

PATRICK HOLFORD

# STOP AUX VIRUS

RENFORCER SAINEMENT ET  
NATURELLEMENT L'IMMUNITÉ  
AVEC LES VITAMINES C D A E,  
LES MINÉRAUX ET LES  
PLANTES MÉDICINALES



9 788828 516545

Format Broché - 13,5 x 20,5 cm  
Pages 192 - Prix 16,95 €



Mini-catalogue : Je prends soin de mon corps naturellement

[www.macroeditions.com](http://www.macroeditions.com)

PATRICK HOLFORD

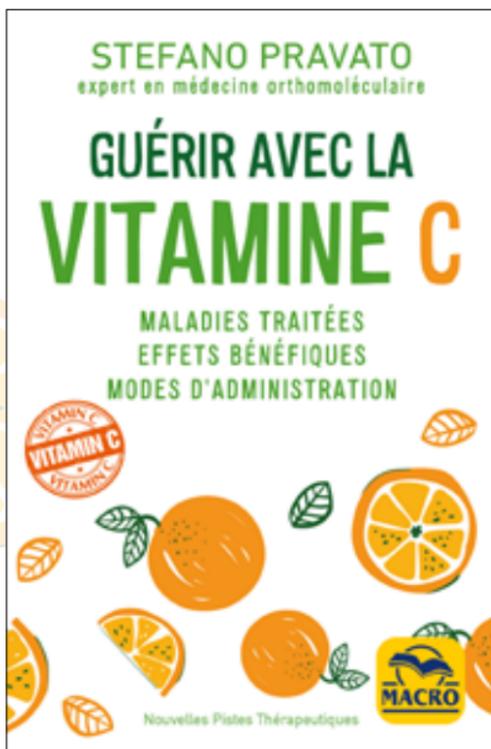
# STOP AUX VIRUS

Pourquoi certaines personnes tombent vraiment malades, voire meurent de la grippe, et pas d'autres ? Le rhume et la grippe sont des maladies virales qu'un système immunitaire en bonne santé devrait pouvoir combattre naturellement. Mais à quoi ressemble un système immunitaire en bonne santé ?

Ce livre explique :

- comment fonctionnent les virus et quelles sont leurs faiblesses ;
- pourquoi les animaux qui produisent de la vitamine C succombent rarement de la grippe ou du rhume ;
- la vérité sur la vitamine C et comment l'utiliser quand on est malade ;
- comment les baies de sureau noir bloquent la réplication virale ;
- pourquoi le taux de vitamine D baisse en hiver et nous rend plus fragiles ;
- quels nutriments renforcent l'immunité, du sélénium en passant par le zinc ;
- comment la vitamine C par intraveineuse sauve des vies chez les patients souffrant de détresse respiratoire.

Vous découvrirez aussi comment **retrouver et conserver un système immunitaire en bonne santé à l'aide de recettes et de boissons, mais aussi comment s'alimenter et quels compléments alimentaires prendre** quand on est malade pour limiter la durée et la gravité de son rhume ou de sa grippe.

