

L'oligothérapie est née au début du XIXe siècle. C'est à cette date que les oligo-éléments, considérés d'abord comme des impuretés, puis comme des erreurs d'analyse, ont enfin vu leur rôle biologique reconnu. Mais il a fallu attendre les années soixante-dix pour que leur rôle thérapeutique soit enfin admis. Dans le monde des médecines naturelles, l'emploi des oligo-éléments est désormais courant, mais rares sont ceux qui osent sortir des sentiers battus lorsqu'il s'agit de les employer en combinaison. Voici nos meilleures synergies pour traiter vos pathologies les plus courantes.

Il y a environ une trentaine d'oligo-éléments actifs répertoriés*. Autrefois, notre alimentation suffisait à nous les procurer en quantités suffisantes. Les rares carences alimentaires se produisaient dans des régions où généralement un seul élément était carencé dans le sol et à la condition que les individus ne mangent que ce qui était cultivé sur place. Ainsi, pendant longtemps les habitants des Alpes ont été carencés en iode et souffraient d'un goitre, d'où l'expression « crétin des Alpes ». En revanche, la vie moderne, par des blocages dus aux éléments extérieurs (médicaments, tabac, alcool, rythme de vie, stress...) engendre désormais de nombreuses carences individuelles.

Ces carences récemment apparues sont à l'origine de nombreuses pathologies. L'oligo-élément bloqué ne remplit plus son rôle de catalyseur enzymatique indispensable à toutes nos fonctions organiques : immunité, assimilation, régénération... Ces réactions ne se font plus en proportion suffisante ni à la vitesse nécessaire (le temps physiologique) pour le bon fonctionnement vital.

Malgré les infimes quantités d'oligo-éléments dont nous avons besoin, leur activité thérapeutique est essentielle. L'organisme les reconnaît comme des substances amies faisant partie de ses structures et les intègre immédiatement. Pour accélérer encore cette assimilation, on pratique en général une ionisation qui permet à l'oligo-élément chargé d'une valeur électrique positive ou négative de traverser les membranes cellulaires des muqueuses, dans la bouche, puis dans l'intestin puis dans la cellule. L'oligo-élément ionisé ne peut l'être que sous forme liquide, sa dynamisation est assurée au moyen d'ultra-sons, de chaleur et de centrifugation. Sous cette forme l'oligo-élément peut assurer immédiatement son activité catalytique.

Encore plus efficaces lorsqu'ils sont en synergie

Aucun métabolisme ne peut se résumer à une seule réaction indépendante du reste de l'organisme et l'on imagine aisément que des fonctions aussi complexes que la digestion, l'immunité, la résistance nerveuse ne peuvent être rétablies avec l'apport d'un seul élément. Toute prescription d'oligoéléments ne pouvant être que poly-oligo-thérapeutique, la maîtrise des synergies devient donc essentielle. Seuls quelques complexes simples trouvent aujourd'hui grâce aux yeux des malades (cuivre-or-argent, manganèse-cobalt...). Voici quelques formules qui peuvent vous aider à traiter vous-même vos problèmes de santé.

Voici les bonnes combinaisons que nous pouvons vous recommander.

Allergies

Asthme, rhinite allergique, rhume des foins, conjonctivite, auto-intoxication, troubles dermatologiques, vaccinations.

- La bonne association : Manganèse, Cobalt, Cuivre, Phosphore, Soufre.
- Propriétés : désensibilisant, régulateur hépatique, diurétique à associer avec les complexes utilisés pour les troubles digestifs, l'insuffisance rénale et pour le drainage.

Anémie

Fatigue, hémorragies, grossesse, hypotension

- La bonne association : Fer, Cuivre, Cobalt, Iode, Manganèse, Molybdène
- Propriétés : anti-anémique, oxygénation cellulaire, hypertenseur, stimulant de l'hématopoïèse.

Constipation

- La bonne association : Zinc, Nickel, Cobalt, Soufre, Manganèse, Magnésium.
- Propriétés : laxatif doux, draine et stimule le foie, le pancréas et la vésicule biliaire. Stimule le péristaltisme intestinal.

Dépression, nervosité, anxiété

Agressivité, agitation, émotivité, insomnies, manies, migraines, psychodermatose, périodes de sevrage (cigarette, alcool, drogues, médicaments).

- La bonne association : Manganèse, Cobalt, Lithium, Potassium, Phosphore, Magnésium, Zinc.
- Propriétés : régulateur du système neuro-psy- chique pour adultes, antispasmodique, calmant, diurétique.

Dysfonctionnements

Obésité, cellulite, frigidité, impuissance, stérilité, rachitisme, perte ou diminution d'appétit.

- La bonne association : Manganèse, Zinc, Cuivre, Iode.
- Propriétés : stimule les glandes endocrines (thyroïde-surrénales-gonades).

Etats

Diminution de l'autodéfense, états de fatigue, grippe, refroidissements, troubles ORL, colibacillose, prévention hivernale.

