

- [Anastassia Perfilova](#)

« Bonjour, J'ai pris des notes au cours de la conférence du Dr Lallement pour mes collègues en classe de Naturopathie. Le but était juste de transmettre les mots du Dr Lallement sans trop de modifications. Je n'ai pas non plus tout noté car beaucoup de sujets étaient largement vus en cours. Mais je vous l'envoie car peut être ça pourrait servir à quelqu'un...

Merci en tout cas pour toutes ces merveilleuses conférences que vous organisez ! »

Cancers et rôle des Médecines Alternatives.

Dr Lallement

Un des premiers à faire le lien entre les cancers et les facteurs exogènes est le Dr David Servan-Schreiber avec son livre "Anticancer".

Le gène n'est pas le facteur déclenchant, mais plutôt les facteurs épi-génétiques : les toxines alimentaires, environnementales et émotionnelles sont les principaux facteurs des maladies.

Sur une génération il y a eu un doublement des cancers, ce qui a neutralisé les succès des traitements allopathiques, donc toujours autant de mortalités par cancers.

Le médecin ne permet pas la guérison, mais la rémission : il peut enlever les maladies, mais pas les causes. La guérison ne peut être apportée que par le patient lui-même.

Parmi les médecines non conventionnelles il y en a environ 150 recensées. En Asie et récemment aux États Unis ces médecines sont encouragées, car moins coûteuses.

Les clés de la guérison:

1) Nutrition

La plupart des nutritionnistes parlent encore en termes de quantités d'aliments, ce qui est actuellement dépassé.

Sans une remise en cause de notre alimentation on ne peut pas durablement guérir, mais tout miser dessus n'est pas suffisant non plus.

Les croissances tumorales sont nourries essentiellement par le glucose.

Donc éliminer tout ce qui a un Index Glycémique élevé : farines raffinées, sucres industriels,... La plupart des aliments sains ont un IG bas ; ils sont la base du régime cétogène.

L'attirance pour le sucre est liée à l'acidité du terrain, qui favorise le développement des *candida albicans*.

Le jeûne n'est pas plus efficace qu'une alimentation saine pour faire régresser une tumeur, mais il est très efficace en accompagnement des chimiothérapies. Les vomissements et diarrhées, et les autres symptômes liés à ces traitements baissent considérablement.

Autre facteur alimentaire qui favorise les cancers : l'excès de protéines, surtout animales. Donc les limiter un maximum, sans pour autant devenir végétarien à tout prix. Pendant les traitements, il faut accepter une certaine maigreur du patient, plutôt que d'essayer de le faire grossir à tout prix, car on nourrit plus les cellules cancéreuses que les cellules saines.

Les facteurs de croissance sont aussi en cause, donc le lait de vache est à bannir !

Les hormones favorisent certaines dégénérescences. Ils proviennent entre autres des perturbateurs endocriniens. Donc attention aux plastiques de toutes sortes, surtout ne pas les chauffer.

Par contre, le soja sans abus est autorisé, même en cas de cancer hormonodépendant.

La pilule prise pendant plus de 10 ans a aussi un lien avec les cancers du sein.

Un autre facteur de risque concerne les toxines. Le Dr Kousmine en a parlé il y a 50 ans déjà. Ne pas prendre des produits enrichis en oméga 3 + 6, mais se focaliser sur les Oméga 3 seuls, en

consommer quotidiennement. Il est préférable de les prendre les moins transformés possible : plutôt que de prendre de l'huile de noix ou des noix en poudre, les acheter telles quelles.

La porosité intestinale participe aussi à cette toxicité, car cela participe à laisser passer des toxines dans le sang. Celles-ci arrivent au foie, mais ce dernier est vite dépassé. Conséquences : psoriasis, cystites, etc.

Ce sont les protéines du lait et du blé qui provoquent le plus de symptômes en cas de porosité intestinale. Donc les supprimer complètement pendant un mois. Mais cet état est réversible. Les bilans sanguins sont peu fiables et coûteux pour diagnostiquer cette porosité. Il suffit d'observer les symptômes : en cas de colopathie (ballonnements, spasmes, etc.), alors l'intestin est fort probablement poreux.

Les aliments et nutriments bénéfiques :

La vitamine D à dose suffisante prévient beaucoup de maladies tels que la grippe, la SEP, les infarctus, l'ostéoporose, les cancers, etc.

Faire un bilan sanguin pour voir si l'on est en carence.

La phytothérapie est aussi très intéressante, grâce aux milliers de polyphénols et flavonoïdes contenues dans les végétaux. Il faut donc prendre sa « chimiothérapie naturelle » tous les jours, puisque chaque végétal apporte ses bienfaits. Et il faut les varier : il n'y a pas juste une plante magique, mais chacune participe à sa manière.