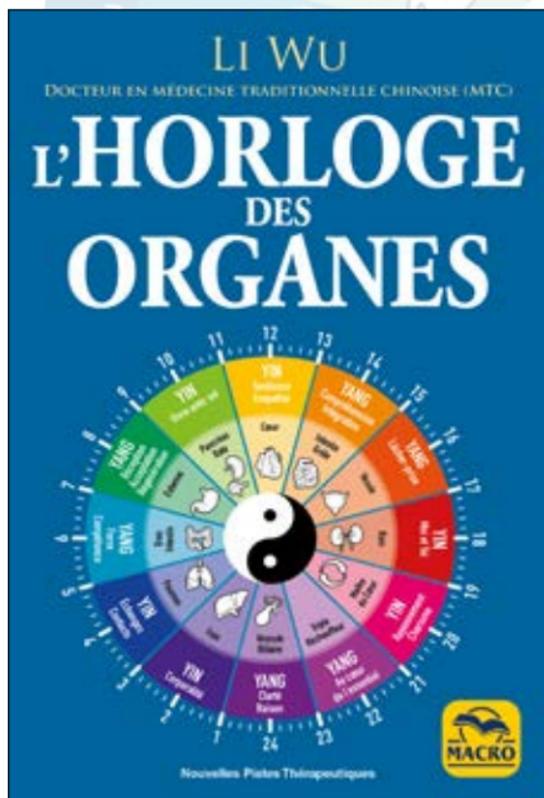


Format Broché - 11 x 17 cm

Pages 128 - Prix 10,95 €

## Guérir avec la vitamine C

- les divers modes d'administration et formes disponibles ;
- la posologie appropriée et les modalités de prise ;
- les divers types de vitamine C (acide ascorbique, ascorbate de sodium, ascorbate de calcium, etc.) ;
- les maladies traitées (infections, cardiopathies, intoxications, troubles respiratoires, maladies auto-immunes, etc.) ;
- les idées préconçues au sein de la communauté scientifique ;
- la question du choix entre vitamine synthétique et naturelle.

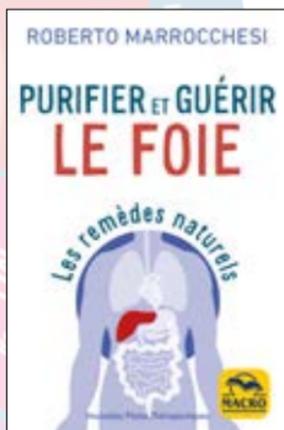


Format Broché - 13,5 x 20,5 cm

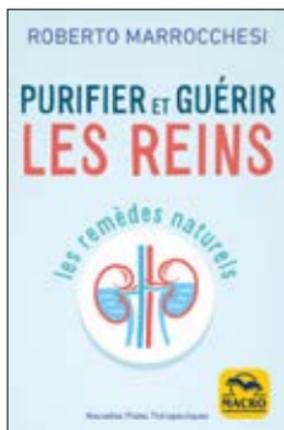
Pages 176 - Prix 19,95 €

## L'horloge des organes

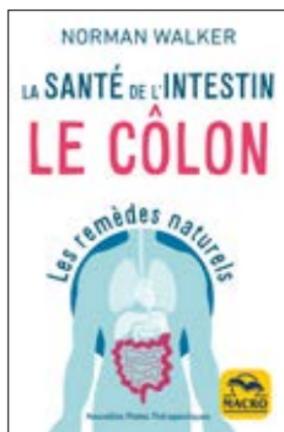
L'homme fait partie intégrante du processus rythmique de la nature, du passage de l'été à l'automne, du jour à la nuit. Il est soumis à un rythme circadien, à un cycle d'énergie qui jour après jour repart. De la même façon, **chacun de nos organes connaît des phases d'activité et des phases de repos. Une douleur qui apparaît à un moment précis de la journée renvoie à un organe précis.**



