

PROCOLES DE L'EAU IONISÉE

*... créés pour résoudre les problèmes de la tête
aux orteils et de toutes les parties du corps
entre les deux !*

Traduction du livre du
Dr PEGGY PARKER

« **Ionized Water Protocols** »

L'information contenue dans cette brochure n'est en aucun cas un avis médical destiné au lecteur et ne peut remplacer une consultation auprès de votre médecin. Ni l'auteur ni l'éditeur ne pourront être tenus pour responsables de quelque ennui, préjudice ou problème que ce soit, dus à une suggestion ou une information contenue dans cette brochure.

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION	2
L'IMPORTANCE DE PRÉ-FILTREZ VOTRE EAU	3
PROTOCOLE DE L'EAU BASIQUE OU ALCALINE DU DR PARKER	5
PROTOCOLES POUR LES DIFFÉRENTS ÉTATS DE LA PEAU	9
PROTOCOLE POUR LES SOINS DES CHEVEUX ET DU CUIR CHEVELU	17
PROTOCOLE POUR LA SANTÉ DES YEUX	19
PROTOCOLE POUR LES OREILLES	20
PROTOCOLE POUR LE LAVAGE DU NEZ	21
PROTOCOLE POUR LA SANTÉ DE LA BOUCHE	23
PROTOCOLES POUR LES DIFFÉRENTS PROBLÈMES DIGESTIFS	25
PROTOCOLE POUR L'HYDROTHÉRAPIE DU CÔLON	27
PROTOCOLES POUR LA SÉCHERESSE ET LES INFECTIONS VAGINALES	28
PROTOCOLES POUR LES PROBLÈMES RÉNAUX	29
PROTOCOLE POUR LES ATTEINTES FONGIQUES DE L'ONGLE	31
PROTOCOLES POUR LES BÉBÉS ET LES ENFANTS	32
PROTOCOLES POUR LES ANIMAUX DE COMPAGNIE	34

INTRODUCTION

La pratique conjointe de la médecine naturopathique et biologique est une élégante combinaison de science et d'art, de connaissance et d'intuition, de sagesse ancienne, de diagnostic moderne et d'outils de traitement.

Au cœur de la médecine naturelle réside la croyance indéfectible que le corps est conçu pour s'auto-guérir. Pour aider le corps à augmenter cette capacité, la médecine naturelle cherche à identifier puis à supprimer les obstacles qui bloquent le processus d'auto guérison. Une fois les obstacles supprimés, le corps peut revenir à un état de santé optimal.

C'est mon engagement absolu en cette croyance qui m'a poussée à étudier, apprendre, pratiquer et déverrouiller quelques vérités profondes concernant la santé et la guérison.

Ce recueil de protocoles contient quelques moyens élégamment simples à la fois pour augmenter l'auto-guérison naturelle de votre corps et commencer à ôter ces obstacles qui la bloquent ou ralentissent.

Ces étapes travaillent ensemble à restaurer la santé par des moyens que nous n'imaginions que dans le passé ...

Dr Peggy Parker

L'IMPORTANCE DE PRÉ-FILTRE L'EAU DE VOTRE ROBINET

Dans l'esprit des gens, partout sur terre existe une demande accrue concernant l'accessibilité à une eau potable de bonne qualité. Il apparaît que, chaque semaine, nous entendons davantage de mauvaises nouvelles au sujet de l'état de notre eau potable. Des plastiques aux déchets pharmaceutiques et des métaux lourds aux bactéries, l'eau du robinet a été reliée à une grande variété de maladies et même de décès.

Il est probable, si vous lisez ce livre, que la qualité de l'eau soit importante pour vous. En fait, vous avez sans doute acheté un ioniseur d'eau, sinon je vous conseille de franchir cette étape importante pour sauvegarder votre santé.

Je crois que boire de l'eau ionisée est la clé pour créer, retrouver et conserver la santé de l'organisme. J'irais même jusqu'à dire que, dans ma pratique médicale, je n'ai jamais vu aucun médicament, vitamine, minéral ou tonique arrivant aux résultats que l'eau ionisée produit en quelques semaines seulement.

Pour obtenir la plus haute qualité d'eau ionisée, il est impératif de commencer avec l'eau la plus pure possible. Même si les ioniseurs restructurent les molécules d'eau et font un grand travail en créant une eau super hydratante, ils sont incapables d'extraire tous les polluants de l'eau fournie. Voilà d'importantes raisons de considérer comme une priorité le pré-filtrage de votre eau avant l'ionisation.

CE PROTOCOLE AMÉLIORE LA QUALITÉ DE L'EAU IONISÉE

Même si quelques polluants indésirables et dangereux trouvés dans l'eau du robinet sont effectivement ôtés par le petit filtre de votre ioniseur, la plupart ne le sont pas. Beaucoup de virus, bactéries et champignons sont effectivement détruits pendant le processus de l'électrolyse, mais pas tous.

Vous serez peut-être surpris de découvrir que de nombreux polluants trouvés dans l'eau du robinet aujourd'hui ralentiront en fait la circulation de l'électricité à travers l'eau, empêchant de nombreuses molécules d'eau d'être correctement ionisées.

La liste de ces polluants inclut les sous-produits chimiques des déchets plastiques, pétrochimiques et de nombreux médicaments pharmaceutiques ainsi que l'excès de calcium de l'eau dure. Toutes ces substances sont connues comme étant des isolants et, par nature, les isolants diminuent ou empêchent complètement la circulation du courant, même dans l'eau !

Une conduction incorrecte de l'électricité à travers l'eau diminue le nombre de molécules d'eau qui sont fractionnées en OH⁻ (molécules hydroxyles responsables de l'alcalinité de l'eau) et H (hydrogène responsable des propriétés antioxydantes de l'eau).

IL AUGMENTE LA TENEUR ANTIOXYDANTE DE L'EAU

Basée sur mon considérable travail de recherche, la réelle « magie » de l'eau ionisée dépend de l'ionisation complète de l'eau du robinet. Lorsque l'eau traverse un champ électrique, celui-ci sépare un grand nombre de molécules d'eau et crée ce que je crois être l'antioxydant idéal !

Plus grande est la quantité d'antioxydants contenus dans l'eau, meilleurs sont les résultats pour la santé.

IL PROLONGE LA DURÉE DE VIE DE VOS FILTRES ET DE VOTRE IONISEUR

L'une des raisons de pré-filtrer votre eau est que c'est plus économique. Pré-filtrer l'eau de votre robinet peut doubler la durée de vie du système de filtration de votre ioniseur. Mais ce n'est que le début des raisons pratiques.

Pré-filtrer l'eau de votre robinet (autant l'eau de la municipalité que l'eau d'un puits) permet de diminuer la quantité de minéraux qui s'y trouvent naturellement et qui sont en fait nuisibles pour les plaques ionisantes de votre unité. Cela protège votre unité des minéraux qui couvrent les plaques et les rendent peu performantes et également des substances qui attaquent le platine, causant des irrégularités qui diminuent de façon spectaculaire la durée de vie de vos plaques.

Peu importe comment vous voyez cela, le pré-filtrage de l'eau de votre robinet est le choix logique pour améliorer les performances de votre unité et rendre plus saines votre eau ionisée.

PROTOCOLE DE L'EAU ALCALINE DU DR PARKER

Je commencerai par fournir le contexte du développement de ce protocole. En 1999, j'ai ouvert une station thermale médicale pour malades hospitalisés dans le nord de l'Idaho. Un fil commun que j'ai trouvé chez tous mes patients était leur digestion médiocre et leur incapacité à absorber correctement les nutriments qui résultaient de cet état de fait.

En attendant de m'occuper de ce problème, j'ai développé un protocole détaillé, coûteux et d'un goût affreux, qui marchait réellement très bien. Aussi, quand j'ai acheté un ioniseur d'eau qui pouvait produire des eaux fortement acides et alcalines, j'ai commencé à me demander si je ne pourrais pas les utiliser pour obtenir des résultats similaires.

Après quelques ajustements mineurs, ce protocole pour boire de l'eau alcaline était né. Il a plusieurs avantages par rapport à l'ancien protocole : il ne coûte pratiquement rien, il a moins d'étapes, son goût est bien meilleur et, plus important, il marche mieux que l'original !

LA DIGESTION : VUE D'ENSEMBLE

La digestion est un processus plutôt compliqué, commençant dans la bouche, continuant dans l'estomac puis progressant dans l'intestin grêle - le foie, la vésicule biliaire et le pancréas sont impliqués – et se terminant finalement dans le gros intestin.

Veillez à garder en mémoire que chacun de ces éléments de digestion requiert un pH spécifique pour fonctionner correctement.

Le pH idéal de l'estomac est très acide : 1.8. Ces acides commencent à broyer les protéines de notre nourriture pour que la digestion soit correcte. Donc lorsque les acides stomacaux sont inadéquats, nous devons trouver un moyen de les intensifier.

La nourriture passe directement de l'estomac dans l'intestin grêle. Toutefois, l'intestin grêle a un pH très différent pour continuer le processus digestif – un pH alcalin de 8.5 ! Ce changement de pH est nécessaire pour broyer les graisses de notre nourriture qui peuvent ainsi être utilisées pour construire des cellules saines. Pour créer ce changement de pH, votre vésicule biliaire est conçue pour déposer la quantité adéquate de bile dans l'intestin grêle, pour broyer les graisses de la nourriture qui sort de l'estomac. La bile est aussi destinée à créer un environnement alcalin dans l'intestin grêle.

Cependant, actuellement, la plupart des gens ne produisent pas assez de bile, aussi les graisses sont-elles souvent mal digérées et le pH de l'intestin grêle reste trop acide.

Cela crée un sérieux problème dans le système digestif : le pancréas ne va libérer les enzymes nécessaires pour compléter la digestion que si le pH de l'intestin grêle est adéquatement alcalin. Aussi, quand des quantités inadéquates de bile sont secrétées, la digestion est sévèrement compromise.

Pour soutenir la vésicule biliaire et le pancréas, nous avons besoin de créer un environnement alcalin dans l'intestin grêle sans compromettre l'environnement acide de

l'estomac. C'est une tâche assez difficile et peu de personnes ont trouvé un moyen de l'accomplir avec une chance de succès.

