

<https://www.amessi.org/toujours-malade-et-si-c-etait-une-candidose>



Toujours malade... Et si c'était une candidose ?

- SANTE-MEDECINES-BIEN-ETRE



Date de mise en ligne : mardi 1er mars 2016

Copyright © AMESSI.Org® Alternatives Médecines Évolutives Santé et

Sciences Innovantes ® - Tous droits réservés

Quinze jours après être sorti(e) d'une pneumonie précédée d'une gastrite, voici qu'une double otite se profile, en attendant la visite d'une jolie mycose, et cette succession de maladies peut durer des mois. L'inquiétude grandit (mais que se passe-t-il ?), et les proches ne trouvent pas toujours les mots qui peuvent rassurer. Les visites chez le ou les médecins se succèdent, les différentes maladies se traitent, mais l'on a l'impression que le corps s'affaiblit et que l'on ne va jamais sortir de ce marasme. Or, quelquefois, un seul mot peut expliquer tous ces troubles : et si c'était... une candidose

Sommaire

- [I Une infection](#)
- [mais la candidose la plus commune est causée par le candida albicans.](#)
- [Toutefois, pour des raisons que nous verrons par la suite, le candida peut évoluer de façon anormale, et entraîner ce déséquilibre que l'on nomme donc une candidose.](#)
- [I Deux évolutions anormales du candida](#)
- [Si le candida devient trop important en quantité, cette levure va alors véritablement tapisser la paroi intestinale, créant des irritations et empêchant la bonne assimilation de tous les nutriments.](#)
- [Sous cette forme, le candida ne va plus faire son travail de détoxification, mais au contraire déverser des toxines dans notre corps et se nourrir de nutriments nécessaires à notre organisme !](#)
- [II. Quels sont les symptômes d'une candidose ?](#)
- [En agressant et affaiblissant la paroi intestinale, la candidose va affaiblir notre système immunitaire \(notre immunité se construit dans nos intestins : « Tout se joue dans l'intestin », ainsi que l'a écrit Hiromi Shinya\). D'où les successions de différentes pathologies. Mais ce n'est pas tout...](#)
- [I Des allergies et intolérances](#)
- [Cela signifie que certaines grosses molécules ne seront plus découpées en nutriments mais vont passer directement dans le sang, et provoquant ainsi diverses allergies et intolérances alimentaires, avec tout leur cortège de symptômes \(paupières oedémateuses, yeux larmoyants, nez qui coule, divers troubles ORL, etc. Les habitués s'y reconnaîtront !\)](#)
- [I Les troubles digestifs](#)
- [Le système digestif sera bien sûr perturbé, avec des maux de ventre, des diarrhées et/ou des constipations, des ballonnements, des digestions difficiles, etc.](#)
- [I Des symptômes d'origine nerveuse](#)
- [I Le symptôme le plus évident : les mycoses](#)
- [Vous l'aurez compris, la candidose provoque des symptômes dans l'ensemble du corps, et la liste reste encore longue : on peut par exemple citer des douleurs articulaires ou musculaires que l'on ne peut expliquer médicalement, des baisses de la libido, de la fatigue, de l'anémie \(car l'enzyme fixant le fer sur le globule rouge est inhibée. Vous pourrez prendre tout le fer que vous voulez, l'anémie ne sera pas résorbée\), divers problèmes cutanés, et caetera et caetera et caetera...](#)

