

de "[Xavier Bazin - Santé Corps Esprit](mailto:xavier.bazin@sante-corps-esprit.email)" <xavier.bazin@sante-corps-esprit.email>

à ANDRE.FOUGEROUSSE@ORANGE.FR

date 16/03/20 08:01

objet Urgent coronavirus : laisser la fièvre !

Urgent coronavirus : le geste à ne surtout PAS faire

Cher(e) ami(e) de la Santé,

Le Ministre de la Santé Olivier Véran a déclaré samedi :

« *La prise d'anti-inflammatoires (ibuprofène, cortisone, ...) pourrait être un facteur d'aggravation de l'infection* »

Il a raison : en cas de fièvre, ne prenez surtout pas de médicament anti-inflammatoire comme :

L'Ibuprofène (Advil, Nurofen...)

Le Diclofénac (Voltarene)

L'aspirine

Mais il y a un autre médicament à éviter à tout prix.

C'est le paracétamol (Doliprane, Dafalgan, Efferalgan...).

Certes, le Ministre de la Santé a dit exactement le contraire.

Voici la totalité de sa déclaration :

« *La prise d'anti-inflammatoires (ibuprofène, cortisone, ...) pourrait être un facteur d'aggravation de l'infection.*

En cas de fièvre, prenez du paracétamol ».

Mais je le dis haut et fort : cette déclaration est irresponsable.

Plusieurs médecins m'ont appelé ce week-end pour me demander de vous dire la vérité.

Ils n'osent pas le faire eux-mêmes, de peur d'être sanctionnés.

Aujourd'hui, je vous envoie peut-être la lettre la plus importante que je vous ai jamais écrite.

Elle pourrait aider à sauver des vies et freiner l'épidémie.

Lorsque vous l'aurez lue, jusqu'au bout, je vous demande de la transférer à tous vos contacts.

Car cette lettre contient des conseils *de bon sens* dont on ne vous parle pas...

...comme d'éviter à tout prix de faire baisser la fièvre :

Faire baisser la fièvre est UNE FOLIE

Cela fait *50 ans* que le Prix Nobel de Médecine français André Lwoff l'a démontré^[1]
Cela fait *des dizaines d'années* que les médecins « éclairés » le disent à leurs patients.
Cela fait *4 ans* que la Haute Autorité de Santé l'a reconnu, du bout des lèvres^[2].
Cela fait *2 ans* que l'un des plus grands spécialistes des virus au monde l'a clamé publiquement^[3].

Faire baisser la fièvre *artificiellement*, par un médicament, est DANGEREUX.

C'est presque toujours une mauvaise idée, quelle que soit l'infection.

Mais contre le coronavirus chinois, cela peut avoir des conséquences catastrophiques.

Je rappelle que ce virus commence à infecter votre *nez* et votre *gorge*.

Et si le virus en reste là, vous ne risquez rien.

Sur le navire de croisière Diamond Princess, près de la moitié des passagers testés positifs au coronavirus *ne se sont même pas aperçus* qu'ils avaient une infection !

Et parmi les autres, ceux l'ont « senti passer », la majorité n'a ressenti qu'un *gros rhume*.

Les problèmes commencent quand le virus gagne vos poumons.

Votre priorité est donc de tout faire pour l'éviter, quand vous avez de la toux ou de la fièvre.

Il existe des gestes simples, dont les autorités ne vous parlent pas et qui peuvent vous y aider (je vous les détaille ci-dessous).

Mais s'il y a bien une chose à ne surtout pas faire, c'est faire baisser la fièvre avec un médicament.

Car **la fièvre est votre première ligne de défense** contre la propagation du virus dans vos poumons.

Écoutez le Pr Paul Offit, chef de la Division des Maladies Infectieuses à la Perelman School of Medicine de l'Université de Pennsylvanie :

« *De nombreuses études ces dernières années ont montré que prendre des médicaments pour faire baisser la fièvre nuît à la capacité du corps à surmonter une maladie* »^[4].

En France, la Haute Autorité de Santé a dit exactement la même chose :

« *La fièvre peut avoir un effet bénéfique lors d'infections invasives sévères et il a été observé que des infections graves non fébriles (sans fièvre) étaient associées à une augmentation de la mortalité*.

Par ailleurs, quelques publications indiquent que l'utilisation d'antipyrétiques (médicaments qui font baisser la fièvre) pourrait retarder la guérison de certaines infections virales »^[5]

Je vous ai expliqué pourquoi en détail dans ma lettre « *Quand allons-nous arrêter de faire baisser la fièvre* », envoyée le 30 octobre 2019^[6].

Pour résumer, retenez que :

Les virus ne résistent pas à une haute température: c'est pour tuer les virus que la chaleur de votre corps augmente avec la fièvre !

A haute température, notre système immunitaire fonctionne mieux – surtout les cellules immunitaires spécialisées pour tuer les virus et bactéries !

Et si vous n'êtes pas encore totalement convaincu, sachez que des études récentes ont prouvé que les médicaments anti-fièvre :

prolongent les symptômes de la grippe^[7];

retardent la résolution des symptômes de la varicelle^[8]

et *prolongent* la durée des rhumes (rhinovirus) et en *aggravent* les symptômes^[9].

Face au coronavirus, il est donc ÉVIDENT qu'il faut éviter de baisser la fièvre.

Il faut donc éviter à tout prix les anti-inflammatoires (Ibuprofen...), bien sûr...

...mais aussi le paracétamol (Doliprane...)

Mais, vous me direz, si c'est si évident, pourquoi les autorités ne vous le disent pas ?

Et pourquoi le Ministre de la Santé vous dit exactement le contraire ???

