a longtemps minimisé le potentiel addictif, alors que la dépendance aux benzodiazépines provoque un émoussement émotionnel et un manque de concentration, ce qui débouche souvent sur la marginalisation sociale en cas de prise prolongée.

Près d'un assuré sur trois se voit prescrire des antibiotiques une fois par an, alors qu'il est bien connu que l'utilisation de ces médicaments est principalement responsable de l'apparition de souches bactériennes multirésistantes. De plus, il existe des effets secondaires individuels graves tels que des infections fongiques, des dommages à la flore intestinale ou des allergies. Les enfants qui se voient prescrire des antibiotiques très tôt sont souvent atteints d'asthme plus tard.

La lévothyroxine, un hormone de substitution en cas d'hypothyroïdie, est considéré comme relativement bien toléré. Pourtant, les personnes concernées se plaignent souvent de transpiration, de tremblements et de tachycardie. La raison en est probablement que les médecins ne trouvent pas le bon dosage. Un bon milliard de doses individuelles sont prescrites chaque année. Un produit qui génère un chiffre d'affaires très important.

Les bêtabloquants agissent sur le muscle cardiaque et sont considérés comme un moyen efficace de traiter les maladies hypertensives, l'insuffisance cardiaque et les infarctus. Les bêtabloquants ont mauvaise réputation, ils

seraient dangereux et pourraient éventuellement abréger la vie. Dans une

anglaise, on a constaté que les patients auxquels on n'avait donné que des médicaments fictifs se plaignaient d'une tachycardie, de douleurs thoraciques, d'un sommeil perturbé et de dépressions. Les "vrais" effets secondaires étaient les suivants

"seulement" un ralentissement du pouls, des diarrhées, des vertiges, une hyperglycémie et des troubles de la circulation sanguine dans les bras et les jambes.

Les inhibiteurs de l'ECA sont considérés comme l'antihypertenseur par excellence. Plus de 4 milliards de doses quotidiennes sont prescrites chaque année, sans compter les multiples effets secondaires tels que la détresse respiratoire, l'hypotension, l'insuffisance rénale ainsi que la photosensibilité et les réactions immunitaires parfois violentes.

Les statines sont utilisées pour réduire le taux de cholestérol. Les effets secondaires sont la fatigue, les nausées, les troubles digestifs et les douleurs musculaires. Des études récentes montrent que le risque de développer un diabète augmente d'environ 27 %.

A cette liste déjà longue d'effets secondaires quotidiens allant jusqu'à l'intoxication s'ajoutent les grands scandales pharmaceutiques connus comme le Lipobay[®] de Bayer, le Vioxx[®] de Merck & Co., Inc. ou le médicament contre le diabète Avandia

[®] de GlaxoSmithKline, qui ne favorisent pas la confiance dans l'industrie pharmaceutique.

Cf. <http://www.spiegel.de/wirtschaft/lipobay-skandal-bittere-pilule-pour-la-Baviere-a-222457.html>

Cf. <https://www.stern.de/gesundheit/vioxx-zu-risiken-und-effets-secondaires-----3264518.html>

Cf. <http://www.spiegel.de/wissenschaft/medizin/skandal-medikament-avandia-diabetes-blockbuster-droht-as-out-a-715917.html>

En résumé, cela n'a rien à voir avec le fait d'être en bonne santé - de le devenir ou de le rester. Mais justement

la santé est le bien le plus important de la vie - rien ne peut la remplacer et rien ne peut la payer ! Elle représente un

un "bien supérieur" et non une marchandise.

Nous ne voulons pas argumenter fondamentalement contre l'industrie pharmaceutique. Nous ne voulons pas non plus diaboliser de manière générale les substances médicamenteuses mentionnées ci-dessus. Il existe bel et bien des produits pharmaceutiques qui ont amélioré et même prolongé la vie des gens au cours de nombreuses décennies. Mais chacun doit savoir que tout ce qui brille n'est pas or. C'est tout ce que nous voulons dire !

Par souci d'exactitude, nous tenons à préciser que tous les produits, liens, médicaments, substances médicamenteuses et marques mentionnés dans la préface et l'introduction, ainsi que leurs noms d'articles et tous les droits de marque, de nom et d'auteur y afférents, sont la propriété exclusive de leurs détenteurs respectifs.

Pourquoi la santé est si importante

Lorsque les gens discutent de ce sujet, sont-ils vraiment conscients de ce dont ils parlent ?

Nous ne prenons conscience de la véritable signification de la santé que lorsqu'elle n'est pas présente. La santé est la condition sine qua non d'une vie autonome. La préserver et la rétablir ne devrait-il pas alors être une priorité ?

Selon Arthur Schopenhauer : *"La santé n'est certes pas tout, mais sans la santé, tout n'est rien."*

Elle est la base du bien-être et de l'expérience positive de l'entourage, des autres ou de la vie professionnelle. Seule une santé aussi bonne que possible nous permet de réaliser nos projets de vie et nos souhaits. Qui ne souhaite pas avoir le job de ses rêves, une famille, des amis, peut-être sa propre maison, des hobbies géniaux, des voyages aventureux, des découvertes passionnantes et bien d'autres choses encore, bref une vie longue, heureuse et pleine de plaisirs ?

Pour qu'il en soit ainsi, nous pouvons faire un certain nombre de choses.

"Les cinq piliers de la santé" y contribuent :

- 1.) L'exercice et la respiration. Beaucoup d'exercice à l'air libre aide. Il suffit souvent de faire de longues promenades ou de jardiner.
- 2.) Une alimentation saine et équilibrée, basée sur une grande quantité d'aliments végétaux ainsi qu'un peu de poisson et de viande issus de l'agriculture biologique. En outre, des céréales complètes, des noix, des graines et des grains. Et boire suffisamment d'eau. En fait, il faut boire plus que ce que l'on a soif - c'est très important !

- 3.) Créer un équilibre. Là où il y a du stress, des efforts et des tensions d'un côté, le calme et la détente doivent suivre de l'autre. Cela implique bien entendu un sommeil sain et suffisant.
- 4.) L'environnement a une influence non négligeable sur la santé. Il peut s'agir du lieu de travail, du lieu de résidence avec ses conditions d'éclairage, ses niveaux de bruit ou d'autres nuisances environnementales. Les amis, les voisins et la situation familiale jouent également un rôle important.
- 5.) La conscience. Ce pilier est peut-être le plus important de tous. L'influence et l'importance du psychisme sur notre corps font prendre conscience de la psychosomatique. L'attitude face à la vie, le développement de la personnalité et l'élargissement de la conscience sont des éléments essentiels d'un mode de vie sain.

Mais que se passe-t-il lorsque, malgré tous les efforts, des troubles et des maladies apparaissent ? Le projet de travailler sans longues interruptions pour se constituer une bonne retraite échoue pour des raisons de santé. Où est-ce que je me retrouve alors ? C'est vrai, au cabinet médical, à l'hôpital et en rééducation. Car la plupart des personnes concernées ont besoin d'un "permis jaune" pour l'employeur. Je suis donc obligé de jouer le jeu du cartel pharmaceutique, que je le veuille ou non. La sanction de mon incapacité de travail suit de près. Je "glisse" vers les indemnités de maladie. La couverture financière s'amincit donc. Si les troubles persistent et que toutes les thérapies sont épuisées, c'est la retraite anticipée qui s'ensuit, avec pour résultat que la couverture financière n'est pas seulement mince, mais qu'elle s'effondre souvent. Si j'ai de la chance, les nombreux médicaments n'ont pas encore causé de dommages trop importants. Quoi qu'il en soit, c'est le moment de prendre les choses en main et de chercher des solutions appropriées.

des alternatives, comme le MSM. Ce n'est pas si cher que ça. Vous serez certes un retraité pauvre, mais en bonne santé et heureux. Espérons que ce scénario ne se produise pas, mais que le passage des produits pharmaceutiques aux produits naturels se fasse suffisamment tôt.

L'origine du Methylsulfonylmethan (MSM)

On dit que ce sont les Chinois qui ont découvert le secret du soufre. Ils l'utilisaient pour les explosions et les feux et ont inventé la poudre noire il y a environ 1.000 ans. Pour la fabriquer, il faut du charbon de bois et environ 10% de soufre.

Les Romains et les Grecs utilisaient des sources sulfureuses pour soulager les rhumatismes. À la fin du 18^e siècle, le soufre a été décrit comme un élément par le chimiste français Lavoisier et, au 19^e siècle, on a pratiqué la première anesthésie générale à l'aide d'éther sulfurique.

La percée au niveau médical a eu lieu au 20^e siècle. On a trouvé des preuves de l'importance du soufre dans l'action et la production d'hormones dans le corps humain. Les sulfonamides ont été utilisés comme précurseurs d'antibiotiques et comme pommades pour les maladies de peau.

Qu'est-ce que le MSM ?

Le MSM est un composé soufré que l'on trouve fréquemment dans la nature. Il est présent chez l'homme, les vertébrés et les plantes et constitue une grande partie du cycle du soufre dans la nature. Les plantes qui ont un effet antibiotique grâce à leurs composés soufrés sont par exemple les oignons, l'ail, les radis, l'ail des ours, les choux, le raifort, le poireau et la moutarde. Le cycle du soufre dans les océans fonctionne comme suit. Le soufre dans l'eau est lié par les algues et ensemble, ils forment du DMS (sulfure de diméthyle). Lorsque les algues meurent, elles libèrent cette substance sous forme de gaz à la surface de l'océan. Une réaction se produit alors avec l'oxygène et les rayons UV. Il en résulte du MSM et du DMSO (di-méthyl-sulfoxyde), qui finissent par retomber sous forme de nuages et retournent ainsi dans le cycle naturel. Les composés DMS, DMSO et MSM sont absorbés par les plantes dans le sol, concentrés des centaines de fois et mis à la disposition des hommes et des animaux sous forme de nourriture végétale. C'est de cette manière que les composés soufrés si importants arrivent dans l'organisme.

Soufre organique et inorganique

Les deux types de soufre ont un effet stimulant sur la santé. Pour que notre corps fonctionne correctement, il est indispensable d'en absorber suffisamment. Normalement, les deux types sont absorbés par l'alimentation. En cas de carence en ce minéral, le MSM peut être administré sous forme de poudre ou de capsules.

Quelle est la différence entre le soufre organique et le soufre inorganique ?

Le MSM est un soufre organique naturellement présent dans les organismes animaux et végétaux. "Organique" signifie que le composé est basé sur le carbone. Les substances organiques ont au moins un atome de carbone. Le MSM, en tant que composé organique du soufre le plus simple, est composé de 6 atomes d'hydrogène, 2 atomes d'oxygène, 2 atomes de carbone et 1 atome de soufre. Sa formule brute est $C_2H_6O_2S$. Certaines études sur le MSM indiquent que ce soufre organique peut avoir de nombreux effets positifs sur le corps. Le MSM renforcerait le système immunitaire et assurerait une meilleure absorption et un meilleur effet des vitamines. Diverses irritations cutanées chroniques telles que la formation de nodules, les rougeurs ou les démangeaisons peuvent être atténuées. L'aspect général de la peau peut être amélioré par la restauration du taux d'hydratation.

Le soufre inorganique ou élémentaire. Depuis des milliers d'années, le soufre est utilisé à de nombreuses fins différentes en raison de son odeur et de sa bonne inflammabilité. Au Moyen Âge, il était utilisé comme désinfectant contre la peste, comme agent de blanchiment ou d'enfumage, pour la fabrication de poudre noire ou comme accélérateur d'incendie.

dans la conduite de la guerre. Le soufre, appelé sulfure en chimie comme en homéopathie, fait partie des non-métaux. Lorsque le soufre est enflammé dans l'air, c'est-à-dire en combinaison avec de l'oxygène, il brûle avec une flamme bleue et il se forme du dioxyde de soufre.

Les composés soufrés sont utilisés dans l'industrie alimentaire comme conservateurs et antioxydants. Dans l'industrie chimique, le soufre est utilisé dans la production d'engrais chimiques, d'insecticides et de colorants. Le domaine d'application dans la pharmacie est la régulation des intestins, selon les recommandations du Dr Karl Probst. Contrairement au MSM, qui a un aspect blanc cristallin, le soufre élémentaire est une poudre jaune que l'on trouve dans la terre et dans les eaux souterraines. Après avoir effectué un nettoyage intestinal avec du soufre élémentaire, le corps peut être reconstruit avec du MSM.

Pour tous les êtres vivants, qu'il s'agisse de l'homme, des animaux, des plantes ou même des bactéries, le soufre est un pur élixir de vie. On en trouve beaucoup dans ces aliments :

- ♦ Poisson, principalement crevettes et hareng de Matjes

Moules et coquilles Saint-Jacque

Viande

Lait

Œufs

Fromage, en particulier dans le parmesan

Noix

Moutarde

- Colza
- Oignons et ail.

Le soufre organique pur (MSM) est lui aussi naturellement inoffensif pour l'organisme humain. Il est éliminé non dilué par l'intestin. Une vie sans soufre ne serait pas possible. Il joue un rôle décisif dans le métabolisme des protéines de l'organisme. Il est un composant des acides aminés méthionine et cystéine, qui sont indispensables à la décomposition et au maintien des cellules. Le soufre est également présent dans l'insuline et dans le glutathion, un antioxydant propre au corps, ainsi que dans les vitamines B 7 et B 1. Le soufre favorise et accélère le métabolisme et contribue ainsi à la désintoxication du corps.