2) Toxines environnementales

Notre mère nous transmet déjà un certain nombre de toxines via le placenta et l'allaitement. Et la pollution augmente avec le temps, depuis l'industrialisation.

Cependant, concernant les fruits et légumes, il vaut mieux en manger avec des pesticides que ne pas en manger du tout.

Attention à l'argent colloïdal, car nanoparticules. C'est un désinfectant qui peut créer une toxicité quand on en prend à long terme et surtout par voie orale. Il est préférable d'utiliser ce genre de produits par voie locale, et pas trop longtemps. C'est ce qui est arrivé avec le mercure du Mercurochrome, donc éviter de refaire la même erreur !

Il n'y a pas un traitement standardisé, il faut avoir une approche différente avec chacun.

Les facteurs les plus acidifiants pour l'organisme sont les sucres rapides, les protéines animales et les respirations trop superficielles (stress) : les grandes respirations profondes répétées sont extrêmement efficaces contre l'acidité.

Pour soutenir le foie il faut faire des cures des plantes tels que le Chardon Marie, le radis noir, le desmodium, etc. Consommer des aliments soufrés tels que les choux.

Il faut également pratiquer une activité physique régulière : 30 min. de marche chaque jour est mieux qu'une heure par semaine de sport intensif. Autres sports bénéfiques: yoga, tai chi, biodanza, ...

Quand quelqu'un dit qu'il n'a pas le temps, répondre " Vous préférez faire du sport 30 min. par jour ou être mort 24 heures sur 24 ?"

Si on ne change pas les facteurs qui ont causé les maladies, on ne peut pas espérer une guérison durable. C'est comme éteindre un incendie, sans éteindre les allumettes qui l'ont causé.

Pour les métaux lourds il vaut mieux prendre des chélateurs dits « chimiques », car chlorella, zéolithe etc. créent souvent encore plus de dégâts. Le silicium s'oppose à l'aluminium, mais il n'agit pas sur l'aluminium qui est déjà stocké.

3) Toxines neuro-émotionnelles

Le « bon stress » est celui qui ne dure pas et face auquel on trouve une solution. Le mauvais stress est celui qui dure et pour lequel on ne voit pas de solution.

C'est une certitude que les pensées et émotions agissent sur l'immunité.

La maladie entretient un cercle vicieux : peurs > baisse de l'immunité > cancers > peurs...

Le mental amplifie les choses négatives : au départ, le cancer est juste un petit point dans le corps, mais le patient le voit comme un cercle géant qui prend le dessus sur tout son corps, et paralyse son immunité.

Les pensées négatives : il faut s'extraire de l'entourage néfaste qui crée et alimente les pensées négatives, très toxiques et du coup il devient très difficile de guérir. Il faut aller vers des gens positifs, car quand on est ensemble on a moins peur. Le livre de Guy Corneau : "Revivre" en parle très bien.

Il faut donc décider d'être heureux, et éviter les rancœurs et les culpabilités, car ces émotions consomment beaucoup d'énergie, qui est nécessaire à la guérison.

Les techniques symboliques sont les plus efficaces pour évacuer ces émotions négatives : lettres, art-thérapie, etc.

Ainsi que les techniques passant par le corps: ostéo, réflexo, etc.

Mais l'essentiel est d'être acteur de sa santé : si l'on reste passif, des années de psychothérapie ne serviront à rien.

Pour choisir un thérapeute il faut écouter son ressenti, et fuir ceux qui proposent d'arrêter les traitements conventionnels !

Donc les 3 verrous à ouvrir obligatoirement pour ouvrir la porte de la santé durable sont l'alimentation, la détoxification, et la gestion du mental et des émotions. Les patients qui sont prennent en compte ces facteurs ont une meilleure santé.

Pour se prendre en charge, on peut s'aider de livres, participer à des séminaires, aller dans des centres d'accompagnement.

Mais la résistance au changement est très forte : souvent les patients ont plus du mal à modifier leur alimentation, leur mode de vie qu'à faire une chimiothérapie ! Donc y aller progressivement, et tenir compte aussi de la résistance de l'entourage qui décourage souvent les changements.

Les médecines non conventionnelles sont difficiles à protocoliser donc leur efficacité est plus difficile à prouver

Nous fabriquons tous des cellules cancéreuses ; c'est souvent un choc émotionnel qui les fait progresser, par affaiblissement de l'immunité.

Toutes ces notions sont aussi valables pour toutes les autres maladies chroniques : maladies auto-immunes, etc.

Un centre d'accompagnement basé sur ces principes devrait voir le jour en 2016 avec de Dr Lallement et le Dr Rougier : Centre "Vivre la vie" : www.vivre-la-vie.net