Pour la même raison, hélas, que celle qui conduit nos autorités à :

éviter de vous recommander de prendre de la vitamine D et d'autres remèdes naturels scientifiquement prouvés contre les infections virales respiratoires comme le coronavirus (je vous les détaille plus loin) ;

refuser de préconiser les traitements médicaux qui ont fait leurs preuves en Chine et en Corée du Sud (injections de vitamine C / hydroxychloroquine + zinc) ;

et *caché* la raison pour laquelle les personnes hypertendues sont aussi gravement affectées par le coronavirus (réponse : certains médicaments anti-hypertension aggravent l'infection).

Cette raison, c'est que notre système médical est entièrement tourné vers l'argent et le prestige.

L'industrie pharmaceutique n'a rien à gagner à vous prescrire des remèdes naturels (ou des médicaments anciens)... et beaucoup d'argent à perdre si vous arrêtez de prendre certains médicaments.

Et nos « grands professeurs de médecine » ne retirent *aucun prestige* à vous conseiller ce que les médecins éclairés, homéopathes et naturopathes compétents vous disent depuis des années.

Comme le dit ironiquement le Pr Raoult, avec des anciens remèdes comme la chloroquine « *on coupe l'herbe sous le pied de plein de gens qui rêvaient de décrocher le Prix Nobel pour avoir trouvé un nouveau médicament ou un nouveau vaccin* »^[10].

Voilà pourquoi vous ne pouvez pas attendre de nos autorités qu'elles vous disent toute la vérité face à la crise actuelle.

Et c'est pourquoi je vous écris cette lettre : pour vous dire, en toute indépendance, ce que vous pouvez faire pour vous protéger et protéger vos proches contre le coronavirus.

Vous trouverez ci-dessous un « protocole naturel », simple à mettre en place, efficace, sans risque et scientifiquement étayé.

Mais je voudrais quand même vous dire un mot de plus sur les médicaments anti-fièvre :

Pourquoi les médicaments anti-inflammatoires (et anti-hypertension) sont si dangereux

Donc, les médicaments anti-inflammatoires comme l'ibuprofène ont le défaut de casser

la fièvre, ce qui vous prive d'une ligne de défense efficace contre le virus.
Mais ils ont aussi un autre effet désastreux, spécifique au coronavirus chinois.
C'est ce qui explique qu'au moins quatre personnes jeunes sont actuellement en réanimation, à Toulouse, simplement parce qu'elles ont eu le malheur de prendre de l'ibuprofène !

Voici ce qui est en train de se passer.

Le coronavirus se multiplie dans les poumons en s'attachant à un récepteur appelé « enzyme de conversion de l'angiotensine 2 » ou ACE2.

Comme l'explique bien un journaliste, « *si l'on considère le corps humain comme une maison et le coronavirus comme un voleur, alors l'enzyme ACE2 est la poignée de porte grâce à laquelle l'intrus pénétrera* »^[11].

Or plusieurs substances augmentent le nombre de récepteurs ACE2... et pourraient donc faciliter l'entrée du virus :

C'est clairement le cas de l'ibuprofène – d'où la déclaration de notre Ministre de la Santé ;

Mais aussi certains médicaments anti-hypertenseurs nommés « inhibiteurs de l'enzyme de conversion » (IEC) et les antagonistes des récepteurs de l'angiotensine II » (sartans)^[12].

Notez que ces médicaments anti-hypertension sont parfois également utilisés dans le traitement du diabète.

Et comme par hasard, les deux maladies les plus fréquemment associées à une mauvaise réaction au coronavirus sont :

L'hypertension

Et le diabète

Ce qui est très inhabituel pour une infection respiratoire !

La raison, très vraisemblablement, est que les médicaments aggravent la situation !

Je vous conseille donc de consulter votre médecin dès maintenant si vous prenez ces médicaments – il existe des médicaments alternatifs, mais seul votre médecin peut vous les prescrire (et n'arrêtez surtout pas votre traitement sans son avis !)

(Entre parenthèses, vous gagnerez de toutes façons à éviter ces médicaments : parmi leurs effets indésirables, les IEC et sartans augmentent votre risque de cancer du poumon^{[13][14]} !)

Pour le paracétamol, le problème est un peu différent :

Pourquoi vous devez éviter AUCSI le paracétamol

Le paracétamol, comme les anti-inflammatoires, a le grand tort de faire baisser la fièvre artificiellement, et c'est une raison suffisante de ne pas en prendre.

Mais en plus, si vous en prenez pendant plusieurs jours, vous avez de vrais risques de vous retrouver à l'hôpital pour une défaillance du foie.

Rappelez-vous de Naomi Musenga, cette femme qui est morte après avoir appelé les

urgences... sans qu'on la prenne au sérieux.

Eh bien le Procureur de Strasbourg a découvert que sa mort était liée à « *une intoxication au paracétamol absorbé par automédication sur plusieurs jours* ».

De fait, dès que vous prenez 2 ou 3 grammes par jour, vous mettez votre foie en grave danger.

Selon un rapport du Ministère de la Santé du Canada, 1 cas sur 5 d'intoxication gravissime au paracétamol a lieu alors que le patient a respecté la dose autorisée^[15]. Et bien sûr, si vous dépassez la dose maximale (plus de 3 grammes par jour^[16]), vous prenez *encore plus de risques...*

...et c'est ce qui pourrait se passer avec la déclaration irresponsable de notre Ministre ! J'imagine déjà les milliers de gens qui vont se ruer à la pharmacie pour acheter du paracétamol, en croyant que c'est efficace contre le coronavirus !