Schwefelmangel

La carence en soufre est causée par l'exploitation industrielle des champs et de la transformation des aliments. Étant donné que l'agriculture d'aujourd'hui utilise des engrais artificiels au lieu de la fertilisation habituelle par le fumier et le purin avec leur grande réserve naturelle de soufre pendant des décennies, il n'est guère étonnant que les sols et donc les plantes, qui constituent notre nourriture, soient épuisés et ne contiennent plus suffisamment de soufre, mais aussi d'autres nutriments.

Si les aliments qui contiennent déjà trop peu de soufre sont transformés par la cuisson, le rôtiage, la congélation ou le stockage, la teneur en soufre diminue encore une fois. Si les aliments ne sont pas consommés crus et frais, ils ne sont pratiquement plus adaptés comme source de soufre. Une carence en soufre qui dure de nombreuses années peut entraîner divers troubles et maladies sans que la personne concernée ne se doute même de l'origine de ses problèmes.

Mais si l'on remédie à la carence en soufre sous forme de MSM, la qualité de vie peut s'en trouver étonnamment améliorée. Les personnes concernées qui l'ont essayé rapportent que les éruptions cutanées, les inflammations, les allergies et les troubles gastro-intestinaux ont disparu. Les articulations raides et douloureuses ont retrouvé leur mobilité et les performances générales ainsi que le bien-être ont considérablement augmenté.

En quoi le MSM peut-il aider ?

Peu de choses réduisent autant la qualité de vie que les douleurs persistantes. Elles limitent les performances et gâchent l'attitude positive de base. Qu'il s'agisse d'une infection grippale ou urinaire, d'une infection virale, d'une blessure et bien plus encore, le corps tente d'abord de s'aider lui-même en déclenchant une inflammation. Une quantité de cellules immunitaires est envoyée dans la zone malade ou blessée grâce à une augmentation du flux sanguin. Ici, la "police du corps" élimine les agents pathogènes ou les débris cellulaires présents. L'augmentation de la circulation sanguine provoque des rougeurs et des échauffements de la peau. Tout le monde connaît probablement ces phénomènes inflammatoires concomitants.

Pour permettre aux cellules immunitaires de continuer à affluer vers la zone touchée, les parois des vaisseaux sanguins deviennent plus perméables, ce qui entraîne une accumulation de liquide dans la zone concernée. Il en résulte un gonflement qui appuie sur les terminaisons nerveuses et provoque ainsi des douleurs. Pour soulager la partie douloureuse du corps, on adopte généralement une position de repos, ce qui provoque par la suite d'autres douleurs.

Les stimulants de l'inflammation sont les blessures, les germes, le froid, la chaleur, mais aussi les allergènes. Si la réponse immunitaire de l'organisme fonctionne parfaitement, l'inflammation aiguë disparaît sans problème. Malheureusement, cela ne réussit pas toujours. Si le "programme de premiers secours" est affaibli ou irrité, les processus inflammatoires finissent par devenir chroniques.

Dans presque tous les cas de douleurs inflammatoires, un taux de soufre suffisamment élevé dans l'organisme serait d'une grande aide. À l'origine, la nature avait prévu que nous consommions suffisamment de soufre dans notre alimentation, mais celle-ci fournit souvent trop peu de cette substance biologique efficace.

Le MSM, substance vitale naturelle douce, bien tolérée et sans effets secondaires, contrairement aux anti-inflammatoires et aux analgésiques courants, peut y remédier. Le MSM peut également être combiné avec d'autres substances naturelles. Afin d'identifier les causes des troubles, il convient de consulter un médecin ou un naturopathe. C'est là que le traitement prévu peut être discuté.

Quelles sont les propriétés positives du MSM dans l'organisme ?

Le MSM combat la douleur et l'inflammation de la manière suivante :

Le MSM bloque l'impulsion de la douleur dans les fibres nerveuses. Il a l'effet d'un analgésique (antidouleur).

Le MSM augmente l'effet du cortisol (une hormone anti-inflammatoire produite par le propre corps).

Le MSM optimise la perméabilité des membranes cellulaires, ce qui permet d'assurer l'absorption des micronutriments, mais aussi l'élimination des liquides cellulaires et des substances nocives.

Le MSM provoque la dilatation des vaisseaux sanguins et stimule la circulation sanguine, ce qui contribue également à l'élimination des déchets. La guérison est ainsi accélérée.

Le MSM assure la relaxation musculaire, un atout important, car les douleurs s'aggravent lorsque les muscles se contractent à la longue.

Le MSM soutient les mécanismes de défense naturels de l'organisme, il régule ainsi les complexes immuns et la formation d'anticorps.

Le MSM fonctionne conjointement avec la glucosamine (un composant naturel du tissu conjonctif, du cartilage et du liquide articulaire) dans le tissu cartilagineux. Les cartilages usés et endommagés peuvent être remplacés par de nouvelles cellules.

Le MSM ralentit la formation de cicatrices dures et douloureuses. Les tissus cicatriciels étendus, comme c'est souvent le cas après des brûlures, peuvent provoquer des douleurs insupportables.

de la peau. Le MSM permet une meilleure guérison et rend la peau plus élastique. Grâce au traitement avec la lotion MSM, les douleurs s'atténuent généralement.

Il faut également mentionner l'effet renforçateur idéal du MSM. Nos aliments peuvent ainsi être nettement améliorés sur le plan qualitatif. Au niveau cellulaire, le corps peut mieux utiliser les nutriments et l'efficacité est prolongée. Les substances vitales suivantes profitent nettement de la présence du soufre organique :

Vitamine C

Coenzyme Q 10

Toutes les

vitamines B

Vitamines A, D, E

calcium, magnésium

Sélénium

Divers acides aminés

En plus des propriétés déjà mentionnées, le MSM agit également comme antioxydant, il est donc un puissant "capteur de radicaux". Une

La production "normale" de radicaux libres dans le corps est sans danger. Ils sont même nécessaires au foie pour décomposer les substances nocives. Le système immunitaire les utilise pour mettre les bactéries et les virus hors d'état de nuire. Mais si une surproduction s'installe, elle peut être extrêmement nocive. Les chromosomes et les membranes cellulaires peuvent subir des dommages importants.

La surproduction de radicaux libres est déclenchée par le stress, la pollution de l'air, une mauvaise alimentation, les métaux lourds, les gaz d'échappement et éventuellement les substances nocives dans l'eau potable, le cas échéant aussi les radiations et surtout la fumée de cigarette. Dans ces cas, le corps a besoin d'antioxydants puissants supplémentaires comme le MSM.

Effet bio-logique du MSM dans le corps - domaines d'application 1.)

Le MSM en cas d'allergies Le MSM peut atténuer les symptômes de nombreuses allergies. En font

partie, outre les allergies alimentaires, les allergies respiratoires et de contact telles que le rhume des foins, les allergies à la poussière de maison, les allergies à l'alcool et les allergies à la nicotine.

entre autres, la capacité à

Le MSM se caractérise par sa capacité à se lier aux muqueuses et à bloquer la réaction entre le corps de l'hôte et les énergies All.

Il semble y avoir un lien entre la désintoxication, une meilleure perméabilité à l'eau et l'interception des radicaux libres.

Le MSM fonctionne également comme un

Histamino-bicarbonate, mais n'a pas d'effet sur les

Contrairement aux antihistaminiques connus, le MSM n'a pas d'effets secondaires 2.) Le

**MSM en cas d'arthrose Cette
affection chronique,
généralement liée à l'âge, est
due à l'usure.**

est très répandue et il faut s'en accommoder. Un traitement au MSM peut toutefois apporter un soulagement significatif, surtout en association avec la glucosamine. Il a un effet anti-inflammatoire et analgésique. La mobilité revient en grande partie et cela sans les effets secondaires connus des médicaments contre la douleur et les rhumatismes.

Les effets positifs du MSM en cas d'arthrose sont

- les suivants : Le MSM réduit la douleur.
- Le MSM permet de réduire les inflammations.
- Le MSM réduit les gonflements.
- Le MSM contribue à la formation du cartilage et empêche sa dégradation.
- Le MSM assure la régénération du tissu conjonctif grâce à la formation de collagène.
- Le MSM agit contre les radicaux libres qui endommagent les articulations.
- Le MSM peut également être utilisé en externe sous forme de gel. Un léger massage avec ce produit est extrêmement bénéfique, notamment en cas de troubles de l'appareil locomoteur.

3.) Le MSM en cas de lésions du cartilage et de

l'articulation Le soufre est entre autres une substance importante de la la lubrification des articulations et la couche interne des capsules articulaires.

Normalement, ces deux éléments sont renouvelés de manière autonome par le corps. Mais s'il manque de soufre, l'organisme ne peut plus effectuer les réparations importantes. Une étude publiée en 1995 a montré que la concentration de soufre dans un cartilage déjà endommagé n'est que d'environ un tiers de la concentration d'un cartilage normal.

Des chercheurs de l'Université de Californie ont présenté en 2007 des résultats sur le thème "Comment le MSM protège contre la dégradation du cartilage et réduit l'inflammation en cas de douleurs arthritiques". Dans le cadre de l'étude, les participants ont reçu du MSM, qui a permis de réduire de manière significative la formation de médiateurs inflammatoires et d'enzymes dégradant le cartilage.

L'expert en cartilage David Amiel part du principe que le MSM peut être utilisé comme protection contre l'inflammation des articulations et la dégradation du cartilage. L'arthrite peut ainsi être stoppée, surtout au stade initial. Les personnes souffrant de maladies arthritiques font état d'une nette réduction des douleurs, voire d'une disparition des symptômes, ainsi que d'une amélioration de la mobilité des articulations arthritiques.

4.) MSM en cas de troubles rhumatismaux, par ex. différents types d'arthrite,

Goutte, arthrose, rhumatisme des parties molles Les maladies susmentionnées sont des maladies chroniques.

Les plaintes sont généralement appelées dans le langage populaire

"rhumatisme". Il s'agit généralement de l'arthrite rhumatoïde, qui touche plusieurs articulations à la fois, mais de préférence les articulations des doigts et des orteils.

Arthrite est toujours considérée comme incurable. On ne connaît ni la cause exacte ni un traitement efficace. L'arthrite

évolue par poussées extrêmement douloureuses, qui peuvent durer des semaines, voire des mois. L'arthrite est l'inverse de l'arthrose. Dans le cas de l'arthrose, les lésions articulaires dues à l'usure provoquent des inflammations. Dans le cas de l'arthrite, les inflammations entraînent une détérioration, voire, dans

immune mal dirigée, de sorte que les propres anticorps considèrent le tissu cartilagineux comme étranger et l'attaquent, ce qui entraîne de graves inflammations. La masse gélatineuse protectrice du cartilage disparaît de plus en plus, jusqu'à ce que les extrémités des os se heurtent douloureusement. Ce frottement permanent aboutit à des durcissements et des déformations. Alors que l'arthrose ne provoque "que" des problèmes dans l'articulation concernée - de préférence la hanche et le genou -, l'arthrite a dans ses bagages bien plus de troubles. Les poussées aiguës se manifestent par des gonflements et des douleurs articulaires, de la fatigue, de la fièvre, un manque d'appétit et, dans certains cas, des "nodules rhumatoïdes". Il s'agit d'épaississements du tissu adipeux sous-cutané. On les trouve du côté de l'extension des articulations concernées. Mais ce n'est pas tout. Un patient atteint de "rhumatisme" souffre également souvent de maux de tête, de maladies de la peau accompagnées de démangeaisons, de problèmes gastro-intestinaux, de vertiges, de troubles de la vision, de problèmes respiratoires, de maladies des gencives et, finalement, de dépression. Les patients ne présentent pas tous les mêmes symptômes, ni le même nombre, ni la même composition, et il est impossible de les prévoir.

5.) Rhumatismes - Personne n'est à l'abri de l'arthrite

En Allemagne, on compte actuellement environ 8 millions de personnes souffrant de rhumatismes,

dont environ 800.000 personnes souffrent d'arthrite rhumatoïde, les femmes étant nettement plus touchées que les hommes. Si l'arthrose est davantage considérée comme un phénomène lié à l'âge, l'arthrite peut toucher tout le monde à tout âge. Les enfants et les adolescents ne font pas exception. Actuellement, 20.000 à 30.000 enfants de moins de 16 ans souffriraient d'arthrite juvénile idiopathique.

Chaque année, environ 1.000 à 2.000 nouveaux cas sont recensés. Idiopathique signifie dans ce cas que la médecine conventionnelle n'a pas d'explication sur la cause de la maladie.

Selon une étude américaine, l'arthrite idiopathique est celle qui est restée le plus longtemps sans explication. Entre-temps, elle est devenue une "arthrite juvénile iatrogène", ce qui se traduit par "causée par le médecin ou par des médicaments prescrits par le médecin". On pense que l'arthrite juvénile est une conséquence tardive d'une prescription trop fréquente d'antibiotiques chez les enfants.

Diagnostic de l'arthrite - pas si simple Une radiographie n'est d'aucune aide au stade initial, elle ne montre les lésions articulaires qu'à un stade avancé. La plupart du temps, c'est l'analyse de sang qui doit donner des informations sur l'état du patient. Si le sang présente des signes d'inflammation non spécifiques, le médecin l'interprète comme un indice d'arthrite.

Ces signes d'inflammation comprennent : Il y a une anémie (diminution du nombre de globules rouges dans le sang). La vitesse de sédimentation est augmentée. La CRP (une protéine C-réactive) est produite en plus grande quantité.