- La bonne association : Cuivre, Or, Argent, Magnésium, Zinc, Manganèse
- Propriétés : stimulant général, anti-infectieux, anti-colibacille.

Insuffisance rénale

Rétention d'eau, acidose, hypertension, rhumatisme, goutte.

- La bonne association : Potassium, Iode, Magnésium, Lithium, Phosphore.
- Propriétés : diurétique, dépuratif, drainant et détoxifiant.

Maladies dégénératives

Cancer, cataracte, maladies cardio-vasculaires, sénescence, vieillissement cutané.

- La bonne association : Zinc, Cuivre, Fer, Manganèse, Sélénium.
- Propriétés : antioxydant, anti-radicalaire.

Poids et obésité

Dysfonctionnement thyroïdien, rétention d'eau, troubles hépatiques et rénaux, cellulite, appétit irrégulier, fringales, digestion difficile.

- La bonne association : Zinc, Soufre, Iode, Magnésium, Nickel, Potassium, Cobalt, Lithium, Manganèse.
- Propriétés : draineur du foie et des reins, régulateur du système hormonal et neurovégétatif, dépuratif, et hypoglycémiant.

Ménopause et andropause

Bouffées de chaleur, instabilité d'humeur, angoisses, troubles du poids, de la digestion et cardio-vasculaires, rétention d'eau.

- La bonne association : Zinc, Soufre, Iode, Magnésium, Cobalt, Lithium, Manganèse.
- Propriétés : régulateur du système hormonal, du système neuropsychique et diurétique.

Rhumatismes de dégénérescence

Arthrose, ostéoporose, croissance osseuse, chute des cheveux, ongles cassants, rachitisme, hyperlaxité ostéoligamentaire, fractures, caries.

- La bonne association : Fluor, Phosphore, Iode, Soufre, Calcium.
- Propriétés : reminéralisant puissant. A associer ou à alterner avec les oligoéléments "Rhumatismes inflammatoires" et "stimulant général".

Rhumatismes inflammatoires

Arthrite, rhumatismes articulaires aigus, polyarthrite rhumatismale, arthrose, spondylarthrite ankylosante, goutte, rhumatismes de dégénérescence, ostéoporose, laxité ligamentaire.

- La bonne association : Manganèse, Cobalt, Zinc, Cuivre, Magnésium, Potassium, Lithium.
- Propriétés : anti-inflammatoire, régénérescence osseuse, reminéralisant, analgésique léger. Pour le traitement de l'arthrose, de l'ostéoporose, les consolidations de fractures..., associer aux complexes « Stimulant général » et « Rhumatismes de dégénérescence »

Stimulant général

Cure de saison, stimulant général, fatigue, alimentation déséquilibrée, régime, convalescence, adolescence, grossesse, allaitement

- La bonne association : Cobalt, Cuivre, Or, Argent, Iode, Lithium, Manganèse, Magnésium, Potassium, Fer, Zinc, Sélénium, Soufre, Nickel, Calcium, Phosphore, Chrome, Vanadium, Molybdène.
- Propriétés : stimulant général, tonique.

Troubles cardio-vasculaires

Hypertension, cardiopathie, tachycardie, infarctus, troubles circulatoires, varices, varicosités, hémorroïdes, phlébites, oedèmes, crampes, artériosclérose.

- La bonne association : Manganèse, Cobalt, Iode, Lithium, Sélénium, Chrome, Vanadium, Magnésium, Potassium.
- Propriétés : régulateur cardiaque, anxiolytique, spasmolytique, anti-cholestérol, tonique veineux et lymphatique.

Troubles digestifs

Diabète DNID, cholestérol, gaz, ballonnements, aérophagie, acné, besoin de sucre, obésité, perte ou diminution d'appétit, psoriasis et certains eczémas.

- La bonne association : Zinc, Nickel, Cobalt, Soufre, Manganèse, Vanadium, Chrome.
- Propriétés : draine et stimule le foie, le pancréas et la vésicule biliaire, anti-diabétique.

Troubles musculaires

Courbatures, tétanie, fatigue, tremblements, mauvaise récupération à l'effort, crampes, préparation de compétition, pauses hivernales.

- La bonne association : Cuivre, Fer, Magnésium, Potassium, Phosphore.
- Propriétés : oxygénation cellulaire, anti-tétanique.

*Argent, Aluminium, Or, Bore, Barium, Bismut, Brome, Calcium, Cadmium, Chlore, Cobalt, Chrome, Cuivre, Fluor, Fer, Mercure, Iode, Potassium, Lithium, Magnésium, Manganèse, Molybdène, Sodium, Nickel, Phosphore, Plomb, Platine, Soufre, Sélénium, Silicium, Étain, Vanadium, Zinc.

Pour en savoir plus lisez "[Les Oligo-éléments pour vos yeux et votre santé](#)" du Dr Catherine Orsoni-Dupont