S'il vous plaît, transférez cette lettre autour de vous, il faut absolument éviter ça ! Surtout qu'il y a *encore un autre risque* avec le paracétamol : il épuise vos réserves de glutathion !

Or le glutathion est le « maître des antioxydants » : il permet à d'autres vitamines cruciales, comme les vitamines C et E, de jouer pleinement leur rôle.

Et surtout, le glutathion est utilisé par notre système respiratoire pour protéger ses cellules saines contre les dégâts inflammatoires^[17].

D'ailleurs, c'est parce qu'une substance comme l'acétylcystéine (NAC) augmente vos réserves de glutathion qu'elle fluidifie les bronches et protège vos poumons.

Bref, c'est, à tous points de vue, une TRÈS MAUVAISE IDÉE de prendre du paracétamol.

Selon la Haute Autorité de Santé, la seule justification du paracétamol est la « lutte contre l'inconfort » liée à la fièvre^[18].

Mais il vaut mieux pour vous être « inconfortable » pendant quelques jours, avec une fièvre à 39,5°, plutôt que de vous retrouver hospitalisé, avec assistance respiratoire.

Et à ce sujet, n'allez surtout pas encombrer les hôpitaux si vous avez « seulement » de la fièvre. N'appellez le SAMU (15) que si vous avez du mal à respirer !

Maintenant qu'on a vu ce qu'il ne faut pas faire, voici ce qu'il faut faire.

J'ai un peu affiné le « protocole naturel anti-coronavirus » depuis [ma dernière lettre sur le sujet](#), pour qu'il soit encore plus simple à réaliser.

Vulnérable ou pas, voici ce que vous devez faire MAINTENANT

Que vous soyez une personne vulnérable ou non, vous avez tout intérêt à être le mieux préparé possible, physiquement.

Cela passe d'abord par trois gestes simples :

Une bonne alimentation – évitez les aliments sucrés qui plombent les défenses immunitaires, et mangez assez *léger* (remplissez-vous au 9/10^{ème}, comme disent les Japonais) ;

Un bon sommeil – pour vous aider, éteignez cette foutue télé et arrêtez de regarder les news anxigènes, surtout le soir !

Et une activité physique douce et régulière, ce qui est, d'ailleurs, un des meilleurs « anti-stress » qui existe (je dis bien « douce », ce n'est pas le moment de faire un marathon ou de la musculation intensive).

Je conseille aussi de prendre deux compléments alimentaires :

La **vitamine D**, dont l'efficacité a été prouvée scientifiquement contre les infections respiratoires aiguës^[19]: allez en pharmacie, cela ne coûte presque rien, et prenez 10 000 UI par jour pendant 10 jours, puis 4 000 UI par jour pendant 2 mois (si vous savez que vous avez déjà un taux optimal, 2 à 3 000 UI par jour peuvent suffire).

Un multivitamines de qualité, qui contient des quantités suffisantes de **vitamine C**, de **vitamine E** (naturelle) et de **zinc**.

Personnellement, je prends de la vitamine D et un multivitamines toute l'année, mais si ce n'est pas votre cas, c'est le moment ou jamais de le faire, pendant au moins 2 mois. Je vous renvoie à ma dernière lettre pour les justifications scientifiques, mais je voudrais ajouter un mot sur le **zinc**.

Le zinc est un puissant anti-viral, dont il ne faut surtout pas manquer en ce moment. Mieux : ce pourrait même être un nutriment clé en traitement des cas les plus graves de coronavirus : comme je le disais, la Corée du Sud a d'excellents résultats avec une alliance hydroxychloroquine + zinc.

Alors même si un excellent multivitamines peut coûter jusqu'à 40 euros par mois, je vous conseille vraiment de faire l'investissement pour deux mois, surtout si vous êtes vulnérable.

Je vous redonne les quelques marques (sur Internet) auxquelles je fais confiance : Biovancia, Unae, Supersmart.

Dans un monde idéal, ce devrait être remboursé par la Sécurité Sociale, mais vous avez compris que notre système médical n'avait rien d'idéal (ni même de « normal »).

Enfin, toujours en prévention, c'est le moment de vous faire plaisir avec, chaque jour, une tisane de thym, avec un demi-citron bio pressé et du miel.

Pour les personnes vulnérables : à faire AUSSI, DÈS MAINTENANT

Voici maintenant les conseils que je recommande plus spécifiquement à ceux qui sont vulnérables.

Donc, ceci s'adresse en priorité aux plus de 60 ans qui ont un ou plusieurs problèmes de santé (maladie pulmonaire, maladie cardiovasculaire, diabète, etc.):

Faites une **cure de propolis** de 3 semaines : 400 mg le matin, 400 mg le soir.

La propolis est un des plus puissants anti-viraux qui existent.

Et si vous voulez vraiment mettre toutes les chances de votre côté, achetez aussi un spray de propolis pour la gorge, et utilisez-le au moindre début de mal de gorge, pour éviter que le virus ne gagne vos poumons.

Utilisez **l'huile essentielle de Ravintsara** (*Cinnamomum camphora* CT cinéole)

Pour vous protéger des virus, il faut appliquer deux gouttes pures, sans frotter, sur les poignets et avant-bras, chaque matin et soir, cinq jours sur sept (vous pouvez aussi utiliser une goutte de ravintsara et une goutte d'arbre à thé, plutôt que 2 gouttes de

ravintsara).

Il est rarissime que cette huile essentielle cause le moindre souci, mais il peut exister des peaux ultra-fragiles, donc essayez d'abord une seule goutte pour voir comment cela réagit sur vous.