Le facteur rhumatoïde (également appelé anticorps RF) est également recherché. Chez 75% des patients atteints d'arthrite, on trouve des anticorps, ce qui signifie que dans 25% des cas, il est possible de souffrir d'arthrite,

mais sans preuve du facteur RF. Ce n'est certainement pas une garantie de progression.

Comme le diagnostic doit être parfait, on recherche d'autres anticorps, les anticorps anti-citrulline comme les anticorps antinucléaires. Le premier type est détecté chez environ 50% des personnes concernées, le second chez environ 30%. On ne trouve donc rien qui s'applique de la même manière à tous les patients, mais la plupart reçoivent tout de même le diagnostic décourageant d'arthrite - malheureusement incurable. Dans le cadre de la thérapie suivante, la médecine conventionnelle utilise cinq médicaments différents :

1. Antidouleurs
2. Cortisone
3. Anti-rhumatismaux (AINS = analgésiques anti- inflammatoires sans cortisone).
4. Thérapeutiques de base
5. Produits biologiques

En cas de signes précoces d'arthrite, on administre des analgésiques ou AINS (p. ex. ASS ou diclofénac). Ils limitent l'inflammation et anesthésient la douleur. Malheureusement, même ces médicaments qui semblent encore inoffensifs s'accompagnent d'effets secondaires, par exemple des troubles et des lésions gastriques, de l'hypertension, des lésions hépatiques et de l'impuissance. L'analgésique paracétamol serait responsable de deux tiers des cas d'insuffisance hépatique aiguë. Les AINS se partagent le tiers restant avec les médicaments anti-cholestérol, les médicaments contre l'épilepsie et les antibiotiques.

Le diclofénac diminue l'approvisionnement régulier des reins en sang, ce qui peut poser problème en cas de lésions préexistantes. En cas de prise de diclofénac, la fonction rénale doit être contrôlée régulièrement afin de pouvoir prendre à temps des mesures correctives en cas de défaillance éventuelle.

La cortisone contre l'arthrite Il arrive que l'on prescrive de la cortisone en cas d'arthrite.

inhibe davantage l'inflammation que les AINS.

Cela ne se produit pas seulement au niveau des zones concernées, mais dans tout le corps, même là où cela ne serait pas nécessaire. Les effets secondaires se manifestent donc aussi dans tout le corps. Il peut s'agir d'une faiblesse musculaire, d'une augmentation de la pression artérielle ou d'une sensation de faim accrue, et donc d'une prise de poids indésirable.

Les patients sous cortisone reçoivent souvent un "visage de lune" qui donne l'impression d'être en bonne santé. Les personnes

concernées ne se sentent certainement pas en bonne santé, car la cortisone provoque de graves maladies oculaires.

(cataracte et glaucome), des modifications de la peau, le diabète, la dépression et l'ostéoporose. La cortisone inhibe l'inflammation uniquement en affaiblissant les défenses de l'organisme. Il n'est donc pas surprenant qu'un corps traité à la cortisone soit fortement exposé aux infections.

Si des problèmes apparaissent, comme une soif excessive (suspicion de diabète) ou de la fièvre (infection), il faut en informer immédiatement le médecin traitant. Seulement, le cercle vicieux n'est pas pour autant rompu : Soit le traitement à la cortisone est interrompu et l'arthrite réapparaît, soit d'autres médicaments aux effets secondaires différents sont prescrits.

Thérapeutiques de base et arthrite Le terme n'a pas l'air si dangereux, mais il est peut-être plus courant que "chimiothérapie" et est utilisé à haute dose pour les cancers.

En cas d'arthrite, ils sont utilisés lorsque les AINS et la cortisone n'ont plus d'effet suffisant.

Les substances actives sont par exemple la suifasacine, le méthotrexate, la chloroquine et l'azathioprine. Ces produits suppriment également le système immunitaire de manière extraordinaire.

Ils inhibent et bloquent les principales défenses de l'organisme qui, normalement, protègent contre la maladie et la mort. Chez de nombreux patients, le traitement de base améliore les symptômes, de sorte qu'il est difficile d'affirmer qu'il agit directement sur la cause de l'arthrite.

**de la réaction immunitaire est fragile.
Comme c'est souvent le cas, seuls les
symptômes sont supprimés.**

Les perspectives ne sont pas bonnes non plus, car il faut attendre des semaines, voire des mois, pour savoir si le patient en question fait partie du groupe pour lequel les thérapies de base fonctionnent. Mais si c'est le cas, l'arthrite peut disparaître temporairement et les poussées inflammatoires comme la raideur articulaire peuvent être réduites.

Jusqu'ici, cela semble bien, s'il n'y avait pas d'effets secondaires : - Problèmes gastro-intestinaux
- Nausées - anémie - perte d'appétit - maux de tête - infections fongiques - lésions hépatiques - sensibilité aux infections - dépressions.

Comme si cela ne suffisait pas, les thérapies de base, comme d'ailleurs presque tous les médicaments, se révèlent être les pires tueurs de vitamines. Le méthotrexate, par exemple, est le destructeur d'acide folique par excellence. Une carence en acide folique est soupçonnée de déclencher la maladie d'Alzheimer.

Les personnes qui prennent des médicaments de base doivent donc absolument veiller à avoir un apport suffisant en acide folique.

**Les "médicaments biologiques" sont des
médicaments relativement nouveaux issus du
laboratoire de génie génétique. Leurs modes
d'action semblent très prometteurs. Ils
influencent le système immunitaire de
manière très ciblée. Par exemple, l'inhibiteur
du TNF-Alpha supprime le messenger chimique.
Celui-ci sert de**

communicateur entre les cellules immunitaires et appelle en quelque sorte à "faire de l'inflammation" !

Mais si ce traitement ne fonctionne pas, alors qu'il devrait selon toute vraisemblance l'être, ou si les effets secondaires sont trop importants, on passe à l'essai suivant, appelé thérapie des cellules B. Dans ce cas, seules les cellules B du système immunitaire, qui jouent un rôle clé dans l'apparition et la persistance des maladies arthritiques, sont détruites. Les autres cellules B, qui font partie du système immunitaire protecteur, ne doivent pas être touchées. Certains médicaments biologiques sont encore en phase de test, d'autres sont utilisés depuis quelques années seulement, c'est pourquoi on ne dispose d'aucune information sur leurs effets à long terme.

Malgré des milliards de dollars de projets de recherche, la science de la médecine conventionnelle est donc loin d'être aussi savante qu'elle veut bien le faire croire. Pourtant, dans le traitement de l'arthrite et d'un nombre infini d'autres maladies et troubles, elle est la seule à prétendre à des thérapies professionnelles, malgré tous les effets secondaires et les traitements inutiles. Pourtant, la plupart des méthodes alternatives sont reléguées au rang de "charlatanisme", voire inefficaces et non scientifiques. Cette présentation est tout simplement incorrecte. Il existe bel et bien toute une série de rapports de recherche sur la médecine naturelle et la médecine orthomoléculaire.

6.) Le MSM et le cancer De nombreuses études ont montré que le MSM est efficace contre le cancer et qu'il pourrait donc jouer un rôle décisif dans le traitement du cancer. On suppose que le MSM, grâce à sa capacité d'absorber le sang et les tissus, peut être utilisé pour traiter le cancer.

d'oxygène, qui peut inhiber la croissance du cancer. L'oxygène semble être un "poison" pour les cellules cancéreuses, qui se sentent mieux dans un environnement oxygéné.

l'environnement. Les cellules cancéreuses du sein, en particulier, y sont presque allergiques.

Les chercheurs de l'"University Clocal Campus" à Séoul ont été tellement convaincus par les résultats de l'étude qu'ils recommandent expressément l'utilisation du MSM pour tous les types de cancer du sein. Un problème majeur dans tous les cancers est la formation éventuelle de métastases. 90% des décès sont dus à ce phénomène. Les métastases ne peuvent pas être éliminées par une opération, les patients concernés doivent ou veulent donc se soumettre à une chimiothérapie. Les métastases ne réagissent toutefois pas bien à la "chimio". Le MSM les rend cependant plus vulnérables, ce qui permet à la thérapie de mieux agir. Une expérience animale spécialement conçue pour la prise de MSM a abouti au résultat suivant : des rats spécialement élevés ont été traités avec du MSM et l'évolution de la maladie a été consignée. Tout comme un groupe témoin, le groupe MSM a été infecté par des substances cancérogènes. Les rats traités au MSM n'ont formé des cellules tumorales que 130 jours après ceux du groupe de contrôle. Cela signifie que les femmes qui consomment régulièrement du MSM développent un cancer du sein avec 13 ans de retard. Des résultats tout à fait similaires ont été obtenus lors d'essais sur le cancer du côlon.

Résultats de recherche sur le MSM dans le "mélanome malin", rédigés à la faculté de médecine de l'université du Connecticut, États-Unis. Les chercheurs responsables sont : Joan Mcintyre Caron, Marissa Bannon, Lindsay Rosshirt, Jessica Luis, Luke Monteagudo, John M. Caron et Gerson Marc Sternstein.

Vous écrivez dans l'introduction : "La forme de cancer la plus mortelle n'est pas celle du poumon ou du côlon, du sein ou de la prostate, c'est toute forme de cancer métastasé. Au cours des dernières années, la mortalité due aux

Le nombre de cas de mélanome métastatique (cancer noir de la peau), l'un des cancers les plus agressifs et les plus mortels, ne cesse d'augmenter. Malheureusement, l'arsenal chimiothérapeutique disponible aujourd'hui ne permet pas d'améliorer et de prolonger la vie des personnes touchées. Nous avons essayé de trouver un moyen efficace et non toxique de traiter le cancer noir de la peau métastatique".

L'avis unanime des chercheurs sur les chimiothérapies actuelles est que si les produits peuvent être efficaces contre la tumeur cancéreuse initiale, ils restent pratiquement sans effet sur la formation de métastases. Si les cellules cancéreuses deviennent mobiles dans la tumeur mère et peuvent pénétrer dans les voies lymphatiques et sanguines, une maladie métastatique se développe et les symptômes ne peuvent être, au mieux, qu'atténués.

Un autre problème avec la chimiothérapie est la voie étroite entre le dosage qui tue les cellules dégénérées et celui qui est toxique pour les cellules saines. Avec la plupart des médicaments de chimiothérapie, c'est vraiment une épée à double tranchant. Les médecins et les pharmaciens doivent décider du dosage le plus optimal pour chaque patient, c'est-à-dire faire la part des choses entre le risque (la gravité de l'intoxication) et le bénéfice (la destruction des cellules cancéreuses).

Pour les patients souffrant de maladies supplémentaires ou de troubles métaboliques, l'effet toxique de la "chimio" peut mettre leur vie en danger ou les effets secondaires de la dose optimale ne sont pas supportables. D'autre part, une dose trop faible choisie ou des pauses trop longues entre les applications peuvent donner de moins bons résultats.

Les scientifiques ont expliqué leur choix : *"Nous avons décidé d'utiliser le MSM comme agent chimiothérapeutique pour deux raisons*

de choisir un remède : En raison de sa structure chimique, nous avons supposé qu'il s'agissait d'un potentiel anticancéreux :

Tout aussi important, le MSM a prouvé qu'il était sans danger pour une utilisation chez l'homme. À notre grande surprise, nous avons constaté que les cellules de mélanome malignes exposées au MSM perdaient leur apparence typique de cellules malignes et que les caractéristiques des mélanocytes sains (cellules pigmentaires de la peau) réapparaissaient. En bref, avec le temps, le MSM entraîne, par inhibition de contact des cellules cancéreuses, la perte de leur capacité à migrer à travers la substance intercellulaire et donc la perte d'une croissance illimitée".

L'équipe de recherche a travaillé avec un type particulier de cellules de mélanome (Cloudman S-91) provenant de souris. Elles ont été multipliées sur un milieu de culture et observées au microscope sous forme de culture de cellules vivantes. Tout a été enregistré sur vidéo. Comme l'étude a été menée en double aveugle, il y avait donc un groupe de contrôle sans MSM.

Les principaux résultats : Le MSM a provoqué un blocage du contact entre les cellules métastatiques du mélanome.

La synthèse de l'ADN dans les cellules de mélanome et la prolifération cellulaire ont été inhibées .

Le MSM a empêché la migration des cellules de mélanome vers le tissu conjonctif.

Le MSM a accéléré la cicatrisation des plaies.

Le MSM a déclenché le vieillissement des cellules du mélanome.

Le résumé des résultats de l'étude par les scientifiques impliqués : *"Les études menées montrent qu'il est possible d'améliorer l'environnement cellulaire en ajoutant du MSM.*

dans les cellules de mélanome métastatiques. Les cellules métastatiques peuvent être "reprogrammées" en cellules normales à l'aide de cet outil capable. En conclusion, nous pensons que le MSM est important en tant qu'agent chimiothérapeutique efficace et non toxique pour traiter les cellules de mélanome métastatiques et éventuellement aussi d'autres tumeurs métastatiques. En outre, il semble que le MSM transforme les cellules de mélanome métastatiques en cellules pigmentaires normales. Inspirés par cette étude, nous supposons que la différenciation déclenchée par le MSM peut contrecarrer le développement de résistance dans les cellules pigmentaires saines. Tout aussi important, ces études suggèrent que le MSM pourrait être un outil important pour la recherche fondamentale afin de décrypter des processus fondamentaux dont les mécanismes ne sont pas encore bien compris : 1) ce qui provoque le vieillissement ; 2) quelles sont les voies significatives impliquées dans la transformation de cellules saines en cellules cancéreuses et leur retour en cellules saines".