- [Comment peut-on en arriver là ? Pourquoi ce déséquilibre au sein de notre flore intestinale et au final de notre organisme ?](#)
- [Notre flore intestinale peut être déséquilibrée par : les antibiotiques \(qui ne font pas forcément la différence entre bonnes et mauvaises bactéries...\), les anti-inflammatoires, les corticoïdes, les chimiothérapies et radiothérapies, les métaux lourds \(que l'on peut trouver dans les amalgames dentaires ou les vaccins par exemple\), la pilule contraceptive, les interventions chirurgicales abdominales, etc.](#)
- [Une alimentation déséquilibrée](#)
- [Mais le sucre ne fait pas tout : une alimentation trop oxydante \(tout ce qui est blanc, raffiné, industriel, hydrogéné, avec des additifs alimentaires\) va aussi contribuer au déséquilibre de notre flore.](#)
- [Une hygiène de vie mal adaptée](#)
- [Durant le sommeil, le foie fait une grande partie de son travail de détoxification, le système immunitaire se renforce... et le manque de sommeil favorisera au contraire la prolifération du candida.](#)
- [Autre facteur clé : le stress.](#)
- [Les métaux lourds](#)
- [Pour résumer...](#)
- [IV. Comment diagnostique-t-on une candidose ?](#)
- [La difficulté : des symptômes très variés](#)
- [Les étendues de la candidose sont aussi variables, d'où des signes extérieurs différents.](#)
- [Le questionnaire naturopathique](#)
- [Le diagnostic médical](#)
- [V. Comment soigne-t-on une candidose ?](#)
- [Pour commencer : « Que l'alimentation soit ta première médecine » \(Hippocrate\)](#)
- [Le côlon devra être nettoyé. Différentes techniques peuvent être utilisées : irrigation côlonique et phytothérapie \(bourgeons de noyer par exemple\) sont les bienvenues.](#)
- [La lutte contre le candida](#)
- [Un complément à base d'huile essentielle d'origan compact attaquera directement le candida.](#)
- [L'extrait de pépin de pamplemousse, le lapacho et la chlorophylle sont aussi très efficaces dans cette lutte.](#)
- [La réhabilitation de notre système digestif](#)
- [Le drainage](#)
- [La stimulation du système immunitaire](#)
- [La stabilisation](#)
- [Conclusion](#)

Table des matières

- [Une infection](#)
- [mais la candidose la plus commune est causée par le candida albicans.](#)
- [Toutefois, pour des raisons que nous verrons par la suite, le candida peut évoluer de façon anormale, et entraîner ce déséquilibre que l'on nomme donc une candidose.](#)
- [Deux évolutions anormales du candida](#)
- [Si le candida devient trop important en quantité, cette levure va alors véritablement tapisser la paroi intestinale, créant des irritations et empêchant la bonne assimilation de tous les nutriments.](#)
- [Sous cette forme, le candida ne va plus faire son travail de détoxification, mais au contraire déverser des toxines dans notre corps et se nourrir de nutriments nécessaires à notre organisme !](#)
- [II. Quels sont les symptômes d'une candidose ?](#)
- [En agressant et affaiblissant la paroi intestinale, la candidose va affaiblir notre système immunitaire \(notre immunité se construit dans nos intestins : « Tout se joue dans l'intestin », ainsi que l'a écrit Hiromi Shinya\). D'où les successions de différentes pathologies. Mais ce n'est pas tout...](#)
- [Des allergies et intolérances](#)

