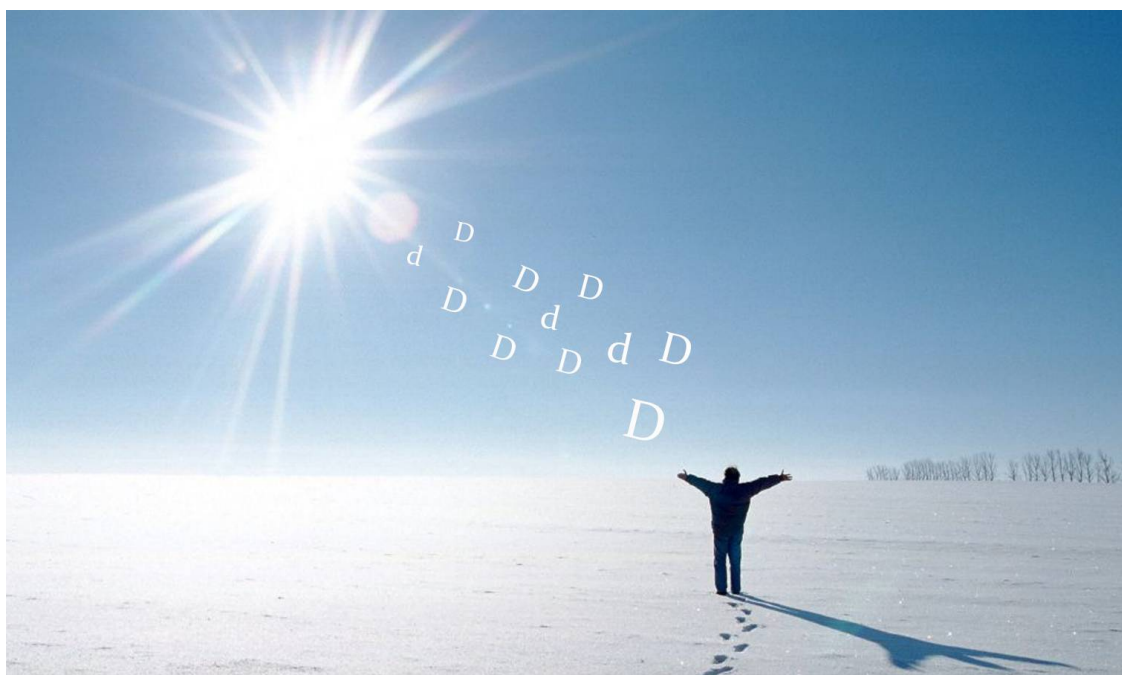


# La vitamine D se révélerait plus efficace que les vaccins et les antiviraux contre la grippe



— La vitamine D se révélerait plus efficace que les vaccins et les antiviraux contre la grippe

## La vitamine D se révélerait plus efficace que les vaccins et les antiviraux contre la grippe

Les médecins japonais ont trouvé que le risque des enfants d'attraper la grippe pouvait être réduit de 50% s'ils prenaient de la vitamine D.

## 4 Fruits à ne plus manger



Perdez un peu de graisse chaque jour en éliminant ces 4 aliments.

golifecapsule.com



## 1 astuce pour l'intestin

1 simple astuce qui améliore votre bien-être. Ici Informent

BodyFokus



**Cette découverte a bien entendu des implications pour les épidémies de grippe étant donné que la vitamine D qui est produite naturellement par le corps humain quand celui-ci est exposé directement aux rayons du soleil, n'a pas d'effets secondaires importants, ne coûte presque rien et peut être plusieurs fois plus efficace que les médicaments anti-viraux, ou les vaccins, selon une étude du Journal of Clinical Nutrition.**

Au cours d'un essai clinique, seul un enfant sur dix, âgé de 15 ans qui prenait de

la vitamine D (la vitamine du soleil) a été touché par la grippe comparativement à un enfant sur 5 à qui on avait donné une pilule factice (placebo). Mitsuyoshi Urashima, le médecin qui a dirigé les essais cliniques a déclaré au Times que la vitamine D était plus efficace que les vaccins pour éviter la grippe.