7.) Le MSM en cas de troubles gastro-intestinaux Sensation de réplétion, aigreurs d'estomac, douleurs abdominales douloureuses et spasmodiques ainsi que diarrhée et présence de mucosités dans les selles sont généralement des signes d'irritation des muqueuses du tractus gastro-intestinal. Le MSM, pris en petites portions tout au long de la journée, peut

Les résultats peuvent s'améliorer au bout de quelques jours, mais il faut parfois faire preuve de patience sur une période plus longue. En cas de prise de MSM, aucun effet nocif sur le fonctionnement du corps n'est à craindre. En cas de constipation chronique, il convient de passer à une alimentation riche en fibres, de boire beaucoup de liquide et de faire plus d'exercice.

Si les selles ne se normalisent pas, il est possible de recourir à des médicaments.

MSM peut être essayé. Il agit également sur la giardia (parasite), les vers intestinaux et les trichines. Les experts supposent que le MSM peut empêcher les parasites et autres d'atteindre la surface des récepteurs des muqueuses. Néanmoins, les spécialistes supposent que la prise de MSM permet d'obtenir de bons résultats en cas de maladie de Crohn, de colite ulcéreuse et d'ulcères gastriques et duodénaux. Le MSM améliore en général la fonction intestinale et assure un milieu intestinal équilibré, de sorte que les parasites ou les champignons intestinaux, comme par exemple *Candida albicus*, n'ont plus la partie facile.

Lorsqu'une personne est touchée par des champignons pathogènes (qui rendent malade), on peut supposer dans cent pour cent des cas que l'organisme est déjà endommagé. Cela peut être dû au stress, à une alimentation pauvre en substances nutritives, à la prise continue de médicaments ou à l'exposition à des produits chimiques ou à des métaux lourds. L'accumulation de champignons est toujours le signe d'une faiblesse des défenses immunitaires de la personne concernée, car un système immunitaire fort veille à ce que les champignons et autres agents pathogènes ne puissent pas causer de dommages. Qui pense à une éventuelle infection fongique en présence de maux de tête, de troubles articulaires, respiratoires ou cardiaques ? La multiplication des champignons dans l'intestin montre à quel point une infection fongique peut être dramatique. Pour survivre, ils n'ont pas besoin d'oxygène et trouvent donc dans l'intestin grêle des conditions idéales. Les aliments ingérés sont acheminés directement de l'estomac à l'intestin grêle et, avant même que l'homme ne puisse en utiliser les précieux composants, ils sont "récupérés" par les champignons. Du calcium précieux et des hydrates de carbone en abondance - c'est tout ce dont le champignon a besoin pour survivre. L'inconvénient pour l'homme est qu'il ne reste pas assez de nutriments pour lui, selon la force de la population de champignons.

De plus, l'intestin, avec sa structure composée de protubérances et de villosités intestinales, offre aux champignons des endroits idéaux pour former des nids. Les champignons peuvent également vivre dans le gros intestin, mais l'approvisionnement en nutriments n'y est pas aussi optimal que dans l'intestin grêle. Les champignons s'attaquent également aux muqueuses intestinales elles-mêmes dans leur quête de matériel utilisable. Ils peuvent alors passer librement dans la circulation sanguine à travers la muqueuse endommagée.

D'une part, le glucose transporté dans le sang offre une nourriture abondante, d'autre part, la circulation sanguine est le moyen idéal pour s'implanter dans tous les organes. Si les champignons se propagent dans tout le corps par cette voie, une mycose dite systémique s'est développée, car tout le système, donc tout le corps, est atteint. Les champignons qui rendent l'homme malade sont répartis en trois groupes. Selon le groupe, ils peuvent provoquer les troubles les plus divers. Ils ont toutefois un point commun : plus l'hôte (l'homme) est affaibli, plus son système immunitaire est faible, plus il a d'antécédents médicaux, plus les champignons sont à l'aise. Ils peuvent se multiplier à une vitesse fulgurante et causer des dommages considérables à la santé.

- 1.) **Les levures sont présentes** en faible quantité sur la peau et les muqueuses, ce qui ne pose normalement aucun problème. Mais cela devient dangereux lorsqu'elles peuvent se multiplier fortement. Les effets se manifestent sur la peau, sous forme de mycoses buccales sur les muqueuses de la bouche ou encore dans la région génitale. Une infection à levures du tractus gastro-intestinal ne provoque pas seulement les troubles habituels comme la diarrhée, la constipation ou les ballonnements, mais peut aussi entraîner des problèmes cardiaques et des maladies chroniques par le biais de la circulation sanguine.

2.) **Les champignons chimériques.** Le représentant le plus connu de ce groupe est "Aspergillus niger". On le trouve sur les murs humides, où il laisse les fameuses taches noires, mais il a également son habitat dans la terre ou dans les poubelles. Pour se reproduire, ce champignon développe d'énormes quantités de spores qui survivent même dans les conditions les plus défavorables. Ces champignons sont également problématiques parce que, par exemple, l'ouverture du conteneur à déchets biologiques fait tourbillonner d'énormes quantités de spores qui peuvent pénétrer dans les poumons par inhalation. Si les moisissures recouvrent les murs des pièces d'habitation, elles peuvent devenir une nuisance durable et entraîner non seulement des troubles respiratoires, mais aussi des maladies pulmonaires, voire un cancer du poumon.

3.) **Les dermatophytes, également appelés piqûres filamenteuses.** Ils vivent principalement de la kératine, la couche cornée de la peau et des ongles. Les champignons filamenteux, comme presque tous les champignons, aiment les endroits chauds, humides et sombres. C'est pourquoi les espaces entre les orteils, les aisselles, les plis cutanés et les pieds sont souvent infestés. Ils peuvent s'y installer à l'abri et sans être dérangés. Certaines espèces de dermatophytes ont leur habitat dans la terre et arrivent sur la peau sans que l'on s'en aperçoive, par exemple en jardinant. D'autres espèces vivent dans les peaux d'animaux ou dans les zones chaudes et humides, comme les saunas ou les piscines. C'est là que l'on attrape le plus souvent le pied d'athlète, une mycose gênante et contagieuse.

Les produits de leur métabolisme, appelés mycotoxines, sont au moins aussi dangereux que les champignons. Ils se forment lors de la croissance des champignons et sont utilisés comme armes contre les concurrents tels que les virus et les bactéries. Les toxines fongiques excrétées tuent les concurrents et assurent

ainsi l'espace vital des moisissures. La mycotoxine la plus dangereuse est l'alcool. Il est produit par des levures lors de la fermentation d'hydrates de carbone. Ce sont surtout les reins et le foie qui sont fortement sollicités, ce qui peut avoir de graves conséquences sur la santé. Des lésions hépatiques peuvent ainsi apparaître sans que l'on ne boive jamais d'alcool. L'alfatoxine, contenue dans la moisissure elle-même ainsi que dans ses spores, est considérée comme particulièrement insidieuse. Contrairement à la moisissure, elle est invisible et peut se trouver dans les céréales, le sucre, les noix, les fruits secs et les épices. Les alfatoxines sont résistantes à la chaleur et au froid et ne peuvent donc pas être rendues inoffensives par le chauffage ou la congélation. On peut supposer que de nombreuses personnes sont porteuses de ces toxines dangereuses.

Heureusement, il existe, outre le MSM, de nombreux autres remèdes naturels qui peuvent éventuellement être utilisés en combinaison. Par souci d'exhaustivité, citons la bentonite, l'argent colloïdal, l'huile de coco, l'huile d'origan, les extraits de pamplemousse et de grenade. Pour assainir l'intestin, les probiotiques, les extraits de feuilles de neuf et d'olivier conviennent parfaitement. Pour soutenir le système immunitaire, on peut prendre des antioxydants comme l'astaxanthine ou la capsaïcine. Il est indispensable de protéger et de soutenir le foie, le plus grand organe de détoxification. La curcumine, le silicium ou, comme mentionné précédemment, le soufre organique MSM entrent en ligne de compte. Étant donné que les mycoses sont difficiles à traiter et qu'elles ne plaisent vraiment pas, la bonne solution serait probablement de consulter un thérapeute naturopathe. Ces spécialistes peuvent également conseiller en matière de renforcement du système immunitaire, d'assainissement des intestins, de régime antifongique et composer les préparations les plus appropriées.

8.) Le MSM en cas de maladies auto-immunes Si tout se déroule comme prévu, le système immunitaire peut très

bien faire la différence entre les substances propres à l'organisme et les substances étrangères, c'est sur cela que reposent l'effet et l'efficacité.

Le corps produit des anticorps et peut ainsi éliminer les agents pathogènes qui ont envahi le corps. Si ce principe ne fonctionne pas, le système immunitaire dirige également ses attaques contre les propres tissus de l'organisme. Certains processus de contrôle et de régulation sont désactivés. Les déclencheurs possibles des maladies auto-immunes peuvent être : Des micro-organismes, des médicaments ou la formation de nouveaux tissus (généralement des tumeurs malignes).

Une longue série de maladies auto-immunes sont désormais connues, comme la maladie de Basedow, la maladie de Crohn, le diabète de type I, l'anémie pernicieuse, la colite ulcéreuse, le lupus érythémateux et la sclérodermie.

Sclérodermie

Cette maladie de la peau extrêmement douloureuse se manifeste généralement entre 40 et 50 ans par une modification cireuse et dure de la peau. L'expression typiquement figée du visage se forme, les doigts deviennent secs et immobiles et, à un stade ultérieur, ils restent en position de flexion. Cette maladie peut également toucher les organes internes, ce qui entraîne souvent une défaillance générale des organes et donc la mort. La cause reste pour l'instant obscure. On suppose qu'il s'agit d'une prédisposition génétique, éventuellement associée à un stress exceptionnel et éventuellement à des toxines environnementales. Du point de vue de la médecine conventionnelle, le diagnostic et le traitement sont similaires à ceux des rhumatismes, ce qui signifie qu'il n'existe rien de vraiment efficace et sans effets secondaires. Il serait donc recommandé d'essayer le MSM. Dans certains cas, on a constaté aux États-Unis une meilleure mobilité des articulations et une meilleure élasticité de la peau.

Lupus érythémateux Cette maladie auto-immune est dirigée contre les propres tissus de l'organisme. Le lupus érythémateux affecte le tissu conjonctif et provoque de graves inflammations, mais sans les indurations cireuses de la sclérodermie. Si l'inflammation s'étend aux vaisseaux sanguins et aux organes, il y a danger de mort en raison de troubles circulatoires massifs et d'une défaillance des organes. Les inflammations des tissus du lupus érythémateux se produisent périodiquement et s'accompagnent de fatigue, de fièvre, d'articulations douloureuses et de zones de peau très enflammées. Le cœur, les poumons, les reins et le tractus gastro-intestinal peuvent être affectés. Les médicaments sont à l'origine de cette maladie.

comme les antibiotiques, les tranquillisants, mais aussi les "Pille" soupçonné

Le MSM a été utilisé dans le département médical de l'université de Portland, Oregon, États-Unis, et ses effets positifs ont été largement documentés. Il vaudrait certainement la peine pour les personnes concernées d'essayer le MSM !

Deux autres maladies de la peau considérées comme incurables et pour lesquelles le MSM peut être utilisé : 1) **L'ichtyose** est l'une des maladies héréditaires incurables les plus courantes. Les symptômes comprennent une peau rugueuse et très sèche qui desquame et provoque des démangeaisons et des douleurs - auxquelles s'ajoute un stress psychologique extrême. Une crème hydratante à base de MSM, de vitamines, d'antioxydants et d'acides aminés a déjà entraîné une nette amélioration des symptômes. Un homme de 44 ans a participé à l'étude de cas. Il avait déjà fait de nombreuses tentatives pour améliorer sa forme très grave de maladie de la peau, mais toutes les thérapies avaient échoué. Après quatre semaines d'utilisation de la crème susmentionnée, l'aspect de la peau s'est amélioré et la formation de pellicules a également diminué. La peau est devenue de plus en plus claire et nette.

- 2) **La rosacée** , la prochaine maladie de peau décrite comme incurable, pour laquelle le MSM pourrait apporter une aide. Au grand dam des patients, cette maladie touche principalement le visage. Alors que le stade initial se caractérise par une rougeur frappante du visage, des pustules, des nodules et des néoformations tissulaires apparaissent par la suite. Les personnes concernées souffrent de douleurs et de démangeaisons ainsi que d'une peau de plus en plus impure.

Une équipe de chercheurs du San Gallicumo Dermatological Institute a participé à une étude en double aveugle et sous placebo

à Rome, 46 patients ont été traités pendant un mois avec une préparation contenant du MSM et également de la silymarine. La silymarine est le principe actif du chardon-marie, qui est également utilisé comme remède pour le foie. La peau des participants a été examinée de près après 10, 20 jours et après la fin du traitement. Les chercheurs ont constaté que la rougeur de la peau ainsi que la formation de nodules et les démangeaisons étaient nettement réduites. Un autre effet positif a été l'augmentation du taux d'hydratation de la peau.

9.) Le MSM en cas de fibromyalgie Le syndrome de fibromyalgie, une maladie autrefois appelée "rhumatisme des parties molles", se manifeste par des douleurs chroniques, souvent intenses, et par des troubles du sommeil.

Douleurs dans les zones molles de l'appareil locomoteur. Les muscles, les tendons et les ligaments sont concernés et réagissent douloureusement à la pression.