Jusqu'à présent...

Ce protocole de l'eau, quand il est suivi pendant un minimum de 120 jours, peut réellement changer la manière dont notre corps fonctionne. En fait, il aide notre corps à produire davantage d'acide stomacal et davantage de bile, d'où résultera une meilleure digestion, et en conséquence des cellules plus saines.

Pour des résultats optimaux, suivez ce protocole d'aussi près que possible pendant 500 jours. Puisque vos cellules du foie ont une durée de vie de 500 jours, cela peut prendre le même temps pour constater une amélioration significative, avec des défis de santé tels que des problèmes de poids opiniâtres, une instabilité hormonale et autres maladies liées au foie.

COMMENT ET POURQUOI CELA FONCTIONNE

La médecine biologique se concentre sur l'amélioration et la réplication des fonctions normales du corps. Quand nous aidons et encourageons les cycles naturels d'un corps sain, nous commençons par recycler les systèmes du corps pour qu'il fonctionne à nouveau correctement. Mon but était donc de trouver un moyen pour améliorer naturellement le système digestif du corps entier, de l'estomac au gros intestin.

J'ai donc poursuivi mon ancien protocole mais j'y ai substitué différents niveaux de pH de l'eau ionisée, et les résultats ont été remarquables.

J'ai utilisé une approche en 2 étapes pour augmenter la production normale d'acide chlorhydrique dans l'estomac.

- ***D'abord***, l'éliminer ou la neutraliser pour que le système soit forcé de démarrer la production d'acide juste au moment où la nourriture arrive. J'utilise un peu d'eau ionisée de pH 11.5 pour accomplir cette tâche.
- ***Ensuite***, ajouter un peu plus d'acide dans l'estomac pour m'assurer que les premiers stades de la digestion sont complets. Pour obtenir cela, j'ai utilisé juste un peu d'eau de pH 2.5 puisqu'elle imite un acide chlorhydrique légèrement plus faible.

La plupart des gens ne savent pas que les problèmes tels que les reflux acides (RGO, reflux gastro-œsophagien) et les brûlures d'estomac surviennent quand il n'y a pas assez d'acide dans l'estomac. Vous savez qu'il y a un sphincter entre l'estomac et l'œsophage qui est chargé de se fermer quand la quantité d'acide stomacal est suffisante. Aussi est-il essentiel d'être certain que votre estomac a tout l'acide nécessaire pour broyer la nourriture que vous ingérez et signaler au sphincter de se fermer.

J'utilise aussi un procédé d'ajustement du pH de l'intestin grêle en 2 étapes, pour encourager le déclenchement de la bile et la libération des enzymes pancréatiques pour achever le broyage des graisses, protéines et hydrates de carbone pendant les derniers stades de la digestion.

- **D'abord**, pour éliminer les acides de l'estomac, il est autorisé de boire de l'eau alcaline qui passera directement et sans interférence de l'estomac à l'intestin grêle. Puisque l'eau est la seule substance ingérée qui n'est pas digérée, elle passera virtuellement telle quelle à travers l'estomac puis dans l'intestin grêle où elle pourra créer un environnement alcalin.
- **Ensuite**, en consommant une grande quantité d'eau potable alcaline antioxydante en une seule fois, il y a une quantité adéquate à la fois d'eau et d'antioxydants, distribuée qui peut être absorbée immédiatement dans le courant sanguin et le système lymphatique. Cela encourage le corps à éliminer les toxines qui sont responsables d'un épaissement dommageable de la bile l'empêchant de circuler librement dans l'intestin grêle.

Utiliser constamment ce protocole de l'eau crée un pH idéal pour achever la digestion, encourage la production normale et la libération au bon moment des acides gastriques, la bile autant que les enzymes pancréatiques, tandis que le système recyclé travaille correctement de son côté. La digestion complète est essentielle pour la santé globale et l'auto-guérison naturelle.

PROTOCOLE DE L'EAU ALCALINE : MODE D'EMPLOI

45 minutes avant vos repas, faites ce qui suit :

- Buvez ¼ de verre d'eau forte alcaline pH 11.5.
- Immédiatement après, buvez de l'eau pH 9.5 (voir formule ci-dessous).
- Si vous prenez en plus des enzymes digestifs, avalez-les avec cette eau (pH 9.5).

Ensuite vous DEVEZ ATTENDRE 45 MINUTES avant de manger ou boire quoi que ce soit d'autre.

- Avec les premières bouchées de votre repas, avalez 2 ou 3 cuillérées à d'eau forte acide pH 2.5.
- Si vous prenez des compléments vitaminés, avalez-les avec cette eau au début du repas.
- ***Ne buvez rien pendant votre repas.*** Tout ce que vous boiriez serait plus alcalin que vos acides stomacaux et les diluerait. Diluer vos acides stomacaux diminuerait de façon spectaculaire votre capacité à broyer votre nourriture, spécialement les protéines. Rappelez-vous que si vous mâchez correctement votre nourriture vous n'aurez besoin d'aucun liquide pour l'avaler facilement. Au bout de quelques semaines, vous serez libéré de cette habitude de boire pendant vos repas et vous ne désirerez plus jamais le faire.

FORMULE D'EAU BASÉE SUR LE POIDS DU CORPS

- Utilisez une calculatrice, multipliez votre poids corporel par 0,0325 et par 0,0488.
- Le 1^{er} nombre représente le nombre minimum de litres dont votre corps a besoin juste pour atteindre un stade d'hydratation.
Le 2^{ème} nombre représente le nombre maximum de litres idéal pour votre corps.
- Maintenant divisez ce nombre par 5. Ce nombre représente la quantité idéale d'eau ionisée pH 9.5 que vous devriez consommer en une fois, en 10 minutes

Poids du corps 63,50 kilos

$$63,50 \times 0,0325 = 2,07 \text{ litres}$$

$$2,07 / 5 = 0,41 \text{ litre}$$

$$63,50 \times 0,0488 = 3,10 \text{ litres}$$

$$3,10 / 5 = 0,62 \text{ litre}$$

Dans cet exemple, en utilisant la quantité maximale d'eau comme dans la formule, vous boirez 0,41 litre au minimum et 0,62 litre au maximum d'eau pH 9,5 trois fois par jour, ceci étant une partie du Protocole de l'eau alcaline. Ensuite buvez le reste – 0,83 à 1,24 litres – dans la journée.

Consommer de grandes quantités d'eau en une fois a plusieurs avantages.

- D'abord, cela aide le corps à évacuer les toxines indésirables.
- Cela réinitialise l'index de soif de votre corps de sorte qu'il vous incitera à boire davantage d'eau.
- Cela régule les cycles d'élimination.
- Plus important, cela ajuste le pH de l'estomac pour permettre à davantage d'antioxydants de passer à travers l'estomac jusque dans l'intestin grêle où ils sont répartis dans chaque cellule.

PROTOCOLES POUR L'ÉTAT DE LA PEAU

Il est important de garder en mémoire que votre peau est en fait l'organe le plus grand de votre corps et qu'elle a plusieurs fonctions vitales.

L'une des fonctions est d'assurer, entre vos cellules internes et votre environnement, une barrière qui empêche l'exposition à des envahisseurs potentiellement mortels.

Votre peau fonctionne aussi en tant qu'organe excréteur. Si les canaux d'excrétion normaux sont OU bien bloqués OU bien surchargés, le corps évacuera par la peau les substances toxiques en excès. Les membranes des cellules de la peau deviennent extrêmement oxydées et les fonctions normales en sont compromises ; il en résulte une poussée d'acné, des éruptions, de l'eczéma ou même une infection.

Cependant une autre fonction de votre peau est d'agir comme une éponge. En d'autres termes, vos pores ont une double fonction : ils excrètent les toxines ET ils absorbent l'eau et l'oxygène de l'air pour aider l'hydratation. Cette fonction a un inconvénient parce que quoi que vous mettiez sur votre peau, ce sera absorbé par la peau et entraîné dans le courant sanguin.

L'agression de la peau la plus courante vient de la composition du savon. De la même manière que le savon crée un film dans votre baignoire ou dans votre douche, il crée un film sur votre peau. Ce film augmente le taux d'oxydation des cellules de votre peau de 2 façons distinctes :

- **D'abord**, il crée un déséquilibre spectaculaire au niveau du pH de la peau. La peau, parce qu'elle fonctionne comme une barrière, a besoin d'être légèrement acide, entre pH 4 et pH 6. Le savon est très alcalin. Aussi, la laver avec du savon commence à créer un déséquilibre de son pH ;
- **Ensuite**, les savonnettes contiennent toujours un agent chimique pour saponifier les graisses, ce qui a pour résultat de les rendre à la fois émulsifiées et dures. La lessive est typiquement l'agent chimique de choix. Elle augmente l'oxydation de la peau en même temps qu'elle en modifie le pH normal.

Le meilleur choix pour nettoyer la peau est un nettoyant liquide pour le corps sans sodium, sans lauryl sulfate ni sodium laureth sulfate, sans parabène, ni parfum synthétique, ni aucun produit issu de la pétrochimie.

NOTE – Cherchez toujours des savons, lotions et crèmes qui ne contiennent pas de parabène ou de produits issus de la pétrochimie. Ceux-ci sont connus comme perturbateurs hormonaux et créent de nombreux problèmes de santé incluant la stérilité, les déséquilibres hormonaux, les anomalies congénitales et ils ont été reliés à différents types de cancer.

COMMENT ET POURQUOI CES TRAITEMENTS MARCHENT

Votre corps a d'étonnants pouvoirs de guérison. Quand il s'agit de la peau, le corps utilise un système puissant pour détruire les envahisseurs tels que les bactéries, les virus et les champignons, tout à fait comme les forces terrestres d'une armée. Puis il envoie une équipe également puissante pour nettoyer le gâchis avant d'introduire l'équilibre et l'ordre.

C'est comme ça qu'il travaille ...

Au premier signe d'une coupure, d'une égratignure, d'une brûlure ou d'une blessure – quelque chose qui pourrait pénétrer la peau, la laissant exposée à l'environnement extérieur – votre système immunitaire envoie de puissants agents oxydants qui encerclent les microbes et les détruisent.