La vitamine D s'est montrée encore plus efficace quand la comparaison a été faite avec des enfants qui, en dehors de l'étude, prenaient déjà de la vitamine D sur le conseil de leurs parents. Il a donc été montré que le fait de prendre de la vitamine D réduisait le risque d'attraper la grippe à un tiers de ce qui se produirait autrement.

Le Dr Damien Downing, médecin consultant a déclaré publiquement que les gouvernements « aiment » les épidémies parce qu'elles constituent une chance d'imposer leur volonté. Ce médecin de Londres a conseillé à ses patients d'augmenter leur dose de vitamine D plutôt que de se faire vacciner.

Vous pourriez être surpris d'apprendre que de nombreux médecins au Canada et aux Etats-Unis prescrivent jusqu'à 50.000 UI de vitamine D par jour pour le traitement d'une longue série de maladies chroniques.

Le Dr John Cannel, MD, suggère que dès le premier signe de rhume ou de grippe, l'on prenne pendant 3 jours une haute dose de vitamine D (50.000 UI). En cas d'infection, vous avez besoin de plus de vitamine D, c'est un fait. En d'autres mots, la vitamine D agit comme un antibiotique naturel. Elle est efficace contre toutes sortes de microbes (virus, bactéries, champignons et parasites).

La carence en vitamine D est fréquente durant les mois d'hiver, en particulier dans les pays qui se trouvent au nord de l'équateur. La vitamine D agit comme modulateur du système immunitaire, empêchant la production excessive de cytokines inflammatoires et favorisant l'activité des macrophages (type de globules blancs). La vitamine D stimule également la production de puissants peptides anti-microbiens dans d'autres globules blancs et dans les cellules épithéliales qui tapissent les voies respiratoires, protégeant ainsi les poumons contre l'infection.

**Grâce à la vitamine D : 50% de réduction des infections dues à la grippe**

Au total 354 enfants ont pris part aux essais cliniques. Il a été montré que la vitamine D protégeait contre la grippe A mais pas contre la grippe B, une variété plus rare de la grippe.

L'étude qui a été faite en double aveugle, randomisée, contrôlée scientifiquement a été menée par des médecins et des scientifiques de la Faculté de Médecine de l'Université Jikel à Tokyo, Japon.

Les enfants ont reçu une dose quotidienne de 1200 UI (unités internationales) de vitamine D sur une période de trois mois. Au cours du premier mois, les enfants qui prenaient de la vitamine sont tombés malades aussi souvent que ceux qui prenaient un placebo. Mais au cours du deuxième mois, quand les taux de vitamine dans le sang furent plus élevés, les avantages de la vitamine D ont été très clairs.

Les scientifiques japonais qui ont publié dans l'[American Journal of Clinical Nutrition](#) ont dit que les médicaments antiviraux Zanamivir et Oseltamivir réduisaient les risques d'infection de la grippe de 8% chez les enfants qui avaient été exposés à l'infection, comparativement à une réduction de 50% ou plus pour ceux qui avaient pris de la vitamine D.



[...] Le Dr John Oxford, professeur de virologie à la Faculté de Médecine Queen Mary School de Londres a déclaré : « Il s'agit d'une étude qui arrive en temps opportun. Elle sera remarquée par les scientifiques. Elle correspond aux tendances saisonnières de la grippe. Le fond scientifique solide rend l'histoire de la vitamine D crédible. »

### **La dose et les niveaux de vitamine D sont essentiels**

Les chercheurs ont récemment [mis en évidence les mécanismes](#) qui permettent à la vitamine D de renforcer le système immunitaire et pourquoi cette vitamine est à ce point essentielle à notre santé.

La vitamine D n'est en fait pas une véritable vitamine, mais plutôt un précurseur des hormones stéroïdes, qui a des effets profonds sur l'immunité innée.

