



LA BROMELAÏNE

Posologie

Dr. Luc BODIN

www.luc-bodin.com

La bromélaïne est une enzyme naturelle tirée de la tige de l'ananas. Elle a de multiples actions dont principalement : anti-inflammatoire, antalgique, cicatrisante, fluidifiante, immunostimulante et surtout anticancéreuse.

Il faut savoir que ce produit ne présente que peu d'effets indésirables et de contre-indications (femme enceinte et allaitantes, enfants, prise d'anticoagulant, allergie à l'ananas ou à la bromélaïne).

Personnellement et par prudence, je déconseille de prendre de la bromélaïne au cours des traitements anticancéreux et de toujours travailler en accord avec son médecin (médecin traitant ou spécialiste).

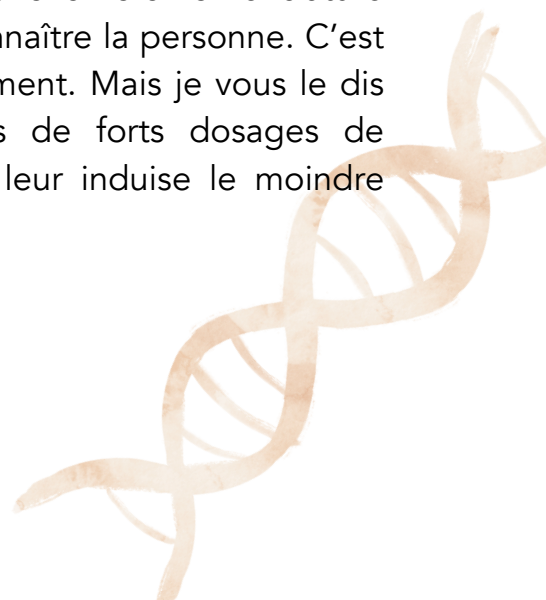
Il convient de savoir que la bromélaïne n'est aucunement un traitement alternatif aux traitements usuels. Elle est complémentaire et augmente les chances de guérison des personnes.

Par ailleurs, je reçois beaucoup de mails concernant la posologie de la bromélaïne, aussi vais-je donner ici quelques éclaircissements :

- prendre un produit réalisé avec des gélules gastro-résistantes.
- prendre les gélules à distance des repas (au moins 2 heures après les repas)
- la posologie officielle est de 750 à 1.000 mg/j
 - par exemple 1 gélule de 250 mg 3 fois par jour
 - pour une concentration de 1.500 à 2.000 UDG par gr.

Ceci est valable pour toutes les pathologies habituelles : traumatisme, inflammation, douleur, etc.

Pour les pathologies graves, il est possible d'augmenter le dosage et c'est même fortement conseillé. Mais ici nous nous retrouvons hors-nomenclature et je ne peux pas cautionner ces posologies sans connaître la personne. C'est à chacun de prendre la responsabilité de son traitement. Mais je vous le dis tout de suite : beaucoup de personnes ont pris de forts dosages de bromélaïne pendant plusieurs mois sans que cela leur induise le moindre problème. Mais un cas ne fait pas l'autre.



Pour ma part (et je n'engage que moi), si j'étais confronté aujourd'hui à une grave maladie je prendrais la posologie suivante :

Bromélaïne :

3 voire 4 gr/j (si ce sont des gélules de 500 mg par exemple, cela fait 6 à 8 gélules par jour). Je commencerais par une petite posologie (1 à 2 gélules/j) et j'augmenterais progressivement les doses jusqu'à 3 ou 4 gr/j afin de vérifier la bonne tolérance du traitement.

La concentration du produit devra être forte au moins 3.000 UDG/gr. Personnellement je préférerais 4.500 UDG/gr. Bien sûr, ces dosages sont onéreux. Mais il y a moins de gélules à prendre quotidiennement, alors que les produits moins chers sont plus faiblement dosés, ce qui impose de prendre des posologies importantes (9 voire 12 gélules/j.) et donc le prix quotidien du traitement revient au même.

Il est souhaitable de l'associer à :

Vitamine C :

Type acérola à raison de 500 à 750 mg en comprimé à croquer 1 ou 2 fois par jour.

Vitamine D :

Après une prise de sang vérifiant qu'il n'y a pas d'excès de vitamine D dans le sang.

Cette prise de sang peut être faite dans n'importe quel laboratoire sans ordonnance. Mais bien sûr sans ordonnance signifie qu'elle ne sera pas remboursée. Cependant, elle n'est pas très onéreuse. Autrement, il est possible et même souhaitable de demander une ordonnance à son médecin traitant.

Choisissez de référence une vitamine D naturelle en vente dans les magasins bio et laboratoires de traitements naturels. Suivre alors la posologie recommandée par le fabricant.

Il n'est pas utile de prendre de fortes doses.

→ Ces vitamines potentialisent l'effet de la bromélaïne.

Suivre ce traitement pendant 2 à 3 mois et refaire un bilan.

Là deux solutions :

- Soit il y a une amélioration, donc il est conseillé de continuer le traitement autant que nécessaire.
- Soit il n'y a pas de changement, donc il faudra changer de traitement complémentaire : curcuma, vitamine C à forte dose, aloé arborescent, etc.

Par ailleurs, je vous rappelle que :

- Je ne donne aucune consultation.
- Je ne travaille avec aucun laboratoire. Mais je viens de vous donner toutes les indications nécessaires pour choix de la bromélaïne qui conviendra. Voyez en parapharmacie, dans les magasins bio et surtout sur internet. Je ne donne aucune adresse, donc inutile de m'en demander.
- C'est à chacun de prendre ses responsabilités concernant ses traitements et toutes les implications que cela comporte. Je vous ai donné tous les renseignements utiles concernant la posologie, à vous maintenant de décider.
- Pour toute information complémentaire, voyez :
 - mon livre « *Les miracles de la bromélaïne* »
 - et si vous êtes atteint d'un cancer, voyez mon autre livre « *Cancer les chemins de guérison* » qui fait la synthèse de toutes mes recherches depuis une vingtaine d'années.

Bon courage et bien amicalement.

Luc Bodin