Protéger sa Flore intestinale par Bruno Donatini

Des Maux et Des Mots(31 mai 2016). Vidéo de 1h 48mn

Protéger sa Flore intestinale

“Notre microbiote, soit notre flore intestinale, est un jardin intérieur qu'il faut protéger. Un déséquilibre du microbiote est appelé “dysbiose”, les causes peuvent en être nombreuses et l'impact est alors très néfaste sur l'organisme et la santé. Comme la candidose par exemple. Le Docteur Bruno Donatini, gastro-entérologue, cancérologue, immunologiste et ostéopathe nous éclaire sur le fonctionnement de notre flore intestinale.

Il nous explique ici comment diagnostiquer une dysbiose et quels sont les tests possibles. On apprend également quelles sont les causes des intolérances alimentaires, quand notre microbiote a du mal à gérer certains germes et qu'un cercle vicieux s'enclenche et provoque une baisse de l'immunité.

Pour établir le diagnostic, il faut aussi observer la bouche et la langue pour distinguer les bactéries qui y pullulent. Principe important, il y a une corrélation entre la muqueuse digestive, la muqueuse pulmonaire (ORL) et la muqueuse buccale. Donc, une inflammation digestive entraîne une inflammation générale. L'observation du colon en revanche n'est pas utile, et donc tout comme les probiotiques. L'échographie permet elle d'observer si l'estomac se vide correctement.

Le Dr Donatini met aussi en lumière les vrais coupables du déséquilibre, les virus. L'herpès ou le virus d'Epstein-Barr par exemple. Puis, il nous explique les principes du traitement : - Lutter contre la pullulation, l'inflammation. - Lutter contre les infections chroniques et les virus. - Activité physique et vidange gastroduodénale. - Utilisation des huiles essentielles (cannelle, eugénole, thym, menthe poivrée).

Un grand point à retenir est que le microbiote est vivant, il ne se désinfecte pas. Il se traite et se ré-équilibre. Consultez un spécialiste pour établir un diagnostic et un traitement adapté.”

Conférence présentée lors des “Jeudis de la Santé Naturelle” le 18 février 2016 à Paris.“

Comprendre, Nutrition

From:
https://la-plateforme-stevenson.org/v2/ - **La Plateforme Stevenson**

Permanent link:
https://la-plateforme-stevenson.org/v2/connaissance/comprendrepage/proteger_sa_flore_intestinale_par_bruno_donatini

Last update: **2022/10/29 10:44**