Les patients souffrent en outre souvent de divers autres troubles, comme la fatigue, les troubles du sommeil, les troubles de la sensibilité tels que les "fourmis dans les jambes" ou les jambes endormies, la raideur matinale et également les doigts enflés le matin. Les analyses de sang ne révèlent souvent pas de valeurs anormales.

Les causes et les auteurs sont en grande partie inconnus. Certains patients ont subi des traumatismes avant l'apparition de la maladie, suite à des chutes, des accidents ou des blessures de toutes sortes. Certains pensent que des allergies ou des intolérances alimentaires pourraient être à l'origine de la maladie. Des troubles hormonaux, une présence excessive de radicaux libres, des réactions aux toxines environnementales ou aux métaux lourds seraient également possibles. Il se peut également que plusieurs de ces facteurs ou d'autres facteurs se combinent de manière défavorable. La médecine conventionnelle ne dispose que de peu de possibilités de traitement, qui ne sont pas toujours efficaces.

mais qui, à leur tour, présentent les effets secondaires les plus divers.

Selon toute apparence, la prise de MSM déclenche des processus de désintoxication et a un effet à la fois anti-inflammatoire et analgésique.

Le MSM en cas de maux de tête chroniques / migraines On estime que les maux de tête "normaux" sont d'environ 70% de la population souffre de migraines. 15% de la population souffre de migraines. Les maux de tête chroniques sont généralement dus à une tension excessive. Les tensions peuvent être dues au stress, mais aussi à des problèmes physiques tels que des malformations, des troubles de la colonne vertébrale et/ou des articulations de la mâchoire. D'autres points faibles sont souvent la musculature, les yeux, la pression artérielle ou les troubles des voies digestives. Le cycle menstruel peut jouer un rôle, tout comme l'absorption insuffisante de micronutriments.

Le champ d'investigation pour trouver les causes des maux de tête est donc vaste. Les thérapeutes considèrent que l'appareil digestif est probablement à l'origine des maux de tête, car le cerveau et l'intestin sont étroitement liés. L'ingestion d'analgésiques ne peut pas non plus être une solution à long terme. Une fois que le corps s'est habitué aux médicaments, il réagit à nouveau par des douleurs s'il ne les prend pas, ce qui est souvent abordé avec un dosage plus élevé. C'est ainsi que peut commencer le cycle infernal de la dépendance aux médicaments. Un thérapeute qui est en mesure de répondre à la véritable

Il serait bien sûr très utile d'en rechercher la cause. En cas de maux de tête, il faut également penser à l'ophtalmologue, à l'orthopédiste, au dentiste ou à l'orthodontiste.

Le MSM ne peut pas apporter de soulagement direct aux troubles mentionnés ci-dessus, mais une prise régulière peut entraîner une lente amélioration. Le MSM aide à soulager les contractions musculaires et à réduire les tensions. Un apport supplémentaire en magnésium peut avoir un effet encore meilleur et plus rapide.

Le MSM en cas de troubles rénaux et de la vessie Dès les années 1930, une étude sur le DMSO a donné des résultats impressionnants. Chez environ 60% des patients participants souffrant d'une inflammation chronique sévère de la vessie, une amélioration extraordinaire s'est produite grâce à la prise du produit. En 1994, l'urologue américain Stacy Childs de l'université d'Alabama-Tuscaloos a observé qu'en utilisant exclusivement le MSM, les résultats étaient aussi bons qu'avec le DMSO. Si, dans le cas d'une "inflammation normale de la vessie", seules les couches supérieures de la paroi de la vessie sont touchées, les couches plus profondes sont également affectées dans le cas d'une inflammation chronique. Il s'ensuit un rétrécissement drastique de la vessie avec des cicatrices douloureuses. La capacité de la base se réduit de 300-500 ml à environ 50 ml. L'utilisation précoce de MSM permet d'éviter le rétrécissement. Dans le site

Le stade tardif permet au moins de réduire l'infectiosité et d'atténuer la douleur.

Une thérapie au MSM est recommandée en cas d'inflammation des voies urinaires, mais elle doit être discutée avec le thérapeute traitant.

Le MSM en cas d'inflammation des gaines tendineuses et des bourses séreuses Les bourses séreuses se trouvent sur les parties soumises à un frottement ou à une pression constante, comme les hanches, les genoux, les épaules et les coudes.

Les inflammations des bourses (bursite) se manifestent par un échauffement, une rougeur et un gonflement. Les tendons peuvent s'enflammer à la jonction avec les os (tendinite), les gaines tendineuses peuvent également être touchées (tendovaginite). Ces inflammations sont principalement dues à la préllé, à l'absence de mouillage et à la surcharge mécanique.

Le MSM peut être utilisé pour toutes les espèces, mais il convient de choisir un dosage plus élevé au début.

Le syndrome de Karpaltunnel Le syndrome de Karpaltunnel est un problème d'engorgement nerveux. Le canal du poignet se trouve à la jonction de la main et de l'avant-bras et est traversé par le nerf médian. Si ce nerf est rétréci, des troubles typiques tels que l'engourdissement ou les picotements des mains se manifestent.

ainsi que des douleurs, surtout la nuit. Le syndrome du carpal est souvent associé à d'autres maladies, par exemple les maladies rhumatismales ou le diabète. L'accumulation de liquide dans les tissus pendant la grossesse peut également provoquer les troubles décrits.

Le Dr Liebke, expert en MSM, conseille d'administrer le plus de MSM possible afin de soulager le nerf et de réduire l'enflure.

Le MSM en cas de problèmes de dos Compte tenu des dizaines de milliers de personnes qui souffrent de maux de dos chroniques et récurrents, il serait certainement intéressant d'essayer le MSM. Les maux de dos peuvent avoir diverses causes, telles que des hernies discales, des modifications dégénératives ou des déformations du corps vertébral, des étirements des ligaments, des tensions musculaires, des inflammations nerveuses, l'ostéoporose, des carences en vitamines et en minéraux, etc. Les médecins scolaires prescrivent principalement des analgésiques et des anti-inflammatoires ou des agents de relaxation musculaire. Si l'amélioration laisse à désirer, on opère bien sûr aussi, mais souvent sans le résultat positif escompté.

En revanche, la prise à long terme de MSM a fait ses preuves. Il réduit l'inflammation et la douleur, diminue l'inflammation et la douleur.

la pression sur les tissus, favorise la circulation sanguine et détend les muscles.

MSM en cas de carcinome de la cavité buccale
Les tumeurs de la cavité buccale sont des tumeurs plutôt sécrètes. On compte environ 10.000 nouveaux cas par an. Les facteurs de risque sont le tabac et l'alcool. Le taux moyen d'incidence en Allemagne est d'environ 54%. Des scientifiques sud-coréens ont découvert que le MSM est d'une part capable d'inhiber la croissance des tumeurs au niveau de la gencive, et d'autre part qu'il joue un rôle dans la mort contrôlée des tumeurs.

Le MSM en cas de problèmes pulmonaires De même que pour diverses autres affections, le MSM soulage les kystes pulmonaires, la bronchite, l'essoufflement et la toux du fumeur !

Le MSM en cas d'obésité Le manque d'exercice et une mauvaise alimentation sont aujourd'hui souvent à l'origine de l'obésité et des maladies qui en découlent, comme l'ostéoporose, le diabète et d'autres maladies métaboliques. Certains spécialistes considèrent que le MSM a des effets positifs sur les troubles métaboliques. Dans le cadre de l'expérimentation animale, le MSM a été testé sur l'effet du métabolisme des graisses et du glucose. Un régime riche en graisses a été influencé favorablement par le MSM. Comment ces découvertes ont-elles influencé

Il faut poursuivre les recherches sur les possibilités de transfert de la médecine humaine.

Le MSM pendant la grossesse Sur la base d'études sur les animaux, on suppose que le MSM est également un produit sûr pendant la grossesse et l'allaitement, mais il n'existe pas de résultats d'études sur les femmes enceintes. Il est donc conseillé de discuter de la prise avec le thérapeute. Il est absolument déconseillé de prendre des doses élevées de MSM, car cela pourrait déclencher des processus de désintoxication qui ne sont pas souhaitables pendant la grossesse et l'allaitement.

Le MSM pour la beauté, l'énergie et la forme
Le soufre, associé aux vitamines B, stimule le métabolisme et assure ainsi la production d'énergie. Une activité physique suffisante et de l'air frais augmentent l'énergie et la forme. Le soufre est également le principal fournisseur de protéines telles que le collagène, la kératine et l'élastine. Cette dernière confère à la peau son élasticité, la kératine constitue les cheveux et les ongles, le collagène maintient la structure de la peau. En cas de carence en soufre, les cheveux et les ongles deviennent cassants et fragiles et la peau devient plus sèche, rugueuse et terne. En cas d'utilisation interne du MSM, mais aussi externe sous forme de gel, la peau et les cheveux s'améliorent à vue d'œil. En cas de tendance à l'eczéma, une capsule de MSM diluée dans de l'eau peut également être utilisée.

et l'appliquer sur l'inflammation.

Détoxification du corps Compte tenu du nombre infini de substances issues de l'industrie chimique auxquelles notre corps est exposé de nos jours, il est certainement judicieux de chercher une méthode qui peut aider à se débarrasser de ces substances. Pratiquement aucun produit, qu'il s'agisse de l'industrie alimentaire, de l'industrie de la lessive, du nettoyage ou de l'hygiène corporelle, des peintures, des vernis, des moquettes, des gaz d'échappement des voitures, des engrais et des pics dans l'agriculture, de la fabrication des textiles ou du nettoyage à sec, n'entre dans la maison ou dans notre environnement sans être contaminé. Notre corps peut certainement traiter, décomposer et, d'une manière ou d'une autre, éliminer beaucoup de choses.

"Le plus souvent, il s'agit d'un problème de Un tonneau à déborder.

Le Dr Frank Liebke, médecin généraliste, expert en prévention orthomoléculaire et en nutrition, écrit à ce sujet :

"Le Chemical Abstract Service, un répertoire de tous les composés fabriqués par les chimistes, a documenté en 1954 environ 600.000 substances chimiques connues à cette date. Dans les années qui ont suivi, la chimie s'est développée à une vitesse fulgurante, si bien que rien qu'en 1992, 600.000 composés chimiques synthétiques sont venus s'y ajouter. Aujourd'hui, le nombre total de substances chimiques fabriquées artificiellement devrait dépasser les 15 millions.

Seule une fraction de ces substances a été évaluée en termes d'impact sur la santé et l'environnement. Malheureusement, les "spécialistes" sont encore trop enclins à considérer les

minimiser le danger que représentent les substances potentiellement nocives. Il est vivement conseillé de faire preuve de scepticisme face aux données publiées sur l'innocuité des substances chimiques ! Le fait paradoxal que le mercure continue d'être autorisé dans les amalgames et qu'il soit considéré en premier lieu comme "inoffensif" (alors que, d'un autre côté, il est considéré comme nocif pour l'environnement, même à l'état de traces infimes, et qu'il ne doit pas être déversé dans les nappes phréatiques !) montre également la tendance aux compromis "pourris" conclus par les lobbyistes et les politiques au détriment de l'homme et de l'environnement". (Selon la décision de l'UE, les amalgames dentaires doivent être minimisés à partir de juillet 2018).

C'est ce que dit le Dr Liebke dans sa citation, et il fait également référence à la différence entre l'intoxication chronique et l'intoxication aiguë. Nous sommes souvent exposés à des substances toxiques pendant de longues périodes, au cours desquelles elles s'accumulent dans le corps et peuvent se potentialiser mutuellement. Les spécialistes ne considèrent toutefois toujours que la dose quotidienne la plus faible, qui est considérée comme inoffensive. Ce qui est macabre, c'est que la loi impose aux exploitants de crématoriums d'utiliser des filtres de plus en plus puissants pour fixer les concentrations de substances toxiques dans les cadavres. Le Dr Liebke ajoute que l'homme n'a malheureusement pas de perception sensorielle précise pour éviter les substances toxiques, et qu'il n'existe pas non plus de méthode de mesure précise permettant de détecter les substances toxiques dans les tissus graisseux et organiques profonds, dans le cerveau ou la moelle osseuse. Il est donc d'autant plus important de soutenir le corps dans sa tâche de désintoxication.

Que peut-on faire pour cela ?

Le MSM est très apprécié par les thérapeutes qui s'occupent de la désintoxication. On ne comprend pas encore très bien les mécanismes d'action, mais on sait que le MSM est un produit très efficace.

est que le soufre lie les métaux lourds que sont le mercure, le plomb et le cadmium et peut donc les rendre éliminables.

Le MSM semble agir lui-même comme un antioxydant, mais il participe en outre à la formation d'acides aminés et d'enzymes qui combattent les radicaux libres et aident le foie à se désintoxiquer. Si le MSM est utilisé pour la désintoxication d'une exposition chronique aux toxines, il faut veiller à ce que suffisamment de liquide soit apporté pour éliminer les toxines. Au moins 1 ½ à 2 litres d'eau ou un peu de tisane par jour sont nécessaires, sinon un malaise général, des maux de tête et de l'abattement peuvent survenir.

