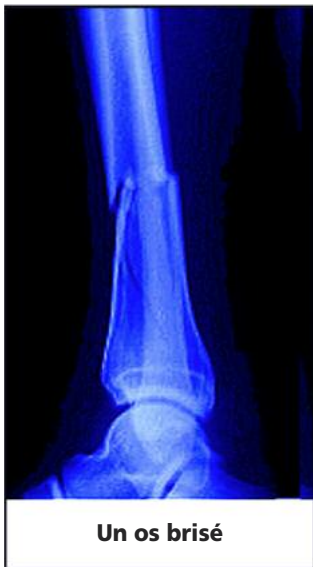


Les micronutriments dont vous tenez rarement compte pour la guérison des fractures

Personne n'est à l'abri d'une fracture à la suite d'une chute ou d'un accident. Cependant, toutes les fractures sont susceptibles de se produire plus souvent chez les personnes souffrant d'ostéoporose. Les fractures, une des blessures les plus douloureuses, nécessitent inévitablement une longue période de rétablissement .



La fracture d'une jambe est, en particulier chez les adultes actifs et les enfants, la fracture la plus fréquente. Il s'agit essentiellement de la fracture du tibia. Aux États-Unis, environ 492 000 fractures du tibia sont signalées chaque année, entraînant près de 400.000 jours de séjour à l'hôpital. Le temps de cicatrisation habituel pour une fracture du tibia est de 12 à 16 semaines. Cependant, cela est dû à une incidence accrue de complications exigeant souvent le recours par le patient à des analgésiques puissants. Dans les pays européens, selon un rapport, un total de 620.000 fractures de la hanche liées à l'ostéoporose ont été signalées en 2010.

Une perception commune est que la vitamine D et le calcium sont les seuls nutriments nécessaires à la bonne santé des os, et/ou ceux qui peuvent aider dans le processus de guérison de la fracture. Cette perception ignore ainsi le fait que le calcium des os et d'autres minéraux sont déposés sur une protéine de collagène. Sans collagène sain, l'os ne peut pas se former ou fonctionner correctement. La formation d'os ne dépend pas seulement de quantités suffisantes de calcium et de vitamine D, mais surtout d'un approvisionnement adéquat en vitamine C, en acides aminés lysine et proline, et d'autres micronutriments, servant ainsi de support pour le collagène. Puisque le corps humain ne peut pas produire sa propre vitamine C ou lysine endogène, les carences de ces nutriments essentiels sont très probables et les réserves peuvent même s'épuiser suite au stress lié à la fracture de l'os.

Dans un essai clinique randomisé en double aveugle contrôlé par placebo* impliquant 131 patients victimes d'une fracture du tibia, nous avons évalué l'effet de la supplémentation en

micronutriments renforçant le collagène sur le temps de guérison des fractures. L'âge des participants à l'étude variait de 15 à 75 ans. Nous avons observé que le groupe de patients prenant des suppléments de micronutriments essentiels contenant de la vitamine C, de la lysine, de la proline et de la vitamine B6 a connu un temps de guérison de la fracture plus rapide. Au sein de ce groupe, la guérison a pris 14 semaines. En revanche, il a fallu 3 semaines de plus pour les patients prenant le placebo (pilule de sucre) pour connaître une guérison similaire. En outre, chez environ 25% des patients dans le groupe supplémenté, la guérison des fractures a eu lieu dès la 10^{ème} semaine. Ceci n'a été constaté dans le groupe de contrôle que jusqu'à un pourcentage de 14 % des patients. Dans le groupe supplémenté, les patients ont ressenti des améliorations de leur bien-être général.

Cette étude montre qu'un facteur souvent manquant dans la bonne santé des os –un collagène sain– joue un rôle important dans la guérison optimale des fractures. Une simple supplémentation en micronutriments spécifiques pourrait réduire considérablement le temps de guérison et de souffrance du patient, ainsi que le fardeau économique des familles des patients et le système de soins de santé.

Ref:

* J. Jamdar, et al., *Journal of Alternative and Complementary Medicine* 2004, 10 (6): 915-916.

Le bulletin de la santé

Cette information est fournie à titre gracieux par l'Institut de recherche du Rath. Dirigé par deux anciens collègues d'un double Prix Nobel Linus Pauling († 1994). Cet Institut est devenu un leader dans le domaine du cancer, des maladies cardiovasculaires et d'autres maladies courantes. L'Institut est 100% à but non lucratif.

Dr Rath Foundation.

La nature révolutionnaire de cette recherche constitue une menace pour les milliardaires de l'industrie pharmaceutique « dans le commerce de la maladie ». Il n'est pas surprenant qu'au fil des années le lobby pharmaceutique a attaqué Dr Rath et son équipe de recherche et essaie de réfuter leur message. Au cours de cette bataille, Dr Rath est devenu un partisan international renommé pour la santé naturelle en disant : « jamais dans l'histoire de la médecine les chercheurs ont été aussi féroce ment attaqués pour leurs découvertes. Cela nous rappelle que la santé ne nous est pas donnée volontairement mais nous devons nous battre pour l'avoir.

Vous pouvez imprimer des copies de cet article sur :

www4fr.dr-rath-foundation.org/research_news/index.html et le faire partager à vos amis et collègues. Un exemplaire gratuit du texte intégral de cette étude est disponible sur le site suivant :

www.drathresearch.org/pub/pdf/hsns1415.pdf

que vous pouvez également partager avec votre médecin.

www.DrRathResearch.org

Issue: 13_160414