La quantité de vitamine D que l'on retrouve dans la plupart des aliments et dans les préparations multivitamines sont vraiment insuffisantes.

La dose quotidienne correcte de vitamine D pour les adultes est d'environ 5.000 UI/jour et non de 200 à 600 UI comme recommandées par l'Institut de Médecine, le National Institute of Medicine et la FDA.

[...] Les taux corrects de vitamine D dans le sang varient entre 70 et 90 ng/ml. On retrouve ces taux chez moins de 5% des américains.

Le mécanisme d'action de la vitamine D qui, dans les infections, augmente considérablement la production d'antibiotiques naturels à large spectre, donne à penser que les doses de 1000 UI par kilo de poids corporel/jour pendant plusieurs jours permettra de traiter efficacement, non seulement la grippe et le rhume, mais aussi une foule d'autres infections saisonnières, y compris la méningite, la septicémie et la pneumonie, chez les enfants et les adultes.

**IMPORTANT : ce n'est pas un article anti-vaccin et surtout si vous êtes une personne à risque il est fortement conseillé de vous faire vacciner. En France, la grippe saisonnière frappe chaque année et est la cause de 5 décès par jour en moyenne. La grippe est donc responsable de 1.500 à 2.000 décès par an. Lors de la saison 2014-2015, un épisode de grippe exceptionnel a généré une surmortalité hivernale de 18.300 décès.**

Source en français La vitamine D se révélerait plus efficace que les vaccins et les antiviraux contre la grippe : [fawkes-news.blogspot.fr](http://fawkes-news.blogspot.fr)

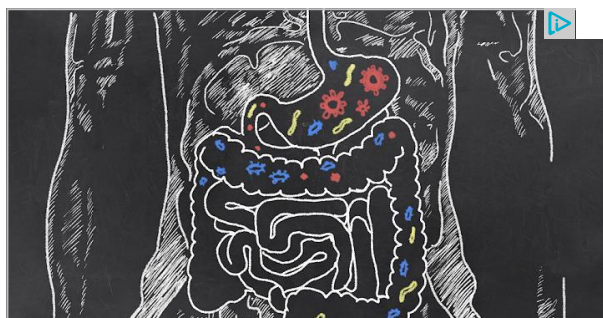
Références:

[ncbi.nlm.nih.gov](http://ncbi.nlm.nih.gov)

[ajcn.nutrition.org](http://ajcn.nutrition.org)

[mydoctor.ca](http://mydoctor.ca)

[timesonline.co.uk](http://timesonline.co.uk)



### 1 astuce pour l'intestin

1 simple astuce qui améliore votre bien-être. Ici Informent

[santebacteriesintestinales.com](http://santebacteriesintestinales.com)



---

**À Découvrir Aussi**

Contenus Sponsorisés

**L'anti-douleur naturel qu'on veut nous interdire!**

pure-sante

## **Pourquoi certains chiens ont-ils mauvaise haleine?**

Purina Dentalife

## **4 très bons sites de rencontres anonymes à Blainville-sur-orne !**

Meilleur Site de Rencontre

## **Classement officiel des sites de rencontres qui marchent vraiment**

Meilleurs Sites Rencontre

## **RASPBERRY-PI RPI2-MODB-V1.2**

fr.farnell.com

## **The Effective Solution for Remedying the Valgus Deformity**

Valgomed

## **Défiscalisation : l'astuce des cadres pour réduire leurs impôts**

LeGuideLoiPinel.info

## **Pièce en or pour 15 € seulement!**

Société Française des Monnaies

par Taboola

## **Un commentaire à propos de “LA VITAMINE D SE RÉVÉLERAIT PLUS EFFICACE QUE LES VACCINS ET LES ANTIVIRAUX CONTRE LA GRIPPE”**



cottagnoud romaine

dans **10 septembre 2016 à 15 h 01 min** a dit :

quel aliment naturel contient de la vitamine D...?

le meilleur produit contenant la vitamine D est...?

Ce site utilise les cookies [Plus d'infos](#)

Pas de problème