Faites une cure de **deux mois de quercétine**

La quercétine est un anti-viral puissant^[20], dont il y a de bonnes raisons de penser qu'il pourrait être efficace contre le coronavirus, en prévention et traitement^[21] (cette substance a aussi le mérite de protéger vos poumons^[22]).

Je conseille au moins 500 mg par jour (marques de confiance sur Internet :

PerfectHealthSolution, Supersmart, Nutrixeal).

Et vous pouvez facilement passer à 1 000 mg par jour si vous êtes infecté, il n'y a aucun effet indésirable avec ce dosage.

Si vous êtes infecté, cette huile essentielle pourrait faire une différence

Si vous êtes infecté et que vous n'avez pas encore suivi les conseils que je viens de vous donner, c'est le moment ou jamais de le faire.

Simplement, à la place de l'huile essentielle de ravintsara, utile en prévention, essayez celle de **Laurier Noble**, potentiellement efficace en *traitement* du coronavirus.

Voici en effet ce qu'a déclaré Pierre Franchomme, un des plus grands spécialistes au monde des huiles essentielles :

« *Les propriétés anti-virales du laurier noble ont fait l'objet de recherches bien documentées.*

C'est le cas d'une étude dirigée par Monica Loizzo, de la faculté de Pharmacie de Calabre. Elle a montré l'activité in vitro de l'huile essentielle de laurier noble sur le virus SARS-CoV responsable de l'épidémie de SRAS de 2003^[23] »

En pratique, Didier le Bail propose le protocole ci-dessous :

« *L'huile essentielle de Laurier noble est à utiliser par voie cutanée et de préférence sous forme pure, c'est-à-dire sans avoir été diluée dans une huile végétale ou mélangée à du gel d'aloé vera.*

En pratique, appliquer HE Laurier noble sur les voûtes plantaires à raison de 5 gouttes par voûte et ce, plusieurs fois par jour.

Il est capital de procéder à l'application uniquement sur cette partie du corps car on assure ainsi une diffusion rapide et optimale des molécules aromatiques jusque dans les alvéoles pulmonaires. »

Voilà pour les conseils de base.

Encore une fois, je vous appelle à transférer cette lettre à tous vos contacts, maintenant.

Je compte sur vous, c'est très important.

Bonne santé à tous,

Xavier Bazin

PS : je voudrais finir en vous donnant quelques **nouvelles rassurantes** :

A lire si vous êtes en train de PANIQUER

Les bonnes nouvelles sont d'autant plus précieuses en ce moment que le stress et

l'angoisse sont mauvais pour votre système immunitaire !

Il est donc urgent d'éteindre la télévision et de regarder la réalité en face.

D'abord, je rappelle que vous ne risquez quasiment rien si vous êtes jeune, non-fumeur et que vous n'avez aucune maladie chronique.

Si vous n'avez aucun problème de santé et que vous avez moins de 60-70 ans, vous n'avez pas de crainte à avoir : même si vous attrapez le coronavirus, vous n'avez quasiment aucune chance d'avoir des complications sérieuses.

Votre priorité est donc d'éviter de contaminer les personnes vulnérables.

Qui sont les personnes vulnérables, qui pourraient risquer de mourir du coronavirus ?

Ce sont les personnes de plus de 50-60 ans qui ont AUSSI une des maladies suivantes :

Maladie pulmonaire

Maladie cardiaque

Hypertension

Diabète

Cancer

Immuno-dépression (par exemple à la suite d'une greffe d'organe)

Notez qu'il vaut mieux avoir 85 ans et se sentir *en pleine santé*, plutôt qu'avoir 55 ans, être fumeur et souffrir d'une maladie cardiaque.

Et bien sûr, si vous avez 80 ans, que vous fumez ET que vous avez de l'hypertension ou une maladie pulmonaire, alors vous devez tout faire pour éviter d'attraper le coronavirus.

Votre priorité à vous est d'éviter de côtoyer les autres.

N'oubliez pas que des personnes qui ont l'air en pleine santé peuvent avoir le virus et vous le transmettre.

Cela ne veut pas dire qu'il faut rester « cloîtré » chez vous.

Au contraire, sortez-vous promener, si possible dans la nature, car l'activité physique *douce* est un moyen essentiel de renforcer votre système immunitaire et combattre les infections.

Au total, même si certaines personnes vulnérables doivent faire très attention, il est rassurant de savoir que :

La grande majorité des gens ne risque rien : pour eux, le coronavirus sera un « gros rhume ».

Et contrairement aux grandes épidémies de l'histoire, les enfants sont totale
ment épargnés par le coronavirus, ce qui est une heureuse nouvelle.

Il n'y a donc pas de raison de paniquer !

OK, mais pourquoi les gouvernements ferment les écoles et les restaurants ??

Il est vrai les décisions des gouvernements sont angoissantes.

Beaucoup de gens se disent : « *si nos décideurs prennent des mesures aussi radicales, c'est que le problème doit être beaucoup plus grave que ce qu'on veut bien nous dire !!* »

Mais non, ce n'est pas le cas.

Comme je vous l'expliquais dans ma dernière lettre, l'objectif des gouvernements est de lisser l'épidémie dans le temps.

Ce qu'ils craignent (et ils ont raison !), c'est que nos hôpitaux soient totalement débordés.

Car le gros problème du coronavirus, c'est que beaucoup de malades ont besoin :
D'une assistance respiratoire (donc d'un ventilateur) ;

et, pour les cas les plus graves, d'être placés en soins intensifs.

Le problème est que le nombre de ventilateurs, ainsi que le nombre de place en *réanimation et soins intensifs* est limité.

Si trop de monde attrape le coronavirus en même temps, les hôpitaux risquent d'être totalement débordés.