Format Broché - 11 x 17 cm  
Pages 160 - Prix 9,95 €

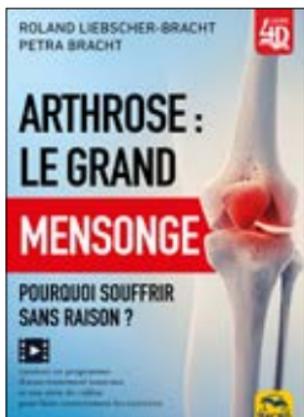


Format Broché - 11 x 17 cm  
Pages 176 - Prix 7,95 €



Format Broché - 11 x 17 cm  
Pages 200 - Prix 9,95 €



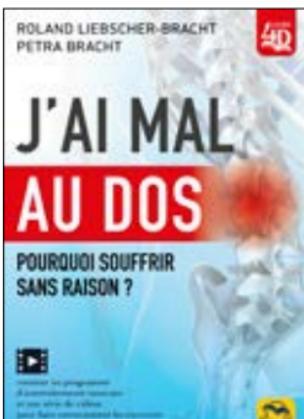


Format Broché - 15,5 x 21 cm

Pages 288 - Prix 20,95 €

## Arthrose : le grand mensonge

L'arthrose est la cause de douleurs la plus répandue. Elle peut frapper la hanche, le genou, la colonne vertébrale ou bien d'autres endroits du corps. Les spécialistes de la douleur Liebscher & Bracht ébranlent la conviction selon laquelle l'arthrose est une fatalité, génétiquement programmée, et démontrent comment on peut stimuler la repousse du cartilage endommagé.



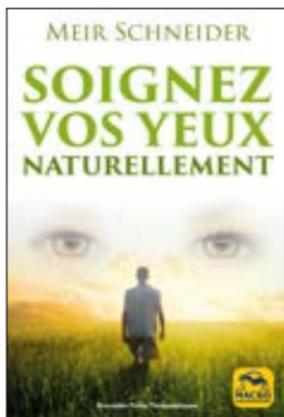
Format Broché - 15,5 x 21 cm

Pages 288 - Prix 24,95 €

## J'ai mal au dos

De nos jours, beaucoup de gens souffrent quotidiennement du dos. La médecine conventionnelle n'a toutefois pas encore trouvé la cause véritable de ce trouble, et le nombre de cas augmente de manière inquiétante.

Roland Liebscher Bracht et Petra Bracht, spécialistes du traitement de la douleur, ont mis au point une méthode révolutionnaire permettant de se libérer une fois pour toutes du mal de dos. Ce livre fournit toutes les informations nécessaires.



9 788828 595854

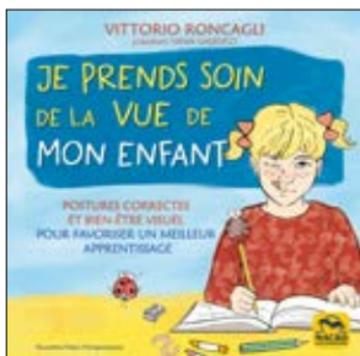
Format Broché - 13,5 x 20,5 cm

Pages 256 - Prix 19,95 €

## Soignez vos yeux naturellement

Meir Schneider, thérapeute et pionnier dans le domaine de la santé holistique, nous présente sa méthode **pour soigner les principaux troubles de la vue : dégénérescence maculaire, myopie, presbytie, hypermétropie, glaucome, astigmatisme, strabisme, cataracte, nystagmus, rétinite.**

Les exercices de ce livre visent à vous aider à créer une routine de base, fondamentalement saine, que vous pouvez introduire immédiatement dans votre vie.



9 788828 501800

Format Broché - 19 x 19 cm

Pages 120 - Prix 14,95 €

## Je prends soin de la vue de mon enfant

Dans ce manuel simple, l'auteur fournit des **conseils aux parents, aux enseignants** (de la maternelle et de l'école primaire) **et aux enfants** afin de mettre en œuvre des actions quotidiennes, petites, mais essentielles.



TETYANA OBUKHANYCH  
**IMMUNOLOGISTE**

TITULAIRE D'UN DOCTORAT DE LA ROCKFELLER UNIVERSITY À NEW YORK  
ET D'UN POSTDOCTORAT DE LA HARVARD MEDICAL SCHOOL À BOSTON

**LES VACCINS  
SONT-ILS  
UNE ILLUSION ?**

**VACCINE ILLUSION**



**LA VACCINATION COMPROMET  
LE SYSTÈME IMMUNITAIRE**

**QUE FAIRE POUR RECOUVRER LA SANTÉ**



**Format Broché - 11 x 17 cm**  
**Pages 208 - Prix 9,95 €**



Mini-catalogue : Je prends soin de mon corps naturellement

[www.macroeditions.com](http://www.macroeditions.com)