- [Cela signifie que certaines grosses molécules ne seront plus découpées en nutriments mais vont passer directement dans le sang, et provoquant ainsi diverses allergies et intolérances alimentaires, avec tout leur cortège de symptômes \(paupières oedémateuses, yeux larmoyants, nez qui coule, divers troubles ORL, etc. Les habitués s'y reconnaîtront !\)](#)
- [Les troubles digestifs](#)
- [Le système digestif sera bien sûr perturbé, avec des maux de ventre, des diarrhées et/ou des constipations, des ballonnements, des digestions difficiles, etc.](#)
- [Des symptômes d'origine nerveuse](#)
- [Le symptôme le plus évident : les mycoses](#)
- [Vous l'aurez compris, la candidose provoque des symptômes dans l'ensemble du corps, et la liste reste encore longue : on peut par exemple citer des douleurs articulaires ou musculaires que l'on ne peut expliquer médicalement, des baisses de la libido, de la fatigue, de l'anémie \(car l'enzyme fixant le fer sur le globule rouge est inhibée. Vous pourrez prendre tout le fer que vous voulez, l'anémie ne sera pas résorbée\), divers problèmes cutanés, et caetera et caetera et caetera...](#)
- [Comment peut-on en arriver là ? Pourquoi ce déséquilibre au sein de notre flore intestinale et au final de notre organisme ?](#)
- [Notre flore intestinale peut être déséquilibrée par : les antibiotiques \(qui ne font pas forcément la différence entre bonnes et mauvaises bactéries...\), les anti-inflammatoires, les corticoïdes, les chimiothérapies et radiothérapies, les métaux lourds \(que l'on peut trouver dans les amalgames dentaires ou les vaccins par exemple\), la pilule contraceptive, les interventions chirurgicales abdominales, etc.](#)
- [Une alimentation déséquilibrée](#)
- [Mais le sucre ne fait pas tout : une alimentation trop oxydante \(tout ce qui est blanc, raffiné, industriel, hydrogéné, avec des additifs alimentaires\) va aussi contribuer au déséquilibre de notre flore.](#)
- [Une hygiène de vie mal adaptée](#)
- [Durant le sommeil, le foie fait une grande partie de son travail de détoxification, le système immunitaire se renforce... et le manque de sommeil favorisera au contraire la prolifération du candida.](#)
- [Autre facteur clé : le stress.](#)
- [Les métaux lourds](#)
- [Pour résumer...](#)
- [IV. Comment diagnostique-t-on une candidose ?](#)
- [La difficulté : des symptômes très variés](#)
- [Les étendues de la candidose sont aussi variables, d'où des signes extérieurs différents.](#)
- [Le questionnaire naturopathique](#)
- [Le diagnostic médical](#)
- [V. Comment soigne-t-on une candidose ?](#)
- [Pour commencer : « Que l'alimentation soit ta première médecine » \(Hippocrate\)](#)
- [Le côlon devra être nettoyé. Différentes techniques peuvent être utilisées : irrigation côlonique et phytothérapie \(bourgeons de noyer par exemple\) sont les bienvenues.](#)
- [La lutte contre le candida](#)
- [Un complément à base d'huile essentielle d'origan compact attaquera directement le candida.](#)
- [L'extrait de pépin de pamplemousse, le lapacho et la chlorophylle sont aussi très efficaces dans cette lutte.](#)
- [La réhabilitation de notre système digestif](#)
- [Le drainage](#)
- [La stimulation du système immunitaire](#)
- [La stabilisation](#)
- [Conclusion](#)

✓

I. Qu'est-ce qu'une candidose ?

Une infection

Une candidose est une infection due à un champignon : le candid. a

Il en existe de plusieurs sortes (candida tropicalis, candida parapsilosis, candida niger, etc. : 9 en tout),

mais la candidose la plus commune est causée par le candida albicans.

Les différents types de candida sont des levures, jouant un rôle normal au niveau intestinal (de nettoyage des déchets organiques en ce qui les concerne), au même titre que les bactéries composant notre flore intestinale.

Toutefois, pour des raisons que nous verrons par la suite, le candida peut évoluer de façon anormale, et entraîner ce déséquilibre que l'on nomme donc une candidose.



ï Deux évolutions anormales du candida

Si le candida devient trop important en quantité, cette levure va alors véritablement tapisser la paroi intestinale, créant des irritations et empêchant la bonne assimilation de tous les nutriments.

Mais il peut aussi se transformer et prendre une forme mycélienne : ce champignon aura alors des filaments qui vont traverser notre paroi intestinale.

Sous cette forme, le candida ne va plus faire son travail de detoxification, mais au contraire déverser des toxines dans notre

corps et se nourrir de nutriments nécessaires à notre organisme !

Ces deux cas sont pathogènes, c'est-à-dire nuisibles pour notre organisme, mais la forme mycélienne est plus agressive, plus grave et plus difficile à éradiquer.