Et quand cela arrive, des gens meurent, alors qu'on aurait pu les soigner !

C'est ce qui s'est passé à Wuhan (en Chine), et en Italie du Nord : la mortalité du virus est supérieure à la normale, car le système hospitalier a été dépassé.

Voilà pourquoi la plupart des gouvernements prennent des mesures radicales, à juste titre.

Quand les hôpitaux sont débordés de malades du coronavirus :

non seulement des personnes fragiles *meurent*, alors qu'on aurait pu les sauver ;

mais les personnels soignants sont épuisés, peuvent subir un *burn-out* et, dans de rares cas, mourir de l'infection, parce que fragilisés par l'angoisse et le manque de sommeil.

Voilà pourquoi il est impératif de lisser l'épidémie sur la durée.

Mais notez bien que, même dans le pire des scénarios, seule une *petite minorité des personnes vulnérables* mourra du coronavirus.

Même dans la région d'Hubei en Chine, *au cœur de l'épidémie*, il n'y a eu « que » 3 000 morts, pour une population équivalente à celle de la France.

C'est 3 000 morts de trop, mais c'est tout de même peu comparé aux plus de 10 000 morts causés par les infections hivernales chaque année en France.

Et il y a d'autres bonnes nouvelles, dont les médias ne parlent pas assez :

Les Japonais ont largement maîtrisé l'épidémie, sans confinement généralisé (probablement parce qu'ils ont des frontières étanches et qu'ils utilisent tous des masques) ;

En Corée du Sud, la mortalité est 10 fois plus faible qu'en Italie, en partie parce qu'ils utilisent des traitements plus efficaces que chez nous ;

En Allemagne, à côté de chez nous, le taux de mortalité est très faible également – 10 fois moins élevé qu'en France ! (est-ce parce qu'ils évitent l'ibuprofène et le paracétamol ?)

Mais le plus rassurant, pour moi, reste ce qu'on observe en Chine depuis plusieurs jours. Manifestement, la Chine a réussi à éteindre totalement l'épidémie (dimanche, le nombre de nouveaux cas n'était que de 20, dont 16 importés !!).

C'est remarquable pour un pays de 1,4 milliard d'habitants, qui a pourtant été

contaminé un peu partout, suite au Nouvel An chinois.

Certes, des mesures sérieuses de confinement ont été prises, mais pas très différentes de ce qu'on fait en ce moment en Europe.

Il y a donc toutes les raisons de penser que l'épidémie va refluer dans quelques semaines... et qu'elle ne restera qu'un mauvais souvenir, avec, espérons-le, moins de morts que la grippe saisonnière.

Donc pas de panique !

Je sais bien que la situation est particulièrement anxiogène, mais on va passer cette épreuve !

de ["Jean-Marc Dupuis - Santé Nature Innovation" <JMDupuis@mail.santenatureinnovation.info>](mailto:JMDupuis@mail.santenatureinnovation.info)

à andre.fougerousse@orange.fr

date 16/03/20 10:32

objet Information Covid-19 - Laissez monter la fièvre

Chère lectrice, cher lecteur,

Le premier réflexe de la plupart des médecins, parents et malades, est de vouloir «faire tomber la fièvre» dès que celle-ci dépasse 38,5°C.

C'est une énorme bêtise dans le cas des infections virales, et vous allez comprendre tout de suite pourquoi en lisant ma lettre ci-dessous.

Je pense qu'elle pourrait vous être utile, ainsi qu'à vos proches en cette période de lutte contre le Covid-19. En effet, les Autorités de Santé recommandent aux personnes ayant des symptômes de prendre du paracétamol mais c'est une erreur catastrophique.

Prenez soin de vous.

À votre santé !

Jean-Marc Dupuis

Laissez monter la fièvre

Chère lectrice, cher lecteur,

Les virus pénètrent dans le corps par la bouche ou par le nez, le plus souvent. Ils entrent dans une cellule et se reproduisent à l'intérieur jusqu'à ce que la cellule soit pleine comme un œuf, remplie de millions de virus.

Si vous regardez à ce moment-là la cellule au microscope électronique, vous avez l'impression qu'elle est remplie d'alvéoles d'abeilles: ce sont les virus, qui sont aussi serrés que des alvéoles dans un rayon de miel! Entièrement colonisée, la cellule meurt, éclate, et tous les virus sortent et se dispersent. Chacun entre dans une cellule saine, et le cycle recommence.

La propagation du virus est donc très rapide. Des millions ou des milliards de cellules peuvent être touchés en quelques heures. Elles sont si nombreuses à mourir que vous ne tardez pas à souffrir de lésions dans les organes. Vous avez mal aux articulations, à la tête, aux muscles, au ventre, aux oreilles, ou ailleurs selon les cas.

Heureusement, notre corps ne reste pas sans réagir face à une invasion de virus.

Dès qu'un virus pénètre dans une cellule, celle-ci lâche des substances qui font gonfler les vaisseaux sanguins à proximité. Le sang ralentit, s'accumule à l'endroit de l'infection, ce qui permet aux globules blancs qui sont dans le sang de traverser la paroi des vaisseaux sanguins et de rejoindre la cellule infectée.

Les globules blancs, aussi appelés leucocytes, sont en effet attirés par les substances émises par la cellule.

De votre côté, vous constatez une inflammation: parce que le sang s'accumule à l'endroit de l'infection, cela devient rouge, chaud, et douloureux. Mais C'EST BON SIGNE.