Une fois que les agents oxydants ont fait leur travail, votre corps envoie aussitôt de puissants antioxydants pour annuler les dommages collatéraux causés aux tissus environnants. Bien que ces dommages soient inévitables, ils doivent être inversés pour que le tissu cutané commence son processus de guérison. Pour apporter l'équilibre et l'ordre aux surfaces lésées, votre corps introduit des liquides interstitiels avec un pH légèrement acide pour éviter que davantage de bactéries ne se développent.

Les protocoles de traitement suivants miment cette séquence ... La séquence commence avec une eau forte acide pH 2.5 qui contient de grandes quantités d'agents oxydants nécessaires pour détruire les microbes envahisseurs. Cette eau fortement acide a fait ses preuves pour tuer tous les microbes connus dans les quelques secondes suivant l'application.

Séquence suivante : application d'eau forte alcaline pH 11.5 qui contient un grand nombre d'électrons libres antioxydants pour annuler les dommages oxydatifs des tissus sains autour de la peau atteinte.

Séquence finale : introduction d'eau pH 5.5 pour restaurer l'équilibre des tissus et augmenter l'hydratation nécessaire pour accélérer le processus de guérison du corps.

Bien que chaque problème de peau ait des propriétés un peu uniques, la séquence reste assez logique comme vous pouvez le voir dans les protocoles suivants pour les soins de la peau.

SOINS DE BASE DE LA PEAU

- 1°) Vaporisez généreusement la peau avec de l'eau très alcaline pH 11.5 pour ôter l'excès d'huile et de maquillage.
- 2°) Nettoyez avec un démaquillant non savonneux et rincez consciencieusement avec l'eau légèrement acide pH 4–6, puis séchez en tapotant.
- 3°) Pour tonifier légèrement, vaporisez de l'eau un peu acide pH 4–6 conservée dans une bouteille en verre équipée d'un fin spray et laissez sécher à l'air.
- 4°) Appliquez une crème hydratante.
- 5°) Renouvelez le matin et le soir avant de se coucher.

ACNÉ

- 1°) Rincez avec de l'eau très alcaline pH 11.5 pour ôter l'excès d'huile.
- 2°) Nettoyez avec un démaquillant non savonneux et rincez avec l'eau légèrement acide pH 4–6, puis séchez en tapotant.
- 3°) Avec un tampon de coton, appliquez à petits coups de l'eau forte acide pH 2.5 sur la tâche ou la peau abîmée, laissez en place de 30 secondes à 1 minute, séchez en tapotant doucement.
- 4°) Vaporisez beaucoup d'eau pH 11.5, attendez 1 minute puis séchez en tapotant.
- 5°) Tonifiez avec de l'eau légèrement acide pH 4–6 conservée dans une bouteille en verre équipée d'un fin spray.
- 6°) Renouvelez le matin et le soir avant de se coucher.
- 7°) Si vous vivez dans une région sèche, tonifiez souvent dans la journée pour garder une peau hydratée.

AMPOULES ET BRÛLURES

- 1°) Parce qu'une peau pleine d'ampoules est fort susceptible d'infections secondaires à staphylocoques, il est important d'éviter les contacts peau à peau. Porter des gants est une bonne précaution, comme de stériliser avec de l'eau forte acide pH 2.5 tout ce qui peut entrer en contact avec la peau.
 - 2°) Si nécessaire, trempez les surfaces infectées avec un tampon de coton stérile saturé d'eau forte alcaline pH 11.5, pour enlever l'excès d'huile ou sécher les fluides de la peau.
 - 3°) Nettoyez en vaporisant dessus un mélange très doux de nettoyant non savonneux dilué à 1 pour 10 avec de l'eau légèrement acide pH 4–6.
 - 4°) Rincez soigneusement avec de l'eau légèrement acide pH 4–6.
 - 5°) Vaporisez généreusement les surfaces avec assez d'eau forte acide pH 2.5 en couvrant complètement les ampoules et la peau abîmée. Attendez 1 minute puis tapotez doucement avec un tampon de coton stérile.
 - 6°) Vaporisez généreusement l'endroit avec de l'eau forte alcaline/antioxydante pH 11.5. Laissez sécher à l'air ou tapoter doucement avec des tampons de coton stérile.
 - 7°) Vaporisez minutieusement de l'eau légèrement acide pH 4–6 conservée dans une bouteille en verre équipée d'un fin spray.
 - 8°) Répétez matin et soir avant le coucher. Une fois que la peau est exposée, il peut être nécessaire de répéter les étapes 2, 4 et 5 jusqu'à 6 fois par jour.
 - 9°) Vaporisez légèrement avec l'eau légèrement acide pH 4–6, 2 à 4 fois par jour pour garder les surfaces hydratées mais non humides.
- **NOTE :** Si un débridement devenait nécessaire sur un tissu sévèrement brûlé ou écorché, utiliser l'eau forte alcaline pH 11.5 pour assouplir la couche supérieure du tissu ; une fois enlevée, inonder d'eau forte acide pH 2.5 pour nettoyer et désinfecter, continuer avec un autre rinçage d'eau pH 11.5 pour inonder d'antioxydants les zones affectées. Terminer par un rinçage final avec de l'eau légèrement acide pH 4–6 pour équilibrer le pH du tissu. Poursuivre par un soin régulier comme indiqué ci-dessus.

SOIN DES COUPURES, ÉRAFLURES ET BLESSURES

Une fois que la peau est ouverte, cela permet aux microbes de pénétrer dessous. Puisque la peau est normalement couverte de staphylocoques, une variété de bactéries et de champignons, aucune piqûre ou égratignure ne force en fait ces microbes dans le tissu en dessous. Cela crée la scène pour l'infection. Heureusement il est prouvé que l'eau forte acide pH 2.5 tue tous les microbes connus en quelques secondes après l'application.

Pour arrêter le saignement excessif d'une coupure à la main, au pied, au doigt ou à l'orteil, l'immerger dans de l'eau forte alcaline pH 11.5. Le traitement médical traditionnel utilise une solution isotonique (eau salée) pour arrêter le saignement. L'eau forte alcaline a une forte teneur en sel et une forte teneur antioxydante, qui travaillent ensemble pour arrêter le saignement. Ne comptez pas uniquement sur cela si la coupure ou blessure est trop profonde ou trop grave. Dans ce cas, appelez immédiatement un médecin. Puis continuez en suivant les étapes ci-dessous.

- **1°)** Parce qu'une peau ouverte est très susceptible d'infections secondaires, il est important d'éviter le contact avec les mains nues. Porter des gants sans latex est une bonne précaution. Stérilisez avec l'eau forte acide pH 2.5 tout ce qui peut entrer en contact avec la peau.
- **2°)** Si nécessaire trempez les zones atteintes avec un tampon de coton stérile saturé d'eau forte alcaline pH 11.5 pour enlever l'excès de gras ou sécher les fluides de la peau. Cela ôte également les résidus de colle ou de pansements adhésifs.
- **3°)** Nettoyez en trempant ou en inondant la zone avec un mélange d'une part de nettoyeur non savonneux et 10 parts d'eau légèrement acide pH 4–6.
- **4°)** Rincez soigneusement avec de l'eau légèrement acide pH 4–6.
- **5°)** Vaporisez généreusement ou inondez la blessure, coupure ou égratignure et entourez la zone avec suffisamment d'eau forte acide pH 2.5. Attendez 1 minute puis tapotez doucement avec 1 tampon de coton.
- **6°)** Vaporisez généreusement ou inondez la zone avec de l'eau forte alcaline/antioxydante pH 11.5. Séchez à l'air ou tapotez doucement avec des tampons de coton stérile.
- **7°)** Vaporisez soigneusement avec de l'eau légèrement acide pH 4–6 conservée dans une bouteille en verre équipée d'un fin spray.
- **8°)** Recouvrez d'un tampon de gaze ou d'un bandage.
- **9°)** Renouvelez le matin et le soir avant le coucher pour les égratignures et les petites coupures. Si c'est plus important ou en cas d'infection, il peut être nécessaire de refaire les étapes 2, 4 et 5 jusqu'à 6 fois par jour.
- **10°)** Vaporisez légèrement avec de l'eau légèrement acide pH 4–6, 2 à 4 fois par jour pour maintenir les zones hydratées mais non humides.

ERYTHÈME FESSIER

Pour éviter l'érythème fessier, commencez par vous assurer que votre bébé est suffisamment hydraté avec de l'eau alcaline pH 8.5–9.5. Ensuite, remplacez les lingettes pour bébé par un récipient rempli de linges doux ou de serviettes en papier non blanchies trempées dans l'eau légèrement acide pH 4–6. Pour faire des lingettes antimicrobiennes, mélangez 15 gouttes d'huiles essentielles de lavande à ½ tasse d'eau

légèrement acide pH 4–6 pour humecter les lingettes. Utilisez ce mélange pour nettoyer l'endroit de la couche chaque fois que vous changez votre bébé, séchez en tapotant puis appliquez un léger brouillard sur la peau. Cela aide à garder le pH de la peau équilibré. Pour soigner l'érythème fessier, suivez les étapes décrites ci-dessous.

- 1°) Nettoyez avec un démaquillant non-savonneux, de l'eau légèrement acide pH 4-6 puis séchez en tapotant.
- 2°) Saturez un tampon de coton d'eau forte acide pH 2.5 et appliquez-le sur l'érythème en faisant très attention aux zones de peau ouverte. Laissez en place au moins 1 minute ou jusqu'à ce que ce soit sec.
- 3°) Saturez un tampon de coton d'eau forte alcaline pH 11.5 et appliquez-le généreusement sur l'érythème et les autres zones de peau ouverte.
- 4°) Hydratez la peau avec de l'eau légèrement acide pH 4–6 conservée dans une bouteille de verre équipée d'un fin spray.
- 5°) Recommencez après chaque change. L'érythème fessier commence avec l'urine et les excréments qui sont trop acides.