Le MSM pour réduire la douleur et l'inflammation

Dans notre pays, environ 11 millions de personnes souffrent de maladies chroniques. Les douleurs les plus diverses sont les maux de tête et de dos, suivis des douleurs articulaires, musculaires et nerveuses, de l'ostéoporose, des rhumatismes, du cancer, etc. Pour éviter la formation de la "mémoire de la douleur", la médecine mise sur l'administration précoce de médicaments, ce qui n'est toutefois pas sans effets secondaires. Si une prise à long terme est nécessaire, le risque de subir de graves dommages augmente naturellement aussi. Les irritations du tractus gastro-intestinal, les vomissements, les nausées, les diarrhées et, dans les cas graves, les saignements dans la muqueuse gastro-intestinale sont relativement fréquents. A cela s'ajoutent souvent des maux de tête, des vertiges, des lésions du cartilage, des troubles de la circulation sanguine ou du rythme cardiaque et, bien souvent, des modifications psychiques.

Compte tenu de ces effets secondaires pénibles, il serait urgent de se tourner vers des moyens alternatifs. On sait depuis des millénaires que le soufre peut être utile en cas de douleurs et de troubles de toutes sortes. Il a surtout été utilisé sous forme de sources sulfureuses. Si le MSM est encore relativement peu connu en Allemagne, il a fait l'objet de recherches intensives aux États-Unis au cours des 20 dernières années. Plus de 40 études ont été menées. La publication du professeur Stanley W. Jacob en 1999 a fait sensation. En tant que directeur de la clinique de la douleur de Portland, il avait traité 18.000 patients avec du MSM sur une période de 20 ans. Le succès lui a donné raison : environ 70% des participants étaient devenus nettement ou totalement indolores.

En Amérique, le MSM s'est établi comme antidouleur et anti-inflammatoire doux. Il peut également être utilisé comme complément alimentaire en combinaison avec des analgésiques. Jusqu'à présent, aucune réaction allergique ou toxique n'a été constatée.

Comment le MSM soulage-t-il la douleur ?

Jusqu'à présent, les mécanismes d'action n'ont pas été définitivement élucidés.

Les affirmations suivantes sont toutefois confirmées :

Le MSM inhibe les inflammations qui exercent une pression sur les tissus et les nerfs, provoquant ainsi des douleurs.

Le MSM empêche la conduction de la douleur dans les fibres nerveuses, ce qui permet de contrecarrer la formation de la mémoire de la douleur.

Le MSM favorise la circulation sanguine, ce qui améliore l'approvisionnement des tissus malades. Il favorise la guérison et minimise les douleurs.

MSM soulage les muscles tendus et entraîne ainsi muscles et soulage la douleur.

MSM augmente dans les membranes cellulaires le niveau de perméabilité pour les substances propres à l'organisme qui soulagent la douleur.

Les inflammations et les douleurs ont de nombreux points communs, c'est pourquoi les analgésiques courants agissent également comme des anti-inflammatoires. Le MSM possède les mêmes propriétés de manière naturelle.

Les recherches menées à ce sujet le prouvent :

Le MSM optimise l'action des hormones produites par l'organisme, comme

par exemple la cortisone contre les inflammations.

MSM fait disparaître gonflements diminue
grâce à l'évacuation des liquides tissulaires
inflammatoires.

MSM empêche l'excès de la prolifération des
cicatrices, les fameux "fibroblastes".

Le MSM et le sport

Les sportifs devraient prendre du MSM !

Le sport devrait avant tout être bénéfique pour la santé et aider à être heureux. Mais le sport n'a pas que des avantages pour le corps. Il y a notamment la libération de radicaux libres et d'acides. Pour pouvoir les éliminer, le corps a besoin de moyens qui soient disponibles en quantité suffisante. Sinon, des douleurs, des claquages, des tensions, des courbatures, des inflammations, de la fatigue et une plus grande vulnérabilité aux infections apparaissent rapidement. De tels symptômes ne sont pas seulement désagréables, ils font aussi régresser le sportif, qui risque de perdre ses muscles et sa condition physique.

Pour y remédier, le soufre peut faire beaucoup. Des études ont montré que sa prise a permis d'améliorer considérablement les capacités antioxydantes de l'organisme, on a constaté une nette diminution des blessures, des dommages musculaires et des lésions cellulaires. Le site

Les études susmentionnées ont en outre montré que l'augmentation du soufre permettait aux sportifs de récupérer plus rapidement, ce qui permet de conclure que le MSM protège également les muscles des blessures et prévient les courbatures, etc.

Un corps soumis à un entraînement rigoureux est soumis à un stress oxydatif. Cela nécessite une protection des cellules, un maintien du système immunitaire à un niveau élevé et un soutien pour freiner les radicaux libres. C'est là qu'intervient le MSM. Il contient du glutathion, un soutien antioxydant très précieux. En effet, qui veut un stress oxydatif qui freine la régénération et la récupération des cellules ?

Une autre étude prouve que le soufre, ici le MSM, peut protéger les articulations. Un exemple classique de

dégénérescence de la masse cartilagineuse est l'arthrite. Le soufre peut être utilisé dans ce cas sans effets secondaires nocifs et ne peut pour ainsi dire pas être surdosé. L'intensité de la douleur et la limitation des mouvements en cas d'arthrose du genou ont été examinées dans une autre étude. Là aussi, des améliorations significatives ont été constatées grâce à la prise de MSM.

Voici encore une fois résumées les sept raisons de prendre du MSM en tant que sportif :

1. Le MSM lutte contre les inflammations dues au sport
2. Il réduit les courbatures et les dommages musculaires
3. Oxydant Stress après le entraînement ou de compétition est réduit
4. La régénération des muscles est favorisée
5. Le pouvoir antioxydant de l'organisme est augmenté.
6. Des articulations saines sont soutenues, tout comme une amplitude de mouvement optimale.
7. Dégradation du cartilage sera est prévenue, la douleur est soulagée.

À cela s'ajoutent d'autres effets secondaires positifs sur d'autres processus métaboliques :

1. Régulation de l'important équilibre protéique
2. Renforcement du système immunitaire

3. Effet contre les allergies
4. Promotion de la forme, de l'énergie et de la beauté.

Conclusion : le MSM est le complément alimentaire idéal pour les sportifs, il est en outre relativement bon marché sur Internet ou en pharmacie !

Le MSM est-il un produit miracle ?

Que chacun l'appelle comme il veut. Les miracles, c'est une chose. Peut-être qu'avec son large spectre d'action, c'est tout simplement une substance importante de la nature ? Il suffit de le savoir et d'apprendre à le connaître. En bref, pour reprendre les mots de Michael Labiner (naturopathe et auteur) : "N'est-ce pas tout simplement merveilleux ce que Mère Nature nous réserve dans sa pharmacie familiale ?

Le travail de combinaison dans le corps

La raison des propriétés particulières et du large spectre d'action du soufre organique réside dans sa structure chimique et dans son activité biologique. Le soufre libéré dans le corps forme les substances kératine et collagène, principaux composants des ongles, des cheveux et des tissus conjonctifs. Le collagène ne sert pas seulement à consolider les tissus, mais il est indispensable à la transmission de la bio-information. Le MSM est essentiel à la survie de l'ensemble de l'organisme. Les composés soufrés forment des structures importantes entre les cellules et le tissu conjonctif environnant. En cas de sous-alimentation en soufre, l'élasticité des cellules et de leurs membranes est perdue. De ce fait, moins d'oxygène et de nutriments peuvent entrer dans les cellules et, par conséquent, moins de déchets peuvent en sortir. À long terme, cela affaiblit le corps. Il perd de sa vitalité, devient vulnérable aux infections et surtout aux maladies dégénératives chroniques.

Le bon dosage

Après avoir fait connaissance avec les possibilités d'action, nous devons maintenant nous pencher sur le dosage et l'utilisation du MSM. Jusqu'à présent, il n'a jamais été constaté que notre alimentation contenait trop de soufre. Il est toutefois incontestable qu'une carence en cet élément peut entraîner des troubles de la croissance des ongles et des cheveux. Par ailleurs, l'absence de soufre contribue à l'apparition d'arthrose.

Le MSM est proposé sous forme de comprimés, de capsules, de poudre et même de gel.

En ce qui concerne le dosage et la prise, la raison pour laquelle le MSM doit être pris est tout d'abord importante. S'agit-il de maintenir les besoins de base en soufre ou d'obtenir des effets thérapeutiques ? La notice d'emballage décrit certes précisément comment et combien de MSM doit être pris, mais on peut aussi en discuter avec son médecin ou son naturopathe ou faire des recherches soi-même.

On estime que le corps a un besoin de base d'environ 850 mg de soufre par jour.

Pour les thérapies, il faut commencer par prendre 0,5 à 2 grammes de MSM par jour. Comme tout le monde réagit biochimiquement différemment, la quantité ingérée peut augmenter jusqu'à 6 - 10 grammes. Cette augmentation devrait être répartie sur plusieurs portions, ce qui permet au corps de mieux l'utiliser et d'éviter d'éventuels ballonnements. La dernière prise ne devrait pas avoir lieu juste avant le coucher, mais plutôt vers 18 heures, au moment du dîner.

Important : la prise est entièrement sans effets secondaires, les excédents sont directement éliminés par les reins et les intestins. Dans certains cas exceptionnels, un dosage élevé (4 g et plus) peut entraîner de légers effets secondaires, comme des selles fréquentes, de la fatigue, des maux de tête, des éruptions cutanées. Dans ce cas, le MSM doit être arrêté pendant une courte période afin de calmer le corps. Ensuite, la dose individuelle doit à nouveau être faible et répartie sur plusieurs fois.

En Allemagne, environ 11 millions de personnes souffrent de douleurs chroniques, de fatigue chronique, de la maladie d'Alzheimer, de mycoses, du diabète, rhume des foies, fluctuations hormonales, etc. Dans ce cas, la prise de 1.000 mg de MSM peut déjà souvent aider à maîtriser ces problèmes. Le MSM agit également en usage externe, par exemple en cas d'acné, d'eczéma, de douleurs musculaires, de meurtrissures ou de brûlures.

En général, la dose de départ doit être faible et la quantité journalière doit être augmentée progressivement. Le MSM doit cependant être consommé régulièrement et sur une longue période. Il est conseillé de le prendre en combinaison avec de la vitamine C, car cette dernière fournit la synergie nécessaire.

Même à des doses plus élevées, le MSM est sûr et sans effets secondaires. En règle générale, il peut également être pris en même temps que d'autres médicaments, les interactions ne sont pas connues. Les anticoagulants comme l'aspirine, le marcumar ou autres constituent des exceptions. Avant la prise simultanée, il convient de demander conseil au thérapeute traitant.

Le MSM n'est pas un médicament, mais un complément alimentaire. L'effet n'est donc pas immédiat, parfois il peut durer des jours, voire des semaines, il faut donc s'armer d'un peu de patience.

Combien de temps faut-il prendre du MSM ?

Le MSM doit être pris régulièrement, au bon dosage. Il n'est pas possible d'indiquer une durée précise, cela dépend du type et de la gravité de la maladie ou de la plainte. Mais il est certain que tout sera possible, de quelques jours à des années.

Des études font état d'une amélioration des maladies au bout de quelques jours seulement, mais il convient également de prévoir une prise sur une plus longue période. Un médecin ou un naturopathe devrait pouvoir donner des informations plus précises à ce sujet. En cas d'automédication, c'est soi-même qui constate le mieux quand le résultat souhaité est obtenu.

Ce à quoi il faut faire attention lors de l'achat

Ces derniers temps, on lit de plus en plus de choses sur le MSM, principalement sur Internet. On y conseille de plus en plus d'acheter du MSM et de l'essayer, car il aurait des effets bénéfiques sur la santé et la guérison. Mais avant de prendre une décision, il convient de s'informer en détail sur le méthylsulfonylméthane (MSM) pour savoir s'il peut être le remède approprié. Il faut par exemple savoir que le MSM est présent dans le lait, le thé, la choucroute, les oignons ou l'ail, mais que la cuisson réduit encore les quantités de soufre présentes.

C'est pourquoi il est recommandé d'acheter et de prendre du MSM comme complément alimentaire.

Le soufre (Sulfur) en homéopathie Les homéopathes prescrivent souvent Sulfur pour le traitement des maladies chroniques.

les maladies. Mais avant cela, une Une anamnèse est nécessaire pour que l'homéopathe sache exactement quels sont les troubles et les maladies antérieures. Cela conduit ensuite à un traitement individuel qui correspond exactement au patient et à ses symptômes.

Voici une liste de maladies et d'états typiques qui se traitent bien avec le soufre, et donc aussi avec le MSM : - Dépressions - Angoisses hypocondriaques - Inflammations des paupières et de la conjonctive ou orgelets - Troubles du sommeil - Phlébite - Pneumonie - Effet grippal - Asthme - Problèmes gastriques et intestinaux - Hémorroïdes - Troubles menstruels et de la ménopause - Troubles rhumatismaux - Psoriasis - Acné, eczéma et éruptions cutanées.

Le MSM pourrait être utile pour les symptômes et les troubles suivants : - Paresse - Égoïsme - Peur pour la santé - Peur pour la famille et les enfants - Troubles dus à des menaces ou des offenses - Chaleur excessive (dans les pieds ou au sommet du crâne) - Transpiration fréquente - Diarrhée matinale - Sécrétions odorantes (sueur, selles, urine) - Fringales - Ouvertures du corps brûlantes et rouges (yeux, lèvres, narines, anus) - Éruptions suintantes.

La liste n'est certainement pas exhaustive, mais dans tous les cas, il convient de consulter un médecin ou un homéopathe dès l'apparition des symptômes.

En homéopathie, le sulfure est administré sous forme de globules, de gouttes ou de comprimés. Tout comme le MSM, ils ont l'avantage d'être absolument sans effets secondaires. Rien ne s'oppose à l'automédication avec Sulfur. Le traitement doit toutefois être effectué à des puissances faibles (D6 ou D12).