Cela veut dire qu'une «inflammation» est en train de se produire. C'est un mécanisme qui ordonne au corps de se défendre. La cellule infectée se retrouve entourée de millions de globules blancs. Ils sont si nombreux qu'ils bloquent l'oxygénation. Ne pouvant plus respirer, la cellule se met à fermenter et à produire du dioxyde de carbone et des acides lactiques. Cela crée une acidité dans la cellule qui bloque la reproduction des virus. De plus, la fermentation produit beaucoup de chaleur, ce qui tue les virus.

Bien entendu, la cellule meurt aussi. Mais la propagation du virus est stoppée, ce qui est le plus important. Quand la cellule meurt, les globules blancs meurent aussi et lâchent des substances qui augmentent la température du corps. Cela provoque de la température et de la fièvre. Cette température plus élevée du corps tue les autres virus présents ailleurs dans le corps.

La stratégie de réaction du corps est donc double: faire monter la température locale, au niveau de la cellule malade, et faire monter la température générale du corps, qui est la fièvre. Ces deux réactions contribuent à stopper l'infection virale.

L'inflammation et la fièvre sont bonnes pour vous

L'inflammation, lorsqu'elle est passagère, et la fièvre, lorsqu'elle ne dépasse pas 40°C, sont des réactions très efficaces de l'organisme pour se protéger des virus. En fait, ce sont même des réactions indispensables : si notre corps ne génère pas d'inflammation, les virus nous tuent sans la moindre résistance.

Les hommes l'ont toujours su : autrefois, quand un malade avait une infection, on le mettait sous des écredons, on lui faisait boire beaucoup de tisane pour le faire transpirer et AUGMENTER SA TEMPÉRATURE.

Un virus aussi dangereux que celui de la poliomyélite, qui provoque des handicaps à vie, voit sa vitesse de reproduction diminuer de 99% lorsque la température passe de 38,5°C à 39°C![1]

Il faut savoir qu'avant les années 60, tout le monde attrapait à un moment ou à un autre le virus de la poliomyélite. 90 à 95 % des personnes ne s'en apercevaient même pas, car le virus était éliminé par leurs défenses naturelles avant même d'avoir provoqué des symptômes de maladie. Une minorité tombait malade, mais la plupart faisaient alors une poussée de fièvre qui détruisait le virus selon le mécanisme décrit ci-dessus.

Toutefois, si par malheur quelqu'un leur donnait à ce moment-là un cachet d'aspirine pour «faire baisser la fièvre», c'était la catastrophe: le virus attaquait la moelle épinière, provoquant la paralysie des jambes.

C'est pourquoi donner un simple cachet d'aspirine ou de doliprane à une personne infectée par un virus peut avoir des conséquences désastreuses : en faisant baisser l'inflammation et la température, un énorme « coup de fouet » est donné au virus. Votre organisme est dépouillé de ses protections naturelles, et n'a plus aucun moyen d'empêcher la prolifération du virus et la maladie.

Une expérience célèbre

Mais là où les médecins n'ont vraiment aucune excuse pour continuer à faire l'erreur de « lutter contre la fièvre », c'est que le phénomène a été compris et expliqué scientifiquement dès les années 60, autrement dit il y a UN DEMI-SIÈCLE.

Et les médecins français ont encore moins d'excuses que les autres car c'est en France que le Pr André Lwoff, prix Nobel de Médecine en 1965, a fait un important travail d'information pour expliquer à la profession comment la fièvre agit contre les virus.

Il faut noter que les instructions officielles de l'Agence française du médicament (ANSM) recommandent toujours, actuellement, de faire baisser la fièvre dès 38,5°C chez les enfants avec des médicaments. Cela alors que l'agence reconnaît elle-même que la fièvre n'est pas dangereuse (en dessous de 41°C) et que le traitement n'a pour but que d'améliorer le confort, et qu'*« il a été identifié récemment des effets indésirables, rares mais particulièrement graves, lors de l'utilisation de certains médicaments pour lutter contre la fièvre »* ! [3]

Si le message n'est toujours pas passé aujourd'hui, quand le sera-t-il ??

Lorsqu'on prend des lapins sains et qu'on les met dans une atmosphère à 20°C, leur température est de 39°C. Lorsqu'on les met dans une atmosphère à 36°C, leur température est de 40°C. Si on leur inocule à ce moment-là le virus de la myxomatose, 63 % meurent dans le groupe basse température, contre seulement 30 % dans le groupe haute température.

En injectant aux lapins malades un produit empêchant la fièvre (comme l'aspirine ou le paracétamol), ON MULTIPLIE PAR DEUX LE NOMBRE DE DÉCÈS. C'est connu depuis cinquante ans ! [2]

Et comme on l'a vu plus haut avec l'exemple de la polio, une très légère différence de température (0,5°C) peut entraîner une énorme diminution de la vitesse de reproduction des virus. La différence entre la santé et la maladie, et dans certains cas, entre la vie et la mort !

Supprimer la fièvre peut augmenter la vitesse de répllication des virus au point de submerger le système immunitaire.

Provoquer la fièvre pour guérir

Alors que la médecine officielle continue parfois de recommander de prendre des bains tièdes pour

« faire baisser la fièvre », en plus des médicaments, le mieux est en réalité de faire le contraire, c'est-à-dire provoquer la fièvre pour accélérer la guérison.

Voici un protocole de « fièvre-thérapie ». Ne l'utilisez pas si vous avez déjà de la fièvre, si vous êtes enceinte ou si vous avez d'autres contre-indications à la chaleur.

PRÉPARATION : la fièvre-thérapie semble consister à prendre un bain chaud, mais elle va en fait bien plus loin. Pour être efficace, il faut suivre les instructions. Ayez à portée de la main un thermomètre, un vêtement absorbant, par exemple un gros peignoir de bain si vous en avez un, ou un survêtement. Choisissez un moment où vous avez plusieurs heures de calme devant vous. Buvez deux verres d'eau pure et prévoyez encore de l'eau à boire pendant et après le traitement. Faites-vous couler un grand bain d'eau chaude.