ECZÉMA ET PSORIASIS

- 1°) Rincez avec de l'eau forte alcaline pH 11.5 pour ôter l'excédent huileux de la peau. Prenez le temps de tremper les zones qui ont formé une croûte claire, résultat du suintement. Tamponnez sans frotter jusqu'à ce que ces zones soient complètement propres.
- 2°) Nettoyez avec un nettoyant très doux non savonneux et de l'eau légèrement acide pH 4–6.
- 3°) Rincez à fond avec de l'eau légèrement acide pH 4–6 et tamponnez doucement avec une serviette non pelucheuse.
- 4°) Saturez une boule de coton d'eau forte acide pH 2.5 et appliquez-la généreusement sur les zones de peau ouverte. Cette étape est essentielle pour réduire les risques de contracter une infection à staphylocoque secondaire. Au bout d'une minute, tamponnez doucement avec une serviette non pelucheuse.
- 5°) Vaporisez largement ou rincez les zones atteintes avec de l'eau forte alcaline/antioxydante pH 11.5 et laissez sécher à l'air ou en tapotant avec une serviette propre non pelucheuse.
- 6°) Tonifiez avec de l'eau légèrement acide pH 4–6 conservée dans une bouteille en verre équipée d'un fin spray.
- 7°) Dans les cas bénins, recommencez matin et soir avant le coucher. Dans les cas plus sévères, ou si la peau est ouverte, recommencez 3 ou 4 fois par jour. hydratez bien toutes les 1 ou 2 heures si nécessaire pour enrayer un inconfort. Séchez complètement à l'air entre les traitements hydratants.
- 8°) Vaporisez de l'eau légèrement acide pH 4-6 pour garder la peau bien hydratée toutes les heures ou toutes les 2 heures ou si besoin pour soulager un inconfort. Laissez complètement sécher à l'air entre 2 traitements hydratants.

HERPÈS DE TYPE 1 & 2

Le meilleur traitement pour l'herpès oral ou génital est le traitement immédiat dès le tout premier signe d'une éruption. Un traitement rapide peut arrêter une éruption avant qu'elle ne commence. Prévenir une éruption en suivant le Protocole de l'Eau Basique est votre meilleure assurance.

- **1°)** Le traitement précoce commence avec l'eau forte acide pH 2.5. Trempez-y un tampon de coton, appliquez-le sur la peau partout où vous avez une sensation de picotement. Laissez sur la peau au moins 1 minute.
- **2°)** Continuez avec de l'eau forte alcaline pH 11.5 pour enlever le dommage oxydatif sur les zones affectées. Laissez sur la peau au moins 1 minute ou jusqu'à ce que ce soit sec.
- **3°)** Terminez en vaporisant les zones avec de l'eau légèrement acide pH 5.5 et laissez sécher à l'air.
- **4°)** Répétez toutes les heures le 1^{er} jour des symptômes.
- **5°)** Si les symptômes persistent ou l'éruption se déclare, répétez 6 à 8 fois par jour.

ÉRUPTIONS ET DERMATITES DE CONTACT

Les éruptions et les dermatites de contact sont toutes deux inconfortables et souvent le grattage involontaire peut ouvrir la porte à des infections indésirables. Les éruptions peuvent apparaître rapidement. Alors traiter les éruptions au tout début est un excellent moyen de les bloquer en les empêchant de s'étendre et de prévenir l'infection.

Dans ce cas, le traitement réduisant la rougeur et la démangeaison sera votre seule solution.

- **1°)** La 1^{ère} étape consiste généralement à enlever tout allergène potentiel qui pourrait causer l'éruption ou la dermatite de contact ; changer le pH et la température de la peau en cas d'éruption chaude. Nettoyez entièrement la zone avec une solution d'une part de nettoyant non savonneux pour 10 parts d'eau forte alcaline pH 11.5.
- **2°)** Rincer entièrement avec l'eau légèrement acide pH 4–6.
- **3°)** Si une lésion apparaît ou si la peau est ouverte, continuez avec de l'eau forte acide pH 2.5 appliquée avec un spray ou un tampon de coton saturé.
- **4°)** Continuez en inondant la zone avec de l'eau forte alcaline pH 11.5 puis séchez en tapotant.
- **5°)** Terminez en vaporisant les zones affectées avec de l'eau légèrement acide pH 5.5.
- **6°)** Répétez 2 à 6 fois par jour et vaporisez avec de l'eau légèrement acide pH 5.5 aussi souvent que nécessaire pour soulager l'inconfort.

ROSACÉE

La rosacée se caractérise par une rougeur excessive de la peau spécialement sur les joues, le menton et le nez.

Bien qu'elle ne soit généralement pas diagnostiquée comme telle, la rosacée est une inflammation des capillaires et du tissu de la peau lui-même. Ce qui fait qu'elle est un excellent candidat pour le traitement richement antioxydant, l'eau ionisée !

Les capillaires sont souvent les premiers à souffrir de cet état de la peau. Comme je l'ai mentionné plutôt, la peau se comporte un peu comme une éponge, transportant ce qui est sur la peau vers les couches les plus profondes de la peau.

Aussi la meilleure façon de commencer la guérison est une grosse dose d'antioxydants et l'hydratation. Pour accomplir cette tâche, nous devons commencer avec le protocole de l'eau basique, pour commencer le renversement de l'oxydation et de l'hydratation. Mais traiter à l'extérieur est aussi une étape importante.

- 1°) Appliquez de l'eau forte alcaline pH 11.5 avec un tampon de coton pour enlever l'excès d'huile.
- 2°) Nettoyez avec une solution non savonneuse et rincez avec de l'eau légèrement acide pH 4–6, puis séchez en tapotant.
- 3°) Vaporisez légèrement avec de l'eau forte acide pH 2.5, séchez à l'air ou en tapotant doucement. Cette étape détruit les bactéries qui accompagnent l'inflammation.
- 4°) Vaporisez généreusement avec de l'eau forte alcaline pH 11.5, attendez 1 minute puis séchez en tapotant. L'eau fraîche pH 11.5 contient beaucoup d'antioxydants qui travaillent à réduire l'inflammation et ses conséquences dévastatrices. En quelques jours seulement, une partie du gonflement ou de l'enflure disparaîtra.
- 5°) Tonifiez avec de l'eau légèrement acide pH 4–6 conservée dans une bouteille en verre munie d'un fin spray.
- 6°) Renouvelez le matin et le soir avant le coucher.
- 7°) Hydratez comme d'habitude, en vous assurant que votre crème de visage ne contient pas de parabène, propylène glycol, alcool, parfums de synthèse ou produits issus de la pétrochimie (paraffinum liquidum ou petrolatum).
- 8°) Vaporisez légèrement avec un fin spray d'eau légèrement acide pH 4–6, de nombreuses fois dans la journée pour garder la peau hydratée.

ZONA

C'est une forme d'herpès – herpès zoster – et c'est l'expression des restes viraux de la varicelle. En d'autres termes, le système immunitaire n'a pas pu débarrasser complètement le virus de la varicelle, aussi quelques restes demeurent endormis dans le système nerveux pendant des années, gagnant lentement de la force.

Un jour, un évènement survient – particulièrement un traumatisme qui affecte le système nerveux – et c'est la goutte qui fait déborder le vase. Quand cela arrive, c'est comme si l'enfer ardent se déchaînait ! Une douleur brûlante, inimaginable et épuisante suivie de plaques rouges qui démangent et éventuellement de l'apparition de petites pustules.

Parce que le zona est un type d'herpès, l'avis que j'ai donné pour combattre l'Herpès de Type 1 et Type 2 est applicable également pour le Zona. En d'autres termes, la meilleure police d'assurance contre une éruption de Zona est un système immunitaire sain. Cela commence par le Protocole de l'Eau Basique.

De plus, un traitement précoce peut aussi stopper ou raccourcir une éruption d'Herpès Zoster si on le commence dès son apparition.

- 1°) Aux premiers signes de picotement ou de douleur vaporisez avec de l'eau forte acide pH 2.5 et laissez sécher à l'air. Comme la peau est poreuse, elle absorbera une partie des agents antioxydants qui peuvent aider à détruire le virus.
- 2°) Continuez avec de l'eau forte alcaline pH 11.5. Vaporisez largement la zone affectée et laissez sécher à l'air.
- 3°) Terminez le traitement par une large vaporisation d'eau légèrement acide pH 4–6.
- 4°) Vaporisez la zone affectée avec de l'eau légèrement acide pH 4–6, selon les besoins, pour diminuer la douleur.

Une fois que l'éruption ou des lésions seront apparues, le traitement sera un peu différent :

- 1°) Vaporisez généreusement la zone atteinte avec de l'eau forte alcaline pH 11.5 pour ôter les fluides séchés ou les huiles.
- 2°) Nettoyez la zone avec une solution faite d'une toute petite part de nettoyant non savonneux pour 20 parts d'eau forte alcaline pH 11.5. Un nettoyant très efficace est un mélange de 20 gouttes d'huile essentielle de lavande et d'une ½ tasse d'eau forte alcaline pH 11.5. La lavande est aussi calmante qu'un antimicrobien, tandis que l'eau alcaline agit en tant qu'agent de surface pour ôter la saleté et les huiles de la peau.
- 3°) Rincez soigneusement avec de l'eau légèrement acide pH 4–6 et séchez en tapotant ou à l'air.
- 4°) Vaporisez soigneusement avec de l'eau forte acide pH 2.5 et laissez sécher à l'air.
- 5°) Vaporisez généreusement la zone atteinte avec de l'eau forte alcaline pH 11.5 et séchez à l'air.
- 6°) Ensuite vaporisez généreusement la zone atteinte avec de l'eau légèrement acide pH 4–6 et séchez à l'air ou en tapotant doucement avec un tissu non pelucheux.
- 7°) Vaporisez la zone avec de l'eau légèrement acide pH 4–6 pour réduire la douleur autant que possible.

AVERTISSEMENT – Fuyez les antiperspirants !

La transpiration est l'un des moyens naturels de notre corps pour se débarrasser des toxines. Quand vous empêchez cette fonction naturelle, cela a de sérieux effets sur votre système lymphatique. Les odeurs générées par la transpiration surviennent généralement quand les bactéries commencent à prospérer dans les endroits de notre corps qui sont obscurs, humides et manquent d'une circulation d'air suffisante. Pour empêcher l'odeur, vaporisez simplement ces endroits avec de l'eau forte acide pH 2.5. Cela détruit les bactéries responsables de l'odeur. Si vous avez tendance à transpirer plus que la moyenne, gardez un petit vaporisateur dans votre sac à main ou dans le tiroir de votre bureau pour une retouche de temps en temps dans la journée.