Si le traitement homéopathique est trop incertain, on prend tout de suite du MSM, sous n'importe quelle forme.

Bains de soufre

Bains de soufre - le pouvoir de guérison

Que dit la brochure ? Des vacances avec un grand effet positif sur la santé - les bains de soufre ! Ça a l'air intéressant.

Les sources sulfureuses existent aujourd'hui sous forme de bains thermaux, très nombreux en Hongrie par exemple. Elles ont un effet bienfaisant, analgésique et anti-inflammatoire. Cela est dû à plusieurs facteurs.

Tout d'abord, la chaleur de l'eau agit dans les bains thermaux. L'effet est renforcé par le sulfure d'hydrogène. Dans tout le corps, les muscles se détendent, les tissus conjonctifs s'étirent mieux, les vaisseaux sanguins se dilatent et le cœur bat plus vite. L'irrigation sanguine accrue de la peau entraîne une meilleure absorption des minéraux et de l'oxygène. Le sulfure d'hydrogène passe dans le sang par la peau et contribue ensuite à la guérison aux endroits où il est nécessaire. Il inhibe par exemple les inflammations articulaires, il aide à reconstruire le cartilage des articulations.

Les réactions susmentionnées font des bains de soufre des lieux appropriés pour soigner les maladies de l'appareil locomoteur. Il s'agit notamment des affections des disques intervertébraux, des rhumatismes des parties molles, des maladies rhumatismales ou des douleurs musculaires. Mais il est également possible de traiter les maladies inflammatoires de la peau, l'eczéma ou la névrodermite. Ces applications sont généralement prescrites sous forme de cures .

Il existe en Allemagne environ 30 stations thermales et lieux de cure avec des sources thermales sulfureuses. Leur eau doit contenir au moins 1 gramme de soufre par litre d'eau, et c'est seulement à cette condition qu'elles peuvent se prévaloir du titre de source thermale.

L'utilisation unique d'un bain sulfureux, que ce soit dans une source thermale ou dans sa propre baignoire, est plutôt considérée avec scepticisme, elle n'est tout simplement pas suffisante. Tout d'abord, un tel bain devrait toujours être prescrit par le médecin. Il faut prévoir 10 à 20 minutes pour le bain, plus une longue période de repos après, et l'eau doit être à environ 40 ° C. Il n'est pas possible de se baigner dans un bain de soufre sans l'accord du médecin.

Que se passe-t-il maintenant dans le corps ?

Le soufre pénètre par la peau, il a un effet anti-inflammatoire et analgésique, la production de sébum est inhibée.

Le soufre a un effet stimulant sur la circulation, car les vaisseaux se dilatent et le tissu conjonctif est davantage irrigué. La tension artérielle peut légèrement baisser.

Le bain de soufre est principalement recommandé pour les troubles de la colonne vertébrale et des articulations.

Le bain de soufre à domicile est disponible sur Internet ou en pharmacie. Il s'agit d'un additif à l'eau du bain. Attention au dosage !

Mais même les bains de soufre, en soi sains, peuvent avoir des effets secondaires :

La grossesse et l'allaitement sont des périodes pendant lesquelles les femmes ne peuvent pas prendre un tel bain.

Il ne faut prendre un bain de soufre qu'aux intervalles recommandés, sinon la peau risque de se dessécher.

Les effets secondaires peuvent être : une intensification temporaire des symptômes ainsi que des démangeaisons, des rougeurs de la peau, un moins bon aspect de la peau ou une modification des règles.

Des interactions peuvent se produire lorsque des produits cosmétiques contiennent de l'alcool, des produits qui dissolvent la cornée ou des produits fortement desséchants.

les produits cosmétiques.

Important : respecter impérativement la durée du bain. Si des troubles circulatoires apparaissent, quitter immédiatement le bain ou ajouter de l'eau froide. Les bijoux doivent être retirés avant le bain.

Les personnes souffrant de maladies infectieuses, aiguës ou fébriles, d'asthme bronchique, d'artériosclérose ou de tumeurs devraient renoncer aux bains !

Tout ce qui est décrit ci-dessus sur les bains de soufre peut être obtenu chez soi avec du MSM. Pour cela, il suffit de laisser la poudre se dissoudre dans l'eau du bain et de laisser ensuite le soufre agir. C'est très relaxant et bénéfique pour la santé !

Le MSM et les animaux Le MSM est indispensable à l'organisme humain. mais les plantes et les animaux ont également besoin de certaines quantités de soufre pour maintenir leur organisme en bonne santé. Le soufre influence chez les animaux la La qualité de la peau et du tissu conjonctif, mais aussi la résistance des cartilages, des tendons et des ligaments. En outre, le soufre est nécessaire au bon fonctionnement du métabolisme. Les protéines, les hormones et les enzymes dépendent fortement d'un apport suffisant en soufre.

On attribue au MSM les avantages suivants chez les animaux :

- Soulagement des douleurs chroniques - Anti-inflammatoire - Améliore la capacité des cellules à absorber les nutriments - Antioxydant efficace - Détoxification - Peut réparer les dommages neurologiques - Soulage les allergies - Combat les maladies auto-immunes - Prévient les parasites - Favorise l'absorption du glucose par les cellules en cas de diabète.

Dans leur environnement naturel, les animaux d'élevage absorbent le soufre principalement par le biais de leur alimentation. Mais ces dernières années

l'érosion croissante et l'agriculture excessive font que les sols ne contiennent plus suffisamment de soufre naturel. De plus, le séchage et le stockage de l'herbe destinée à l'alimentation réduisent la teneur en soufre. Il en résulte des symptômes de carence qui, logiquement, n'affectent pas seulement les animaux, mais aussi, de manière indirecte, les hommes. Pour y remédier, sont utilisés depuis quelque temps des compléments alimentaires comme le MSM sont proposés, qui s'orientent spécialement sur les besoins des animaux. Ils agissent contre la teneur trop faible en soufre de l'alimentation.

Il existe deux grands groupes cibles : Les animaux domestiques, comme les chiens et les chats, et les animaux de rente, en particulier les chevaux. Ces derniers occupent une place importante dans la catégorie des animaux de rente. Autrefois, ils étaient une force de travail et un fournisseur de viande. Cette image a toutefois évolué. Aujourd'hui, les chevaux sont un symbole de statut social et l'équitation est un hobby très prestigieux. Par conséquent, il s'est également établi dans les milieux équestres d'accorder une grande importance à l'alimentation des chevaux, donc de privilégier une alimentation équilibrée et saine. Le MSM est depuis longtemps un secret pour maintenir les animaux en bonne santé et performants. Les points faibles typiques des chevaux, les articulations, les ligaments et les tendons, sont inévitablement particulièrement exposés aux blessures en raison de leur besoin de bouger. Les problèmes les plus fréquents chez les chevaux de selle sont : - élongations - entorses - ligaments distendus - tensions musculaires .

Le soufre sous forme de MSM peut s'avérer très utile dans ce cas, car le soufre est un composant du collagène produit par l'organisme. Le collagène - et donc le soufre - est nécessaire, avec la glucosamine et la chondroïtine, dans tous les processus de régénération du tissu cartilagineux, car

il est indispensable à sa formation. En outre, le soufre peut également ralentir les processus dégénératifs liés à l'âge. En outre, le MSM favorise le métabolisme et est nécessaire à la formation du glutathion, l'un des antioxydants les plus puissants.

Dosage recommandé : 1 cuillère à soupe bombée 1 fois par jour, mélangée à la nourriture.

Le MSM a également fait ses preuves comme complément alimentaire pour les animaux domestiques. Il peut être donné en complément pour maintenir la santé des articulations et des tissus conjonctifs des chiens et des chats. Le MSM a également une influence positive en cas de douleurs ou d'inflammations. Il est également utile pour la désintoxication. Enfin, il atténue les réactions du système immunitaire déclenchées par des allergies. Voici quelques exemples de symptômes qu'un chien peut présenter s'il manque de minéraux comme le soufre : Inflammations chroniques Douleurs articulaires et musculaires chroniques Malaise général Mobilité réduite, par exemple pour les longues promenades ou les jeux n Léchage permanent de la peau ou des pattes pour soulager les douleurs Manque de force.

Pour ces problèmes, le MSM peut être utilisé comme soutien, car il réduit l'entrave au mouvement des articulations et renforce le système immunitaire.

Dosage recommandé : pour un poids corporel jusqu'à 10 kg, 1x par jour ¼ de cuillère à café, poids 10-25 kg 1-2x par jour ¼ de cuillère à café, poids au-dessus 1-2x par jour 1 cuillère à café - mélanger à la nourriture.

Il n'y a pas d'effets secondaires à craindre (*étude de Food and Chemical Toxicology de 2007*). Néanmoins, dans de rares cas, des vomissements ou des diarrhées peuvent survenir. Il convient donc de respecter scrupuleusement la posologie indiquée. Toutefois, si des changements de comportement apparaissent il faut consulter rapidement un vétérinaire.

Quelles sont les préparations de MSM que nous recommandons ?

Si vous êtes maintenant perplexe et que vous avez la tête pleine de sulfures, d'atomes, de méthyle, de méthane, de composés organiques et inorganiques, nous avons trois recommandations à vous faire.

Non, ces produits ne sont pas sponsorisés et non, nous ne générons pas de commissions avec eux.

Oui, nous utilisons nous-mêmes ces produits, nous en avons fait la meilleure expérience et nous pouvons les recommander en toute bonne conscience.

Oui, ils sont bien sûr certifiés et offrent un bon rapport qualité-prix.

Oui, nous voulons que vous soyez aussi enthousiastes que nous à propos du MSM.

Pour éviter d'acheter des produits qui n'offrent pas ce que vous pouvez attendre d'un produit MSM de qualité, nous vous recommandons ces 3 produits phares. Mais comme nous l'avons dit, il ne s'agit que de recommandations. En fin de compte, c'est à vous de décider.

Gélules MSM originales de Robert Franz :

<https://www.amazon.de/dp/B014PN86TE>

Gélules de MSM de Nature Love :

<https://www.amazon.de/dp/B01KO8S2VG>

Gélules de MSM de natural elements :

<https://www.amazon.de/dp/B074CK89VC>

Par souci d'exactitude, nous tenons à préciser ~~que les 3 produits mentionnés, y compris leurs désignations~~ d'articles et toutes les marques, noms et marques déposées qui y sont associés, sont des produits originaux.

Témoignages

Heike, 45 ans : Je prends du MSM sous forme de capsules depuis environ 4 mois. J'ai fait de bonnes expériences avec ce produit. La raison en était qu'il devait aider à soulager mes douleurs articulaires. Elles ont effectivement diminué de 50% à 70%. Un effet secondaire positif, auquel je ne m'attendais pas, s'est produit. Les selles se sont régularisées et ma peau, sujette aux impuretés, est nettement plus belle.

Max, 36 ans : J'ai la peau sèche sur tout le corps. Après la première semaine de prise de MSM, tout était comme d'habitude. J'ai eu tous les jours des taches rouges qui me démangeaient comme un fou. Depuis une semaine, il n'y en a plus. De plus, ma nuque n'est plus aussi tendue, ce qui arrivait tout le temps. Je continue à prendre du MSM sans hésiter.

Yvonne, 28 ans : J'utilise régulièrement le MSM, en premier lieu pour la désintoxication. C'est vraiment super. Il élimine vraiment les déchets du corps. Je l'ai aussi pris après le retrait des amalgames et je me suis rapidement sentie mieux.

Anne, 50 ans : Je connais une parente qui souffrait d'une forme mixte d'asthme et de DLCO. Sa capacité pulmonaire était déjà inférieure à 40 %. Elle a entendu parler du MSM et le prend depuis quelques mois. Elle a arrêté tous les médicaments, sauf un, et son état de santé s'est énormément amélioré. Je vais me procurer le produit.

Anton, 61 ans : je souffre de diverses arthroses génétiques des doigts et du poignet, parfois accompagnées de douleurs au repos. Je prends du MSM depuis un an, ainsi que de la glucosamine et de la chondroïtine. Pas sous forme de gélules, mais dissous dans de l'eau, un verre à shot chaque soir. Après une courte aggravation initiale, les douleurs ont disparu au bout de deux mois environ et les articulations ont retrouvé leur mobilité.

en mouvement. Le médecin et l'orthopédiste connaissent le combo et l'approuvent.

Chris, 37 ans : J'ai essayé le MSM pendant plusieurs mois et à haute dose. Peut-être qu'ils aident en cas de carence en soufre, chez moi ils n'ont eu aucun effet.

Hakan, 52 ans : j'ai pris ce médicament pendant une semaine à cause de douleurs musculaires permanentes. Cela n'a pas servi à grand-chose. Mais je vais essayer à nouveau sur une période plus longue.

Effets secondaires et critique de MSM

Le MSM est salué par beaucoup comme un remède miracle, d'autres le critiquent fortement. Les médecins conventionnels se moquent souvent du MSM, car il n'existe pas suffisamment d'études sur ses effets. En revanche, les médecins alternatifs le recommandent comme complément alimentaire. Les critiques en bref :

Le MSM n'est pas un médicament, mais un complément alimentaire.

La sécurité, les effets secondaires et l'efficacité n'ont pas fait l'objet d'études réglementaires.

Les besoins en soufre sont couverts par l'apport de protéines (Société allemande de nutrition).

Il pourrait en résulter un excès de soufre, avec pour conséquence une carence en sélénium, cuivre et cobalt.

