

# Accompagnement des chimiothérapies

oOo

**Pas de pamplemousse !** (Bloque la transformation des médicaments métabolisés par le foie, en particulier ceux pris par voie orale). L'extrait de pépins de pamplemousse ne pose pas de problème.

**Pas de millepertuis !** (Accélère la transformation des médicaments métabolisés par le foie).

**Pas de mélanges de plantes non identifiées...**

**Pas de vitamine E de synthèse ! (vit. E naturelle : ?)**

**Pas de cuivre, de fer !**

**Pas d' « anti-oxydants » au hasard !**

Durant toute la durée de la chimiothérapie, intérêt (prouvé par des publications sérieuses<sup>1</sup>) de consommer régulièrement :

- des noix, amandes, graines de lin.
- des choux et dérivés, ou prendre du soufre ;
- du curcuma et du thé vert, avec la majorité des chimiothérapies ;
- du zinc (50 mg/j), du sélénium (200 µg/j).
- du glutathion, ou son précurseur (N-acétyl-cystéine) + vit. C 2 g/j
- de la mélatonine, 20 mg/j (ou 5 mg/j en sublingual).

Prendre 5 à 10 g. de vit. C, si possible liposomale, pendant les 2-3 h. qui précèdent la cure, avec 600 mg de N-acétyl-cystéine.

Pour renforcer l'immunité :

- **Importance du dosage sanguin de la vitamine D !** Idéalement, votre taux devrait se rapprocher de 100 ng/ml (soit 250 nmol/l) ;
- intérêt des alkyl-glycérols (ailerons de requins) ;
- Pas d'intérêt prouvé de prendre des champignons par voie orale : shiitaké, maitaké, reishi...

Deux laboratoires français parmi d'autres pour commander les compléments ci-dessus :

- laboratoire Herbolistique : <http://www.herbolistique.com>, ou au 02.51.63.06.24 (indiquer mon N° de prescripteur : 06272)
  - Alkyl-glycérols : 2 capsules x 3/j.
  - Curcuma + thé vert : « Anti-âge végétal » : 2 gél. x 3/j.
  - vit. C et D, graines de lin...
- Le laboratoire dplantes : <http://www.dplantes.com>, ou par tél. au 04 75 53 80 09 :  
mélatonine, sélénium... et en particulier la « vit. D++ » forme huileuse : habituellement, 5 gouttes par jour.

---

1- D'après : « Impact of antioxidant supplementation on chemotherapeutic efficacy: a systematic review of the evidence from randomized controlled trials. » Block KI - Cancer Treat Rev. 2007 Aug;33(5):407-18.