PROTOCOLE POUR LES CHEVEUX ET LE CUIR CHEVELU

Une belle chevelure commence avec un cuir chevelu sain et hydraté correctement. Cependant, il est important également de choisir un shampoing sans lauryl sulfates d'ammonium ni sulfates de sodium, sans parabène, ni parfum de synthèse, ni produits issus de la pétrochimie. Ces ingrédients toxiques sont connus comme étant des perturbateurs hormonaux et peuvent conduire en plus à la perte rapide des cheveux. Ils contribuent aussi à rendre le cuir chevelu sec, pelliculeux et qui démange.

FOURNITURES

- Flacon vaporisateur en verre.
- Eau chaude légèrement acide pH 4–6.
- Shampoing doux bio.

MODE D'EMPLOI

- 1°) Le moyen le plus facile pour shampooiner efficacement vos cheveux est en fait de les laver dans le lavabo. Quand vous lavez vos cheveux dans la douche, presque tout le shampoing est appliqué sur le sommet de votre tête, asséchant le cuir chevelu dans une zone qui reçoit le maximum de traitement dur venant des produits asséchants pour cheveux et du soleil.
- 2°) Mélangez la quantité désirée de shampoing et délayez-le dans une tasse d'eau chaude.
- 3°) Ajustez la température de l'eau pour qu'elle soit tiède et mouillez entièrement vos cheveux. L'eau est à température parfaite quand elle est chaude, mais pas aussi chaude que lorsque votre ioniseur commence à sonner l'alerte (bip bip).
- 4°) Appliquez le mélange eau/shampoing de manière égale sur tout le cuir chevelu et saturez les cheveux. Massez le cuir chevelu et malaxez le mélange de shampoing sur toute la chevelure.
- 5°) Rincez les cheveux et le cuir chevelu entièrement avec de l'eau légèrement acide pH 4–6.
- 6°) Ne mettez pas d'après-shampoing sur vos cheveux, à moins qu'ils ne soient exceptionnellement secs, bien sûr. L'utilisation d'après-shampoing rendrait vos cheveux plutôt mous et difficiles à coiffer.
- 7°) Coiffez-vous comme d'habitude.

COIFFURE MODE

Pour une touche mode entre les shampooings, vaporisez légèrement les cheveux avec l'eau légèrement acide pH 4–6 avant d'utiliser un fer à défriser ou un séchoir à cheveux. Cela revitalisera et hydratera les cheveux frisés comme les cheveux raides.

DOMPTER LES CHEVEUX CRÉPUS

Si vos cheveux ont tendance à être crépus, ajoutez quelques gouttes d'après-shampooing naturel ou de gel mélangé à de l'eau. Cela permet de dompter en un instant les cheveux crépus !

COIFFURE À LA CHALEUR

Pour ceux qui utilisent fréquemment un fer à défriser, un fer à friser ou des rouleaux chauds, mélangez quelques gouttes d'après-shampooing ou de gel coiffant à de l'eau légèrement acide pH 4–6 et vaporisez légèrement avant d'utiliser les instruments de coiffure. Cela aide à protéger les cheveux des effets desséchants de la chaleur.

ALOPÉCIE ET CALVITIE

Ces états sont souvent le résultat d'un déséquilibre hormonal, d'une modification du pH du cuir chevelu et/ou d'infections fongiques. Aussi pour tous ceux qui font face à ce problème, laver et rincer le cuir chevelu avec de l'eau légèrement acide pH 4–6 est un plus, suivi par la vaporisation du cuir chevelu au moins deux fois par jour. Cela peut prendre quelques mois pour que le traitement donne des résultats mesurables.

PELLICULES ET DÉMANGEAISONS DU CUIR CHEVELU

Le cuir chevelu est particulièrement enclin à la sécheresse causée par les résidus savonneux, les produits de coiffure excessifs et les séchoirs à cheveux. Ils peuvent provoquer un changement de pH, des pores bouchés et secs, une peau pelliculeuse et qui démange. L'eau légèrement acide est la solution parfaite pour tous ces problèmes.

PROTOCOLE POUR LA SANTÉ DES YEUX

FOURNITURES

- Bain d'œil standard (disponible dans n'importe quelle pharmacie). La plupart sont en plastique et peuvent être un peu inconfortables. Cependant, vous pouvez en acheter un en verre sur le site www.healthaccessories.com.
- Eau forte alcaline pH 11.5.

MODE D'EMPLOI

- 1°) Après avoir enlevé le bain d'œil de son emballage, trempez-le dans l'eau forte acide pH 2.5 pendant 1 à 2 minutes pour le nettoyer et le désinfecter.
- 2°) Rincez le bain d'œil soigneusement avec de l'eau forte alcaline pH 11.5.
- 3°) Remplissez le bain d'œil, en suivant les instructions de l'emballage, avec de l'eau forte alcaline pH 11.5.
- 4°) Placez fermement le bain d'œil autour d'un œil, en gardant l'œil ouvert, penchez la tête en arrière et tournez doucement votre œil comme si vous tentiez de regarder en haut, en bas et de chaque côté. Continuez pendant environ une minute.
- 5°) Quand vous aurez fini avec un œil, jetez l'eau.
- 6°) Rincez le bain d'œil soigneusement avec de l'eau forte acide pH 2.5 (recommencez les étapes 2 à 6 pour l'autre œil).

FRÉQUENCE

- Pour maintenir vos yeux en bonne santé, suivez ce protocole 1 à 3 fois par semaine.
- Si vous n'obtenez aucune amélioration, continuez ce protocole au moins 2 fois par jour et jusqu'à 10 fois par jour
- En cas d'infection, trempez un tampon de coton stérile dans de l'eau forte acide pH 2.5 et posez-le sur votre œil – paupières fermées – pendant 1 minute. Puis poursuivez le protocole entier comme indiqué précédemment.

ATTENTION : N'utilisez jamais d'eau forte acide pH 2.5 dans vos yeux ! Le pH naturel de vos larmes est tout à fait alcalin, aussi donnez à votre corps un peu plus que ce qu'il est prévu d'utiliser.

PROTOCOLE POUR LES OREILLES

FOURNITURES

- Un petit flacon compte-goutte en verre
- Eau forte alcaline pH 11.5

MODE D'EMPLOI

- 1°) Stérilisez un flacon compte-goutte avec de l'eau forte acide pH 2.5.
- 2°) Rincez-le soigneusement avec de l'eau forte alcaline pH 11.5.
- 3°) Remplissez le flacon, vissez bien le bouchon et placez-le dans un bol rempli d'eau très chaude (pas bouillante) pendant 5 minutes.
- 4°) Testez la température de l'eau en mettant une goutte sur l'intérieur du poignet (comme pour vérifier la température du mélange lacté d'un bébé) – c'est très important parce que la température trop chaude ou trop froide de quelques degrés peut provoquer un vertige ou un étourdissement.
- 5°) Tournez la tête sur le côté le plus loin possible.
- 6°) Mettez seulement 1 ou 2 gouttes dans votre oreille.
- 7°) Placez un coton dans l'oreille et laissez-le 1 à 5 minutes.
- 8°) Refaites les étapes 5 à 7 dans l'autre oreille.

FRÉQUENCE

Pour conserver des oreilles en bonne santé, suivez ce protocole pas plus d'une fois par mois. Le cérumen assure à vos oreilles une barrière de protection naturelle. Un nettoyage excessif peut perturber l'équilibre normal de votre conduit auditif. Pour les nettoyer, utilisez une seringue irriguante seulement si vous avez un bouchon de cérumen déjà formé qui diminue votre audition.

INFORMATION GÉNÉRALE

Le cérumen est une substance grasse. La mastication est le mécanisme par lequel le cérumen se déplace naturellement le long du conduit auditif. Un stress important ou l'anxiété peuvent être la cause d'une production excessive de cérumen.

NOTE : N'utilisez pas d'eau forte acide pH 2.5 ou de petits objets pour nettoyer vos oreilles !

PROTOCOLE POUR LE LAVAGE NASAL

FOURNITURES

- Pot Neti.
- Eau forte alcaline pH 11.5 pour un usage quotidien.
- Eau forte acide pH 2.5 à utiliser lors d'une infection active (ou déclarée).

MODE D'EMPLOI POUR UN USAGE QUOTIDIEN

- 1°) Ajustez la température de votre eau pour qu'elle soit à peu près la même que celle de votre peau.
- 2°) Remplissez votre Pot Neti d'eau chaude forte alcaline pH 11.5. Il est inutile d'ajouter des herbes dans votre lavage nasal.
- 3°) Suivez les conseils d'utilisation de votre Pot Neti.
- 4°) Recommencez avec l'autre narine.

L'usage quotidien du Pot Neti avec de l'eau très alcaline améliore de façon spectaculaire les symptômes qui accompagnent l'allergie – autant saisonnière que chronique. Utiliser de l'eau forte alcaline pH 11.5 fournit à la fois des tonnes d'antioxydants pour réduire l'inflammation et l'irritation et une aide pour rééquilibrer la quantité de mucosités de vos passages de sinus. En cas d'allergies saisonnières occasionnelles et d'allergies chroniques, le fait de garder les passages de sinus suffisamment humides et sans débris permet un soulagement important. Cette technique est utilisée depuis des siècles en Médecine Ayurvédique traditionnelle.

INFORMATIOIN – La réduction de l'inflammation du passage nasal peut aussi diminuer le ronflement et améliorer l'apnée du sommeil.

Etant donné que le passage nasal est l'une des premières lignes de défense que votre corps utilise pour stopper les envahisseurs potentiels, garder la muqueuse en bon état de santé et de vitalité vous permettra de rester plus longtemps en bonne santé.