La prise sous forme de poudre rend le dosage difficile.

Éventuellement Effets secondaires sont ne sont pas sont suffisamment documentés.

Lors de la prise, il y a une première exacerbation .

Les études avec un grand nombre de participants font défaut, c'est pourquoi la publicité pour le MSM comme panacée est problématique.

L'affirmation selon laquelle le MSM n'est pas nocif à quelque dose que ce soit n'est ni prouvée ni réfutée, car il n'existe pas d'études suffisantes sur l'homme. Les faits correspondent au fait qu'aucun effet toxique n'a été constaté lors d'expérimentations animales avec des doses fortement accrues.

Appliqué sur les yeux, la peau et les muqueuses, le MSM peut provoquer des irritations.

En Allemagne, le MSM est autorisé comme complément alimentaire si la quantité ne dépasse pas 50 mg par jour. L'Office fédéral pour Protection des consommateurs et de la sécurité alimentaire met en garde les groupes de personnes suivants contre la prise de ce produit (source : Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit. En ligne : Aliments avec adjonction de méthylsulfonylméthane (BVL 13/01/022) Enfants et jeun

es de moins de 18 ans

Femmes enceintes / Allaitement

les personnes qui sont traitées avec anticoagulants coumariniques.

Le site américaine Food and Drug Administration L'Agence américain e des produits alimentaires et médicamenteux (FDA) a estimé que le MSM ne présentait pas de risque pour la santé en cas de prise allant jusqu'à 4,8 g par jour.

Résumé

Pour conclure, tout ce qu'il faut savoir et les études disponibles en version originale sur le MSM en un coup d'œil :

Comme le calcium, le magnésium, le sodium et le phosphore, le soufre fait partie des éléments quantitatifs de l'organisme. Il est présent dans les aliments frais (plantes, fruits, légumes, poisson, viande). Tout type de préparation diminue la teneur en soufre !

Le soufre est un matériau de construction du collagène et se concentre dans les cheveux, les ongles, les cartilages et les tissus conjonctifs ainsi que dans le système immunitaire.

Le MSM joue un rôle important dans le métabolisme des protéines ; des enzymes et des hormones sont produites. Il est important pour la désintoxication du foie et la protection contre les radicaux libres.

Les ponts soufrés déterminent la structure de toutes les enzymes et protéines. Sans eux, le corps ne peut pas utiliser des substances importantes.

Le MSM favorise la perméabilité des membranes cellulaires, ce qui renforce l'effet des micronutriments et accélère l'élimination des déchets.

Le MSM peut convertir le sucre sanguin en énergie et améliore ainsi la mise à disposition d'insuline.

Le MSM participe à la régulation du métabolisme des prostaglandines (formation d'anticorps) dans les défenses immunitaires.

Le MSM est nécessaire à la régénération du cartilage.

La vitamine C et les vitamines du complexe B sont activées par le soufre et agissent ensemble sur le métabolisme du corps.

Les composés soufrés ont un effet antibiotique.

Le soufre est un composant des sucs biliaires et participe donc à l'absorption des graisses et à la digestion. Il peut prévenir l'apparition de la stéatose hépatique.

Le soufre organique permet de maintenir l'équilibre en oxygène nécessaire au bon fonctionnement du cerveau. Il a des effets positifs sur la circulation sanguine et permet une meilleure concentration.

Le MSM est capable d'établir une barrière de contact avec les cellules métastatiques. Il empêche ainsi la prolifération des cellules et la migration des cellules malades vers les tissus conjonctifs.

Le MSM assure une meilleure cicatrisation des plaies, il empêche la formation excessive de cicatrices.

Le MSM est un remède naturel pour soulager la douleur et réduire l'inflammation.

Il sert de communicateur important entre les cellules.

Le soufre est un moyen indispensable pour détoxifier le corps .

Aucun effet secondaire, aucune réaction allergique ou toxique n'est connu.

Le MSM est disponible sous forme de poudre ou de capsules.

La prise en combinaison avec la vitamine C est avantageuse.

Études

Barrager E et al, "A multicentered, open-label trial on the safety and efficacy of methylsulfonylmethane in the treatment of seasonal allergic rhinitis ", *J. Altern Complement Med*, April 2002, (Une étude multicentrique ouverte sur la sécurité et l'efficacité du méthylsulfonylméthane dans le traitement de la rhinite allergique saisonnière)

"La rhinite allergique affecte souvent les personnes concernées tout au long de l'année", *Ärzte Zeitung*, juin 2005

Patrick McGean, "~~The Live Blood and Cellular Matrix Study~~ ", (L'étude du sang vivant et de la matrice cellulaire)

Ethan A. Huff, "~~Organic sulfur crystals are a miracle food that provides amazing health benefits~~ ", *Natural News*, juillet 2010, (Les cristaux de soufre organique sont un aliment miracle qui procure des bienfaits étonnants pour la santé)

Lim EJ et al, "Methylsulfonylmethane suppresses breast cancer growth by down-regulating STAT3 and STAT5b pathways ", *PLoS One*, juillet 2012, (Le méthylsulfonylméthane supprime la croissance du cancer du sein par des voies STAT3 et STAT5b régulées à la baisse)

Kim YH, "The anti-inflammatory effects of methylsulfonylmethane on lipopolysaccharide-induced inflammatory responses in murine macrophages", *Biol Pharm Bull*, April 2009, (L'effet anti-inflammatoire du méthylsulfonylméthane sur les réponses inflammatoires induites par les lipopolysaccharides dans les macrophages murins). de Méthylsulfonylméthane sur les réponses inflammatoires induites par les lipopolysaccharides dans les macrophages murins)

Xie Q et al, "Effects of AR7 Joint Complex on arthralgia for patients with osteoarthritis : results of a three-month study in Shanghai, China", *Nutr J*, octobre 2008, (Les effets

de l'AR7 Joint Complex sur l'arthralgie chez les patients atteints d'arthrose : les résultats d'une étude de trois mois à Shanghai, Chine)

Usha PR et al, "[Randomised, Double-Blind, Parallel, Placebo- Controlled Study of Oral Glucosamine, Methylsulfonylmethane and their Combination in Osteoarthritis](#) ", Clin Drug Invest, juin 2004, (Étude randomisée, en double aveugle et parallèle, contrôlée par placebo, sur la glucosamine administrée par voie orale, le méthylsulfonylméthane et leur combinaison dans l'arthrose).

Kim LS, "[Efficacité du méthylsulfonylméthane \(MSM\) dans la douleur ostéoarticulaire du genou : un essai clinique pilote](#)", Osteoarthritis Cartilage, mars 2006, (L'efficacité du MSM dans la douleur ostéoarticulaire du genou : une étude clinique pilote)

Parcell S, "[Sulfur in human nutrition and applications in medicine](#) ", Altern Med Rev, février 2002, (Le soufre dans l'alimentation humaine et ses applications en médecine)

Joung, Youn Hee et al, "[MSM Enhances GH Signaling via the Jak2/STAT5b Pathway in Osteoblast-like Cells and Osteoblast Differentiation through the Activation of STAT5b in MSCs](#)", PLoS ONE, octobre 2012, (Le MSM améliore la signalisation de la GH dans les cellules ostéoblastiques via la voie métabolique Jak2/STAT5b et la différenciation des ostéoblastes par l'activation de STAT5b dans les MSC).

Caron JM et al, "[Methyl Sulfone Blocked Multiple Hypoxia- and Non-Hypoxia-Induced Metastatic Targets in Breast Cancer Cells and Melanoma Cells](#) ", PLoS One. November 2015, (Le méthylsulfone bloque de multiples cibles métastatiques induites ou non par l'hypoxie dans les cellules du cancer du sein et du mélanome).

Barmaki S et al, "[Effect of methylsulfonylmethane supplementation on exercise - Induced muscle damage and total antioxidant capacity](#)", J Sports Med Phys Fitness, April 2012, (Effet de la supplémentation en méthylsulfonylméthane sur les dommages musculaires induits par l'exercice et la capacité antioxydante totale)

Nakhostin-Roohi B et al, "[Effect of chronic supplementation with methylsulfonylmethane on oxidative stress following acute exercise in untrained healthy men](#)", J Pharm Pharmacol, octobre 2011, (Effet de la supplémentation chronique en MSM sur le stress oxydatif après un exercice physique chez des hommes en bonne santé non entraînés)

Kalman DS, "[Influence of methylsulfonylmethane on markers of exercise recovery and performance in healthy men : a pilot study](#)", J Int Soc Sports Nutr, septembre 2012, (L'influence du MSM sur les biomarqueurs de récupération et de performance chez les hommes en bonne santé : une étude pilote).

Fleck CA, "[Managing ichthyosis : a case study](#)", Ostomy Wound Manage, avril 2006, (Gérer l'ichtyose : une étude de cas)

Berardesca E et al, "[Combined effects of silymarin and methylsulfonylmethane in the management of rosacea : clinical and instrumental evaluation](#)", J Cosmet Dermatol, mars 2008, (Effets combinés de la silymarine et du méthylsulfonylméthane dans la gestion de la rosacée : une évaluation clinique et instrumentale)

Conclusion

Malgré toutes les discussions des critiques et des partisans des compléments alimentaires tels que le MSM, l'importance des micronutriments dans l'organisme reste indiscutable. Cela vaut pour le soufre comme pour toutes les autres substances. La nature a prévu un certain mélange pour être en bonne santé. S'il y a des déficits ou des excédents, il y a aussi des problèmes, des troubles et finalement des maladies. Les anciens guérisseurs le savaient déjà, sans avoir recours à des analyses de laboratoire ou à des études à grande échelle.

Avec tout le dogmatisme qui règne parmi les savants, il faut aussi toujours se poser la question :

"Qui bono ? À qui cela profite-t-il ?"

En fin de compte, chacun est responsable de lui-même et de sa santé. La meilleure mesure à prendre est de s'informer en détail et de décider éventuellement avec son thérapeute traitant quelle est la démarche individuelle la plus judicieuse et la plus bénéfique pour la santé.

Ceux qui font comme Thérèse d'Avila sont certainement bien conseillés :

"Fais du bien à ton corps, pour que ton âme ait envie d'y habiter !"

Avertissements

Avec toutes les informations que nous vous fournissons dans cet ouvrage sur le MSM, nous ne pouvons pas prévoir ni même garantir le succès. Pour chaque personne, le succès se manifeste plus ou moins rapidement. Cela dépend de la qualité du produit, du dosage et de la durée de la prise, de la maladie ou de la carence visée, de votre métabolisme et de votre état de santé actuel et de bien d'autres choses encore. Malgré toute la conviction que vous avez pour les substances vitales, vous prenez toujours le MSM à vos propres risques.

Prenez surtout au sérieux nos conseils "Ce que vous devez absolument savoir avant d'acheter" et les indications de dosage et n'hésitez pas à discuter au préalable de la prise avec votre médecin ou votre naturopathe. Un entretien avec votre médecin vous rassurera notamment sur les allergies, les interactions avec d'autres médicaments ou produits complémentaires, la compatibilité avec la grossesse ou les enfants, etc.

Petite remarque :

Nous espérons que vous avez apprécié ce guide et qu'il vous a été utile.

Nous serions très heureux si vous décidiez de laisser un commentaire sur Amazon ! 😊



Voici le lien vers le livre :

<https://www.amazon.de/dp/B07L35N>
[JLZ](#)

Juridique

Mentions légales

Healthcare Institute est représenté par :



Heidemann Publishing
Steven Heidemann, M.A.
Detmolder Straße 97
33604 Bielefeld

Images de couverture :

[Lauria] | [<https://www.fiverr.com>]

[SergeyNivens] | [<https://de.depositphotos.com/>]

Images :

[mcmurryjulie] | [<https://pixabay.com/de/>]

Copyright © 2018 Healthcare Institute

Lectorat : Cornelia Feyberg

Tous droits réservés

Cet ouvrage est protégé par les droits d'auteur. Toute reproduction, même partielle, est interdite. Aucune partie de cet ouvrage ne peut être diffusée, copiée ou reproduite sous quelque forme que ce soit sans l'autorisation écrite des auteurs.

Responsabilité pour les liens externes

Le livre contient des liens vers des sites web externes de tiers, sur le contenu desquels les auteurs n'ont aucune influence. Par conséquent, aucune garantie ne peut être donnée quant au contenu des sites externes. Le fournisseur ou l'exploitant du site web concerné est responsable des contenus des sites web liés. Les pages liées ont été contrôlées au moment de la création du lien afin de vérifier qu'elles ne présentaient pas d'infraction à la loi. Aucun contenu illégal n'a été identifié au moment de la création des liens. Un contrôle permanent du contenu des pages web liées n'est cependant pas exigible sans indices concrets d'une violation de la loi. Dès la prise de connaissance de violations de la loi, de tels liens seront immédiatement supprimés.

Clause de non-responsabilité

Les auteurs n'assument aucune garantie quant à l'actualité, l'exactitude et l'exhaustivité des informations mises à disposition. Les auteurs ne peuvent en aucun cas être tenus pour responsables des dommages matériels, sanitaires ou immatériels causés par l'utilisation ou la non-utilisation des informations présentées ou par l'utilisation d'informations erronées ou incomplètes, dans la mesure où il n'est pas prouvé que les auteurs ont commis une faute intentionnelle ou une négligence grave. Les auteurs se réservent expressément le droit de modifier, de compléter ou de supprimer tout ou partie de l'ouvrage, ou d'en suspendre temporairement ou définitivement la publication, sans avis préalable.