DYSBIOSE : LES RÉACTIVITÉS PAR ACCUMULATION

Par Taty Lauwers. Les « intolérances » alimentaires si communes chez les dysbiotiques fonctionnent souvent par accumulation. La mèche d'une inflammation (boutons, migraines, douleurs intestinales, etc.) s'allume bien avant que la crise ne soit déclenchée par un aliment particulier. Dans l'illustration ci-dessous, les amines de chacun de ces aliments, pourtant sains et bio, s'accumulent d'heure en heure et de jour en jour, d'autant plus vite qu'on vit en situation de stress, lui-même générateur d'amines endogènes. On pourrait incriminer le chocolat lors d'une migraine. Or, cet aliment a été la goutte qui fait déborder le vase et déclenche la crise. Le même phénomène se manifeste pour les sources de gluten, de lactose, de salicylates, etc.

infographie nr 6 série Dysbiose source: www.taty.be

TATY LAUWERS

DU GAZ DANS

LES NEURONES

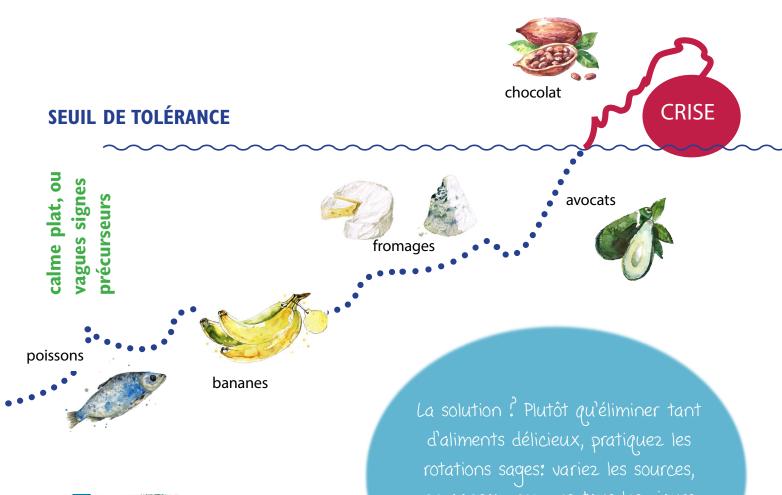
LES TOPOS

SORTI

CACO

GAST

IATY LAUWERS



Infographie liée à mon topo *Du*gaz dans les neurones et au topo
expert adjoint *Sortir de la cacophonie*gastrique dans la collection Les Topos
de Taty, éditions Aladdin, lestoposdetaty.

com. Principes, grilles et menus pour une courte cure Nouvelle flore.



les mêmes aliments ou les mêmes

catégories.