CONSEILS D'UTILISATION PENDANT UNE INFECTION

- 1°) Ajustez la température de l'eau pour qu'elle soit à peu près la même que celle de votre peau.
- 2°) Remplissez votre Pot Neti d'eau chaude forte acide pH 2.5. Il n'est pas nécessaire d'ajouter des herbes à votre lavage nasal, toutefois l'ajout d'une pincée de sel peut augmenter le niveau de confort pour les débutants.
- 3°) Suivez les indications d'utilisation qui accompagnent votre Pot Neti.
- 4°) Faites de même avec l'autre narine.

ATTENTION – Utilisez le Protocole Infection pendant seulement 2 jours. Bien qu’il soit très efficace pour tuer les microbes dans les passages du nez, il est très important de garder en tête que « le mieux est l’ennemi du bien ».

UTILISEZ-LE PENDANT 2 JOURS SEULEMENT !

Plus longue sera la sécheresse de vos passages de sinus, plus elle pourra causer des saignements de nez. Au bout de 2 jours, revenez à l’eau forte alcaline pH 11.5. Cependant si l’infection persiste, vous pouvez alterner l’eau pH 2.5 et l’eau pH 11.5 toutes les 2 ou 4 heures dans la journée. Si cela ne réduit pas les symptômes de façon spectaculaire, veuillez consulter votre médecin.

PROTOCOLE POUR LA SANTÉ DE LA BOUCHE

Appliquer ces protocoles chaque jour assure à vos dents et vos gencives une santé meilleure que ce que vous avez jamais connu. Les gencives enflammées et gonflées, ce sera résolu ; la maladie parodontale commencera à guérir et vous aurez des chances que vos caries soient réduites de façon spectaculaire. Vous saurez immédiatement que ça marche parce que vous aurez une sensation de propreté extrême toute la journée.

FOURNITURES

- Eau forte acide pH 2.5.
- Eau forte alcaline pH 11.5.
- Eau de boisson pH 9.5.
- Brosse à dents – de préférence une SONICARE, disponible dans la plupart des pharmacies ou sur le site internet [www.sonicare.com](http://www sonicare.com).
- Fil dentaire.
- Irrigateur dentaire Hydro Floss. J'ai fait un test en utilisant un Waterpik et un irrigateur dentaire Hydro Floss et j'ai trouvé la technologie de l'Hydro Floss bien supérieure. Vous pouvez acheter en ligne à www.hydrofloss.com. Si vous avez déjà un Waterpik vous obtiendrez de bons résultats aussi.
- Racloir à langue disponible dans la plupart des pharmacies ou en ligne. Il y en a de style Ayurvédique, plus traditionnels, ou de styles plus contemporains. Trouvez celui qui vous conviendra le mieux.

AVANT DE COMMENCER

Vous obtiendrez toujours des résultats optimaux en ayant les dents le plus propre possible. C'est le moment pour prendre rendez-vous avec votre dentiste ou votre hygiéniste dentaire pour un nettoyage complet. Votre équipe de santé buccale peut vous dire si vous avez des problèmes parodontaux. Simplement, déterminez le protocole adapté à votre santé buccale.

SOINS DENTAIRES DE ROUTINE ET ENTRETIEN

- 1°) Rincez avec de l'eau forte acide pH 2.5, raclez votre langue, rincez, râpez à nouveau.
- 2°) Brossez vos dents avec de l'eau forte acide pH 2.5, recommencez en plongeant votre brosse dans l'eau.
- 3°) Rincez à nouveau avec de l'eau forte acide pH 2.5.
- 4°) Passez le fil dentaire puis rincez une dernière fois avec de l'eau forte acide pH 2.5.
- 5°) Remplissez le réservoir de l'Hydro Floss avec de l'eau chaude forte alcaline pH 11.5. Utilisez comme indiqué dans la notice. Assurez-vous de bien baigner entièrement la gencive jusqu'à la base.

- 6°) Gardez la dernière gorgée d'eau de l'Hydro Floss et utilisez-la comme rinçage.
- 7°) Rincez avec de l'eau de boisson pH 9.5.

FRÉQUENCE

Il est idéal de poursuivre ce protocole 1 à 2 fois par jour, 1 fois le matin et à nouveau le soir au coucher et cela vous assurera un soin optimal pour des dents et des gencives saines ; mais c'est plus important le soir au coucher. Je recommande d'ajouter l'étape 5 du protocole parodontal 1 à 2 fois par semaine.

PROTOCOLE POUR LA MALADIE PARADONTALE

- 1°) Rincez la bouche avec de l'eau forte acide pH 2.5, raclez votre langue, rincez, râpez à nouveau.
- 2°) Brossez vos dents avec de l'eau forte acide pH 2.5, recommencez en plongeant votre brosse dans l'eau.
- 3°) Rincez à nouveau avec de l'eau forte acide pH 2.5.
- 4°) Passez le fil dentaire puis rincez une dernière fois avec de l'eau forte acide pH 2.5.
- 5°) Remplissez le réservoir de l'Hydro Floss avec de l'eau chaude forte acide pH 2.5. Utilisez-le comme indiqué sur le mode d'emploi en vous assurant de baigner entièrement la gencive jusqu'à la base.
- 6°) Gardez la dernière gorgée d'eau de l'Hydro Floss et utilisez-la comme rinçage.
- 7°) Remplissez le réservoir de l'Hydro Floss avec de l'eau chaude forte alcaline pH 11.5. Utilisez comme indiqué sur le mode d'emploi en vous assurant à nouveau de baigner entièrement la gencive jusqu'à la base. Gardez la dernière gorgée d'eau de l'Hydro Floss et utilisez-la comme rinçage.
- 8°) Assurez-vous de terminer par un rinçage final avec de l'eau de boisson pH 9.5.

FRÉQUENCE

Il est idéal de poursuivre ce protocole 2 fois par jour, 1 fois le matin et à nouveau le soir au coucher et cela vous assurera un soin optimal pour la maladie parodontale.

NOTE : Si vous avez des placages, faites attention à l'étape 5 parce que cela peut causer des dommages si la pression est réglée trop fort.

PROTOCOLES POUR TROUBLES DIGESTIFS

REFLUX ACIDES

Prendre des médicaments qui bloquent l'acidité crée en fait un cercle vicieux qui empêche une bonne digestion. Cependant, ce problème est l'un de ceux qui répond le plus vite quand on boit de l'eau ionisée de haute qualité. En médecine naturelle, nous savons que le reflux acide est causé par la production inadéquate d'acide chlorhydrique au moment opportun.

Cela se résout rapidement en suivant le protocole de l'eau basique. Suivre les étapes de ce protocole recycle le corps pour qu'il produise la quantité adéquate d'acide chlorhydrique au bon moment. Compléter l'acide stomacal avec de l'eau forte acide pH 2.5 au commencement d'un repas aide à broyer correctement les protéines.

CONSTIPATION

Ce problème est généralement dû à 2 facteurs majeurs, les allergies à la nourriture et la déshydratation. Cependant, dans le cas de l'eau ionisée, cela peut être une autre raison importante : l'excès de calcium dans l'eau. Quand l'eau traverse le processus d'ionisation, cela divise les minéraux selon leur charge et le calcium est dévié vers l'eau alcaline. Dans les régions où l'eau est calcaire, il est nécessaire de pré-filtrer l'eau pour enlever l'excès de calcium. Si cette étape n'est pas effectuée, il est possible qu'il y ait trop de calcium ionique dans votre eau de boisson et cela peut être une cause de constipation.

EMPOISONNEMENT ALIMENTAIRE

Gardez en tête que l'estomac est conçu pour irradier complètement les envahisseurs étrangers comme E.coli (Escherichia coli), salmonelle ou autres pathogènes d'origine alimentaire. Il fait cela en brisant leur structure protéinée avec l'acide chlorhydrique.

Aussi le moyen le plus efficace pour aider votre corps dans ce processus de destruction est de boire un verre d'eau forte acide pH 2.5 toutes les 2 ou 3 heures jusqu'à ce que tous les symptômes soient passés. Deux verres suffisent généralement pour revenir à la normale.

Il vaut mieux qu'une crise due à la nourriture empoisonnée soit suivie de la prise d'antibiotiques et d'enzymes extra-pancréatiques pendant quelques jours. Si vous suivez le Protocole de l'Eau Basique, ce régime encouragera les bonnes bactéries de l'intestin à prospérer.

SYNDRÔME DU CÔLON IRRITABLE

Ce problème est aussi associé à des allergies ou à une sensibilité alimentaire. Cependant, dans la plupart des cas ce problème est en fait exacerbé par une réduction des bonnes bactéries de l'intestin. C'est généralement le résultat d'un dérangement à la fois du pH et du niveau d'hydratation dans l'intestin grêle et du gros intestin, qui est lui-même le résultat d'une oxydation excessive des tissus.

Aussi le meilleur moyen pour démarrer est-il de suivre le protocole de l'eau alcaline. C'est le moyen le plus rapide d'inverser l'oxydation et de revenir au pH et au niveau d'hydratation corrects des cellules. Cela peut prendre de quelques jours à quelques semaines avant de commencer à noter des résultats visibles.

PROTOCOLE POUR L'HYDROTHERAPIE DU CÔLON

ÉQUIPEMENT ET FOURNITURES

- Équipement pour irrigation gravitationnelle du côlon.
- Eau alcaline pH 9.5 légèrement plus chaude que la température de la pièce.

MODE D'EMPLOI

- 1°) Ajustez la température de votre eau pour qu'elle soit légèrement plus chaude que celle de la pièce.
- 2°) Remplissez le réservoir de l'équipement avec de l'eau alcaline pH 9.5.
- 3°) Continuez à remplir régulièrement le réservoir.
- 4°) Un dernier remplissage avec de l'eau forte alcaline pH 11.5 peut être fait en cas de constipation ou après un traitement d'antibiotiques.

FRÉQUENCE

L'hydrothérapie du côlon doit être pratiquée régulièrement. Les meilleurs résultats sont généralement obtenus quand on le fait 3 jours de suite.

ATTENTION : Une pratique excessive de l'hydrothérapie du côlon crée un déséquilibre de la flore intestinale, ce qui mène à une réduction chronique systématique de la vitamine B ainsi qu'à un broyage inadéquat des fibres insolubles nécessaires à la croissance et au développement des bactéries bénéfiques pour le côlon.