Etape n°1 : Entrez dans le bain puis ajoutez de l'eau chaude jusqu'à ce qu'il soit aussi chaud que vous puissiez le supporter. Faites donc très attention si vous le faites pour quelqu'un d'autre, surtout un enfant. Pour plus de précaution, vous pouvez prendre le bain avec lui.

Etape n°2 : Prenez votre température pendant que vous êtes au bain, sous votre aisselle. Dès que votre température atteint 38,5°C, comptez 20 minutes. Normalement, vous aurez commencé à suer fortement avant d'atteindre cette température. Buvez de l'eau pure, mais elle ne doit pas être froide.

Etape n°3 : Sortez du bain après 20 minutes. Attention en sortant car on se sent souvent faible à ce moment-là. Séchez-vous rapidement, couvrez votre tête avec une serviette et mettez votre peignoir de bain.

Etape n°4 : Mettez-vous vite dans un lit avant de vous être refroidi. Vous devriez alors avoir trop chaud et transpirer en abondance. C'est exactement le but recherché. Restez couvert jusqu'à l'étape 5. Dormez si vous le pouvez, c'est ce qu'il y a de mieux à faire.

Etape n°5 : après 45 minutes à deux heures, vous serez revenu naturellement à votre température normale. Avant de commencer à avoir froid, débarrassez-vous de votre peignoir humide. Veillez bien à ne pas vous refroidir. Ce n'est que maintenant que vous avez fini le traitement.

Vous pouvez recommencer le cycle plusieurs fois, et ce pour pratiquement toutes les infections. Toutefois, cette thérapie est surtout efficace au début de la maladie. C'est aussi à ce moment qu'il est le plus facile de se mettre à transpirer fortement.

À votre santé !

Jean-Marc Dupuis

Faire tomber la fièvre serait responsable des dégâts causés lors de la grippe espagnole de 1918 :

voir <http://www.andrefougerousse-recherche.fr/441236656>

16.02.2019

Réagir face à la fièvre – LE LANGAGE THERMIQUE DE VOTRE CORPS PEUT VOUS ÊTRE UTILE

Réagir face à la fièvre – LE LANGAGE THERMIQUE DE VOTRE CORPS PEUT VOUS ÊTRE UTILE

LE LANGAGE THERMIQUE DE VOTRE CORPS PEUT VOUS ÊTRE UTILE

Chers Amis de la Santé

J'ai tellement de choses à vous dire sur ce sujet que deux lettres me sont nécessaires. Voici mes premiers messages.

Je vous fais trop peur avec la fièvre, même quand je peux vous aider à guérir

Je suis effarée par les nombreuses craintes dont je suis responsable.

J'ai compris qu'il fallait vous informer pour vous expliquer qui je suis, comment je travaille, en quoi je peux vous être utile et quand je suis vraiment dangereuse.

Que de mamans inquiétées par la fièvre de leur bébé !

Il est vrai que la médecine classique a tendance à affoler dès que je dépasse les 38°C. L'agence française du médicament (ANSM), – un peu trop dépendante des fabricants de médicaments-, évidemment recommande de ne pas dépasser 38°5. Elle oublie facilement les effets indésirables des médicaments antipyrétiques ou antibiotiques et ne vous dit pas, comme elle le devrait, à quoi je sers.

Evidemment je ne possède pas la fiche pharmaceutique, l'AMM, car je ne coûte rien.

Ainsi on crée des peurs pour faire consommer trop de fébrifuges qui chassent la fièvre et qui dans de nombreuses occasions m'empêchent de jouer mon rôle thérapeutique.

En effet face à une agression – quelle que soit ses origines, bactérie, virus, parasite, corps étranger vaccinal.. -, c'est le [système immunitaire](#) qui réagit et me met au travail, d'abord pour vous protéger.

Je suis capable de freiner une multiplication de bactéries, de virus et de dilater vos vaisseaux pour qu'ils deviennent perméables. Ainsi ils laissent passer des cellules protectrices, immunologiquement compétentes, aptes à capter, tuer et absorber, on *dit phagocyter* les intrus.

Avoir un bon thermomètre à la maison, la chaleur du front ne suffit pas

Le juste chiffre est celui de l'intérieur de votre sang, donc vous devez me mesurer près d'un vaisseau, soit dans l'oreille (le plus sûr), soit en zone ano-rectale (abandonnée dans les hôpitaux et cliniques pour éviter les contaminations).

Ne me cherchez pas trop souvent chez votre nourrisson au niveau anal, vous risquez de le faire saigner. A ce niveau l'électronique est le meilleur moyen de m'évaluer, mais choisissez bien, car les thermomètres peuvent être chers entre 10 et 100 €.

Si vous me cherchez sous l'aisselle ou sous la langue, augmentez de 0,5°C pour savoir le juste niveau.

Les limites à ne pas dépasser : en plus 40°C, en moins 36°C

Je vous recommande surtout de ne pas me laisser dépasser 40°C car au delà votre cerveau ne m'aime pas. L'enfant peut convulser du fait de la montée brutale de la température un peu au delà de 40°C. Mieux vaut donc l'éviter.

Si je dépasse les 41°C, je mets la vie de votre enfant en danger. Les convulsions chez l'adulte ont en général d'autres causes (épilepsie, grave insolation et manque de sommeil qui fragilise votre cerveau..)