PROTOCOLES POUR LES INFECTIONS VAGINALES À LEVURES ET LA SÉCHERESSE VAGINALE

FOURNITURES

Douche standard / Bock à lavement disponible dans n'importe quelle pharmacie.
Eau Acide pH 4.5.

MODE D'EMPLOI

- 1°) Ajustez la température de l'eau pour qu'elle soit égale à celle de la peau puis sélectionner le pH 9.5.
- 2°) Remplissez votre Bock à lavement avec environ 1/2 L d'eau tirée au tuyau gris.
- 3°) Irriguez comme indiqué sur la notice.

FRÉQUENCE

- Infections vaginales à levures : 1 à 2 fois par jour pendant 2 jours.
- Sécheresse vaginale : 1 fois par semaine pendant 1 mois résoudra votre problème si vous consommez assez d'eau, comme indiqué dans le protocole de l'eau basique.

PRUDENCE – Ne faites pas de douche régulièrement ! Cette douche contrarie l'équilibre du pH normal du vagin ainsi que la population normale des bonnes bactéries. Déranger cet équilibre peut mener à l'infection, à des pertes blanches excessives, à la surpopulation de candida et d'E.coli (Escherichia coli), tout ce qui peut conduire au cancer.

PROTOCOLE POUR LES TROUBLES RÉNAUX

Des Infections du Tractus Urinaire (ITU) à l'atteinte rénale et à la dialyse, l'eau est un sujet majeur quand on est confronté au mauvais fonctionnement des reins ! Voici quelques suggestions concernant l'utilisation d'eau ionisée en cas de problèmes rénaux.

PROTOCOLE POUR LES INFECTIONS DU TRACTUS URINAIRE

La plupart des ITU commence dans la vessie avant de se propager aux reins. Débuter le protocole de l'eau basique aux premiers signes d'inconfort est le meilleur moyen de traiter une ITU. Généralement une ITU commence par un changement de pH de la vessie, ce qui permet aux bactéries d'adhérer aux parois de la vessie et de se multiplier. Idéalement le pH de la 1^{ère} urine du matin devrait se situer entre 5.8 et 7. Un pH de 5.5 est le terrain idéal pour la reproduction des bactéries de la vessie. Un pH urinaire au-dessus de 7.5 est un signal clair d'infection et donc responsable des sensations cuisantes ou brûlantes qui accompagnent une ITU.

NOTE – Au 1^{er} signe d'infection, commencez par suivre ce protocole. Cependant si vos symptômes persistent plus de 2 ou 3 jours, ou empirent avec le traitement, consultez votre médecin.

PROTOCOLE DE L'EAU POUR LES ITU BASÉ SUR LE POIDS DU CORPS

- Buvez 120 % du poids de votre corps.
- Basé sur le calcul du protocole de l'eau basique, consommez la quantité de 2,25 cl avant chaque repas.
- Le reste de l'eau pourra être consommé à raison d'un verre (entre 24 à 36 cl) par heure ou par heure ½.
- Ajoutez 1 cuillère à soupe de jus de canneberge concentré bio non sucré à 6 de ces verres d'eau. Les canneberges diminuent le pH de l'urine et contiennent des substances qui empêchent les bactéries de se coller aux parois du rein.

$$\begin{aligned} & \text{Poids du corps } 63,50 \text{ kilos} \\ 63,50 \times 0,0783 &= 4,97 \text{ litres} & 4,97 - 1,86 &= 3,11 \text{ litres} \\ 3,11 / 0,24 &= 13 \text{ verres de } 24 \text{ cl d'eau à pH } 9.5 \end{aligned}$$

PROTOCOLE POUR LA DIALYSE

Je trouve que les patients en dialyse pour le rein sont frustrés quand ils commencent à boire de l'eau ionisée. Parce que leurs reins ont une fonction très limitée, ces patients sont sur un régime d'eau très précis par rapport au plan de restriction des liquides. Souvent ils ne veulent tenir aucun compte de l'avis de leur(s) médecin(s) et se précipitent sur mon protocole de l'eau basique. **Mais il ne faut pas tenter de faire cela.**

Il y a une raison valable à la restriction de l'eau : les reins atteints ne peuvent pas faire face. Aussi est-il impératif de suivre le programme.

Cependant, j'encourage une légère exception, uniquement le jour de la dialyse. Si possible, prévoyez votre rendez-vous de dialyse plus tard dans la journée. En commençant tôt ce matin-là, buvez une bonne quantité d'eau suivant le protocole de l'eau alcaline. Une fois que votre dialyse est commencée, revenez à votre programme régulier d'eau contrôlé.

L'eau ingérée les jours de dialyse inondant votre corps d'antioxydants, il est nécessaire de ralentir ou d'arrêter le stress oxydatif responsable de nombreux troubles rénaux. Dans de nombreux cas, dans ma pratique privée, mes patients ont commencé à voir la fonction rénale s'intensifier, et quelques-uns ont été capables d'arrêter complètement la dialyse.

PROTCOLE POUR L'ATTEINTE FONGIQUE DES ONGLES

L'atteinte fongique est un problème récurrent et doit être traité par voie interne et par voie externe. L'apparition de champignons peut résulter d'un dégât à l'ongle, ou peut venir d'instruments de pédicure ou de manucure insuffisamment nettoyés.

Pour vous protéger contre l'infection, prenez avec vous un flacon-spray rempli d'eau forte acide pH 2.5 pour aller à votre salon préféré. Demandez-leur de vaporiser leurs instruments avant usage et vaporisez vos ongles avant les soins.

FOURNITURES

- Un flacon-spray en verre.
- Eau forte acide pH 2.5.
- Une cuvette d'eau pour tremper vos pieds et vos mains.
- Eau forte alcaline pH 11.5

MODE D'EMPLOI

- 1°) Chaque matin et chaque soir avant d'aller au lit, vaporisez les ongles, les cuticules et les tissus avoisinants avec de l'eau forte acide pH 2.5.
- 2°) Selon la sévérité de l'infection fongique, vous aurez besoin de tremper les ongles dans une cuvette d'eau chaude pH 11.5 pendant 20 minutes, 2 à 4 fois par semaine.
- 3°) Après le bain de pieds, laissez sécher complètement à l'air libre puis vaporisez les ongles avec de l'eau forte acide pH 2.5. et laissez sécher à l'air.
- 4°) Appliquez un antifongique naturel tel que l'huile essentielle d'arbre à thé (tea tree) ou de menthe poivrée ou de lavande, comme on le ferait avec une crème hydratante.

CONSEIL - Faites tremper les socquettes et les gants qui ont été portés dans l'eau forte acide pH 2.5 pendant 10 mn ou même toute la nuit avant nettoyage pour tuer les microbes. Jusqu'à ce que l'infection ait complètement disparu, ne portez pas les socquettes ou les gants plus d'une fois entre chaque nettoyage.

PROTOCOLE POUR LES BÉBÉS ET LES ENFANTS

C'est un mythe de penser que les bébés et les enfants sont déjà alcalins, donc que l'eau ionisée est soit dangereuse, soit inutile pour eux. Si c'était vrai, alors ils ne pourraient pas être malades ! Aussi souvenez-vous que l'aspect le plus important de l'eau ionisée est sa propriété antioxydante. Nous sommes tous exposés à l'oxydation dès le moment de la conception.

Leur corps plus petit est exposé au même stress oxydatif environnemental et interne que le corps des adultes, simplement ils n'ont pas eu un temps d'exposition aussi important.

Utilisez une formule similaire à celle que nous utilisons pour les adultes pour déterminer la quantité d'eau à donner puisque la quantité est toujours dépendante du poids. Parce que les enfants sont très actifs et que leur corps grandit rapidement, ils peuvent consommer en fait un pourcentage d'eau par kilo de poids corporel légèrement plus élevé.

- En utilisant une calculatrice, multipliez le poids corporel de votre enfant par 4,20 et par 5,53.
- Le premier nombre représente le nombre minimum de centilitres dont un corps d'enfant a besoin juste pour atteindre un stade d'hydratation. Le second nombre représente le nombre de centilitres maximum idéal pour des résultats plus thérapeutiques.
- Maintenant, divisez ces 2 nombres par 5. Les nombres obtenus représentent la quantité idéale d'eau potable ionisée à consommer en une séance – en 10 minutes- pour délivrer le plus grand nombre d'antioxydants. En travaillant avec des enfants, j'ai souvent transformé cela en « concours de boisson » et c'est absolument étonnant de voir à quelle vitesse ils engloutissent cette eau !

Poids corporel de 15 kilos

$$15 \times 4,20 = 63 \text{ cl}$$

$$63 / 5 = 12,60 \text{ cl}$$

$$15 \times 5,53 = 83 \text{ cl}$$

$$83 / 5 = 16,60 \text{ cl}$$

Dans cet exemple, votre enfant boirait un minimum de 12 cl et un maximum de 17 cl d'eau potable pH 9.5 trois fois par jour, ceci étant une partie du protocole de l'eau alcaline. Puis il boirait le reste – 24 cl à 33 cl – au cours de la journée, en plusieurs fois de 12 cl à 16 cl.

A l'instar des adultes, les enfants ne devraient pas boire d'eau pendant leur repas. Entre les repas, soyez créatifs – verres spéciaux, pailles et jeux pour faire en sorte que vos enfants apprennent à aimer l'eau ! Cela serait une étape pour un style de vie très sain.

ALIMENTS POUR BÉBÉ

La préparation pour bébé est une nourriture « non naturelle » pour les bébés. Quand c'est la seule option disponible, je conseille de mélanger la préparation avec de l'eau potable pH 9.5. Cela aide à broyer quelques-uns des acides gras essentiels, en les

rendant plus facilement assimilables. Les graisses sont indispensables pour le développement du cerveau, le système nerveux et les membranes cellulaires.

SOINS DE LA PEAU

Les irritations de la peau, les éruptions, coupures, éraflures et même l'érythème fessier sont de grands candidats au traitement avec des niveaux de pH variés d'eau ionisée. Suivant la maladie, suivez l'un des protocoles de la section « peau ».

Souvenez-vous qu'il n'est jamais trop tôt pour débiter un soin de la peau ! Exactement comme celle des adultes, la peau de votre enfant devrait être propre et hydratée. Suivez le protocole de base des soins de la peau et faites un jeu avec le nébuliseur – Les enfants aiment ça !

PROTOCOLE POUR LA SANTÉ BUCCALE

Commencez dès les premières dents de votre bébé, car la santé buccale est essentielle pour éviter les caries. C'est le meilleur moyen de mettre en route une longue habitude de vie pour une bouche entière de dents saines et blanches. Après l'âge de 4 ans adoptez le régime adulte.

- **1°)** Trempez une brosse à dents pour enfants ou un linge non pelucheux dans de l'eau forte acide pH 2.5, et nettoyez entièrement les dents et les gencives.
- **2°)** Quand votre enfant a plusieurs dents, commencez doucement avec le fil dentaire. Trempez le fil dentaire dans de l'eau forte acide pH 2.5 avant de l'utiliser.
- **3°)** Trempez la brosse à dents ou le linge dans l'eau forte alcaline pH 11.5 et nettoyez les dents et les gencives.
- **4°)** Rincez doucement les dents et les gencives avec une poire remplie d'eau potable pH 9.5 pour rééquilibrer le pH de la bouche.

PROTOCOLES POUR LES ANIMAUX DE COMPAGNIE

FOURNITURES POUR L'EAU POTABLE

- 3 récipients en verre.
- Eau potable pH 8.5.
- Eau potable pH 9.0.
- Eau potable pH 9.5.

MODE D'EMPLOI

Remplissez chacun des 3 récipients d'une eau différente et placez-les à l'endroit où votre animal de compagnie a l'habitude de trouver l'eau. Surveillez ensuite celui qu'il choisira, parce que c'est celui qui a un pH qui lui convient.

Mes chiens, logiquement, choisissent l'eau de pH 9.5, mais les chats choisissent généralement l'eau de pH 8.5. C'est cohérent avec le pH naturel de leur nourriture et de leur corps.

Souvenez-vous que les propriétés antioxydantes de l'eau se dissipent assez rapidement quand l'eau est exposée à l'air, donc utilisez de petits récipients et changez l'eau plusieurs fois par jour.

TROUBLES DE LA DIGESTION ET PROBLÈMES DE PEAU

Beaucoup d'animaux souffrant de troubles digestifs, de problèmes de peau, d'infections parasitaires et d'arthrite ont été aidés de façon spectaculaire quand leur eau a été changée pour une eau ionisée de haute qualité.

Les infections, les éruptions et les démangeaisons pourraient être soignées de la même façon que la peau humaine.

Si vous constatez que votre animal de compagnie se lèche excessivement, mordille ses pattes ou tiraille ses plumes, ce sont peut-être des signes d'allergie. Puisque leur pelage, leur fourrure ou leurs plumes sont de vrais pièges à pollen, votre animal est alors exposé à plus d'allergènes au cours de sa croissance. Dans ce cas, vaporisez et séchez ou essuyez simplement votre animal avec un linge qui a été humecté avec de l'eau légèrement acide de pH 5.5, 2 ou 3 fois par jour, jusqu'à ce que son comportement excessif diminue. Essuyer régulièrement le pelage 1 ou 2 fois par semaine est un bon moyen d'empêcher les allergènes de devenir un problème.

CONSEILS POUR LE TOILETTAGE DES CHATS ET DES CHIENS

L'un de mes chiens est un champion de concours. Lors de ses présentations sur le plateau, on m'a souvent dit que mon bébé chéri était le mieux mis en valeur du plateau! Mon autre chien est un bâtard, et son pelage est un vrai problème. Alors, quand je reçois tous ces compliments, je sais que c'est parce que ces conseils de toilettage sont très efficaces. Souvenez-vous que le pelage de votre chien ou de votre chat est sain et brillant seulement si vos animaux sont en bonne santé. Donc, commencez à leur donner quotidiennement de l'eau potable fraîche et nourrissez-les avec un menu riche en fruits bio, légumes et viande.

FOURNITURES POUR LE TOILETTAGE

- Eau légèrement acide pH 4-6.
- Flacon vaporisateur.
- Peignes et brosses appropriés.
- Shampoing doux bio.
- Récipient rempli d'eau forte alcaline pH 11.5.
- Après-shampoing bio.
- Serviettes de bain.
- Sèche-cheveux avec un réglage doux.

INDICATIONS POUR LE BAIN

- **1°)** Préparez votre animal de compagnie pour le bain en prenant de l'eau légèrement acide pH 4-6 et versez-la dans un récipient d'environ 4 litres jusqu'à ce que vous ayez assez d'eau. Avant le bain, tiédisez l'eau entreposée pour que ce soit plus confortable.
- **2°)** La plupart des irritations de la peau sont provoquées ou exacerbées par les restes de shampoing laissés sur la peau. Diluer le shampoing dans de l'eau facilite le nettoyage de l'animal tout entier et cela évite d'utiliser des quantités excessives de shampoing. Faites un mélange en ajoutant une petite cuillerée de shampoing à un verre d'eau pH 11.5. C'est suffisant pour un tout petit chien, mais plus votre chien est gros, plus vous augmenterez les quantités. Pour mon chien de taille moyenne, j'utilise une cuillerée à soupe entière de shampoing mélangée à 3 verres d'eau pH 11.5.
- **3°)** Mouillez la serviette entière avec le shampoing dilué et savonnez bien.
- **4°)** Rincez entièrement avec de l'eau légèrement acide pH 4-6.
- **5°)** Pour les chats et les chiens à long pelage, l'après-shampoing peut être nécessaire. Mettez une petite cuillerée d'après-shampoing dans un verre d'eau légèrement acide pH 4-6 (c'est suffisant pour un petit chien), mouillez les poils et massez tout le pelage.
- **6°)** Rincez entièrement avec de l'eau légèrement acide pH 4-6.
- **7°)** Séchez avec la serviette puis au séchoir doux. N'utilisez jamais l'air chaud pour sécher vos animaux : il est beaucoup trop sec pour leur peau. Toujours éviter les oreilles, les yeux et le nez. Les animaux sont beaucoup plus sensibles au séchage à l'air et au bruit des séchoirs à cheveux.
- **8°)** Ne jamais brosser ou peigner un animal mouillé. Laissez le pelage sécher naturellement à l'air, ou séchez-le avec un sèche-cheveux jusqu'à ce qu'il soit juste humide. C'est l'état idéal pour le brosser. Brosser ou peigner le pelage quand il est

mouillé l'étirera ou l'abîmera. C'est important de s'en souvenir surtout pour les animaux à pelage long.

- 9°) Pour le brossage et le toilettage réguliers, je remplis un flacon vaporisateur d'eau légèrement acide pH 4-6 et je l'utilise pour humecter le pelage et le brosser comme d'habitude. C'est toujours plus efficace de brosser contre le sens normal de la pousse pour ôter en douceur les poils détachés.

TÂCHES EN FORME DE LARME

- Ces taches sombres sur un pelage légèrement coloré sont à la fois laides et difficiles à gérer. C'est souvent un signe de déséquilibre du pH. Aussi le début de traitement logique concerne l'eau que votre chien boira !
- En plus de changer d'eau, l'étape suivante est de baigner entièrement votre chien.
- Avant de préparer l'eau légèrement acide pH 4-6 pour le bain, prétraitez les zones tachées avec de l'eau forte alcaline pH 11.5.
- Après le bain et le brossage de votre chien, nettoyez les zones atteintes au moins une fois par jour avec un linge doux trempé dans de l'eau forte alcaline. Cela décolorera finalement les taches et évitera que ce problème ne recommence plus tard.

CONSEILS POUR LES SOINS DE SANTÉ BUCCALE

Alors que les chats ont tendance à avoir moins de problèmes de dents cariées et de maladies parodontales, les chiens ont besoin de soins dentaires réguliers.

FOURNITURES

- Brosse à dents. Vous pouvez utiliser soit une brosse à dents « adulte » médium pour les gros chiens, une brosse à dents « enfants » pour les petits chiens, soit une brosse spéciale qui se fixe sur le doigt. Elles sont utiles surtout pour les chiens qui hésitent à se laisser brosser les dents.
- Eau Forte acide pH 2.5.
- Eau forte alcaline pH 11.5.
- Eau potable pH 9.5.
- Une poire plus ou moins grosse selon la taille et le poids des chiens.

MODE D'EMPLOI

- 1°) Remplissez la poire d'eau forte acide pH 2.5 et baignez la gencive sur toute sa longueur.
- 2°) Trempez la brosse dans l'eau forte acide pH 2.5. Commencez à brosser l'extérieur des dents. Trempez fréquemment la brosse dans l'eau. Puis brossez l'intérieur des dents entièrement, en prenant votre temps. Si votre animal n'est pas habitué au brossage régulier, vous pouvez commencer par brosser un quadrant seulement par jour, et continuer ainsi jusqu'à brosser toutes les dents.
- 3°) Remplissez la poire d'eau forte alcaline et baignez la gencive entière ainsi qu'entre les dents.

- 4°) Remplissez la poire d'eau potable pH 9.5 et baignez la bouche pour rééquilibrer le pH naturel.

FRÉQUENCE

Si votre animal de compagnie a des problèmes de gencives ou de dents cariées, il est impératif de lui brosser les dents chaque jour jusqu'à ce que le problème soit résolu. Cela peut prendre plusieurs semaines ou plusieurs mois selon la santé globale de votre animal et le niveau de ses problèmes de dents.

Pour un entretien régulier de la santé des dents et des gencives, les brosser les dents 1 à 2 fois par semaine est suffisant. C'est une bonne idée de commencer le brossage et le soin de la bouche entière dès que vous avez votre chiot ou votre chaton. C'est de loin le plus facile de les habituer dès le plus jeune âge plutôt que d'attendre qu'ils soient plus avancés en âge et installés dans leurs habitudes...de chats propriétaires ... vous voyez ce que je veux dire !

NOTE – Si les dents sont très entartrées, il est conseillé de prendre R.V. pour un détartrage complet. Les petites races ont un risque plus important de maladie parodontale et de perte des dents, aussi doit-on leur brosser les dents plus souvent que les chiens moyens ou grands. Les chats n'ont généralement besoin qu'on leur brosse les dents que lorsqu'ils vieillissent.