A 36°C comme à plus de 40°C c'est mauvais signe, il peut y avoir une infection grave qui exige de rechercher au plus vite dans le sang par l'*hémoculture* le responsable infectieux.

Dans un corps sain, je peux être un indicateur écologique précieux

Votre corps possède des mécanismes de régulation thermique pour garder une température centrale, celle du sang circulant, entre 36,5 et 37,5°C.

Deux évidences : face au froid couvrez-vous, aux abris ou activez-vous ; face au chaud se dévêtir et chercher l'air frais sans oublier de boire car vous allez perdre beaucoup d'eau par la peau et les glandes sudoripares avec la transpiration, et aussi par la perspiration évacuée par voie respiratoire. N'attendez pas d'avoir soif !

A l'arrivée du marathon vous pouvez être à 39°C et vous êtes fatigué, mais tellement heureux de l'effort accompli et là encore hydratez vous largement.

Mesdames, moi la température, j'accompagne votre [cycle hormonal](#). Des logiciels modernes spécialisés vous informent écologiquement de mon niveau dans votre cycle mensuel des variations. L'appareil comporte un thermomètre digital, gradué au centième de degré, pourvu d'un signal sonore et d'une mémoire. Combiné à d'autres signes de votre intimité, ces logiciels qui me mesurent très finement vous précisent que l'ovulation est en cours ou est passée. **Vous voyez que je peux vous aider à vous mieux connaître sur deux sujets particulièrement importants pour vous, la fertilité et la contraception.**

Certains laboratoires, Bayer-Monsanto en particulier, cherchent à vous supprimer votre cycle naturel avec "*la pilule en continu*" sans tenir compte du fléau des cancers hormono-dépendants qui ne fera que s'aggraver.

Ainsi vous connaissant mieux, de manière écologique, vous évitez la pilule chimique dont on connaît les méfaits. Les hommes devraient plus s'y intéresser, ils prendraient davantage leurs responsabilités pour éviter les graves effets indésirables des hormones artificielles apportées à des doses trop importantes : la [cancérogénicité pour les seins](#) en particulier et les nombreuses maladies auto-immunes telles la Recto-Colite-Ulcéro-Hémorragique, les lupus, l'érythème noueux, les herpès...

Ah si on vous expliquait tout cela ! Vous consommeriez alors moins d'hormones exogènes, celles qui bloquent vos ovaires à des doses très élevées et sont les plus puissants des perturbateurs endocriniens. Mais les fabricants et prescripteurs ne vous le diront pas, ils préfèrent que vous consommiez l'un ou l'autre de leurs quarante marques de pilules comme des bonbons.

Trop d'argent est en jeu et malheureusement que de dangers mis sur le dos des femmes qui payent très chers les conséquences d'un **marketing rempli de [fake news](#)** !

Comment je vous aide à rester en santé ?

Face à des intrus bactéries, virus, parasites, corps étranger.. je suis là pour vous aider. Ma présence, la fièvre, stimule surtout les cellules les plus importantes de vos défenses immunitaires, les CD4 et CD8 ou T4 et T8 et plus les 4 que les 8. Ils agissent en complémentarité. Ces cellules fabriquent des substances nommées *cytokines* qui activent des globules blancs macrophages pour tuer les intrus.

Libérées dans le sang, elles actionnent surtout une zone du cerveau, – à sa base, au niveau de l'hypothalamus- qui me met au travail. Votre température corporelle monte, le cœur s'accélère, les vaisseaux se dilatent pour laisser passer des cellules immunitaires qui vous protègent.

Sachez que supprimer la fièvre peut augmenter la vitesse de réplication de certains virus au point de submerger le [système immunitaire](#) dans le mauvais sens. De même dans les réactions allergiques graves chez les sujets fragiles, on parle alors de choc ou tempête *cytokinique*, cocktail explosif. Il peut être responsable ou de choc anaphylactique chez l'adulte, ou de mort subite du nourrisson, apparaissant dans les 30 minutes à plusieurs heures après le contact du corps avec un agent toxique que le corps refuse.

Vous n'êtes pas des lapins, vous allez comprendre mon utilité

Une belle démonstration peu connue des médecins : « *Des lapins sains mis dans une atmosphère à 20°C, leur température passe à 39°C. Dans une atmosphère à 36°C, leur température est à 40°C. Si on leur inocule le virus de la myxomatose (leporipoxvirus), 63 % meurent dans le groupe basse température, contre seulement 30 % dans le groupe haute température. En injectant aux lapins malades un produit empêchant la fièvre (comme l'aspirine ou le paracétamol), on multiplie par deux le nombre de décès.*»

Et oui, un virus se multiplie plus vite à 37 °C qu'à 39 °C ! C'est **le Pr André Lwoff, prix Nobel de Médecine en 1965** avec Monod et Jacob qui l'a démontré, ce qui a tendance à être oublié.

Un exemple supplémentaire : le virus si dangereux de la poliomyélite qui peut provoquer des handicaps à vie, voit sa vitesse de reproduction diminuer de 99 % lorsque la température passe de 38,5°C à 39°C. Faire baisser médicalement la fièvre, est une erreur grossière : le virus attaque alors la moelle épinière, pouvant provoquer les épouvantables paralysies.

Ainsi ma présence, la fièvre n'est pas sans intérêt. L'obsession, faire tomber la fièvre, est en cours de disparition, car je signe le fonctionnement naturel des défenses immunitaires.

Dans ma prochaine lettre, je vous expliquerai combien il est important de dissocier la fièvre, des modifications des comportements dont je suis la cause. Vous comprendrez aussi que les médicaments contre moi la fièvre, doivent être utilisés avec parcimonie car ils ne sont pas sans danger.

Pr Henri Joyeux