ï La candidose est-elle grave ?

La candidose commence donc au niveau intestinal, pour se développer dans le reste du corps comme nous le verrons dans le chapitre suivant. Elle entraînera toute une série de symptômes.

Plus la candidose sera avancée, et plus ces symptômes seront nombreux, et gênants.

Dans de très rares cas, la candidose peut atteindre et coloniser les organes (on parle de candidose systémique) : elle peut alors devenir mortelle.

II. Quels sont les symptômes d'une candidose ?

ï Une baisse de l'immunité

En agressant et affaiblissant la paroi intestinale, la candidose va affaiblir notre système immunitaire (notre immunité se construit dans nos intestins : « Tout se joue dans l'intestin », ainsi que l'a écrit Hiromi Shinya). D'où les successions de différentes pathologies. Mais ce n'est pas tout...

ï Des allergies et intolérances

En perçant notre muqueuse intestinale, le candida sous sa forme mycélienne va entraîner de fait une hyper-perméabilité intestinale.

Cela signifie que certaines grosses molécules ne seront plus découpées en nutriments mais vont passer directement dans le sang, et provoquant ainsi diverses allergies et intolérances alimentaires, avec tout leur cortège de symptômes (paupières oedémateuses, yeux larmoyants, nez qui

couple, divers troubles ORL, etc. Les habitués s'y reconnaîtront !)

Concrètement, lorsque l'on regarde cette paroi intestinale, une hyperperméabilité se manifeste par le fait que les entérocytes (présentés ici sous forme de cellule dentelée) ne sont plus serrés les uns contre les autres, mais présentent des espacements par lesquels vont passer de grosses molécules. De plus, les candida tapissant la paroi rendront très difficile l'assimilation des nutriments qui est illustrée ci-dessus.

ï Les troubles digestifs

Le système digestif sera bien sûr perturbé, avec des maux de ventre, des diarrhées et/ou des constipations, des ballonnements, des digestions difficiles, etc.

ï Des symptômes d'origine nerveuse

Via les toxines déversées par le candida et l'oxydation des acides gras qu'il provoque, le système nerveux peut aussi être touché, avec une multitude de manifestations : de l'irritabilité, de l'anxiété, des troubles de la mémoire, de l'humeur, mais aussi des signes plus physiques comme des fourmillements dans les membres ou sur la peau.

ï Le symptôme le plus évident : les mycoses

La candidose se développe d'abord dans l'intestin, mais ensuite elle peut migrer : en allant vers le haut, cela provoque du muguet dans la bouche ; en descendant, elle va se manifester sous forme d'infections vaginales ou urinaires, de démangeaisons anales ou pubiennes ; elle peut encore « sortir » par la peau, d'où les mycoses cutanées ou unguéales (des ongles). Une mycose externe ne fait que révéler... une mycose interne !

ï Et bien d'autres symptômes encore...

Vous l'aurez compris, la candidose provoque des symptômes dans l'ensemble du corps, et la liste reste encore longue : on peut par exemple citer des douleurs articulaires ou musculaires que l'on ne peut expliquer médicalement, des baisses de la libido, de la fatigue, de l'anémie (car l'enzyme fixant le fer sur le globule rouge est inhibée. Vous pourrez prendre tout le fer que vous

voulez, l'anémie ne sera pas résorbée), divers problèmes cutanés, et caetera et caetera et caetera...

III. Quelles sont les causes de la candidose ?

Comment peut-on en arriver là ? Pourquoi ce déséquilibre au sein de notre flore intestinale et au final de notre organisme ?

Pour commencer il faut savoir que 70% de la population mondiale serait atteinte de candidose. Le chiffre vous paraît énorme ? Je vous l'accorde. Mais les raisons entraînant une candidose peuvent l'expliquer.

Ī Les médicaments et certains traitements

Notre flore intestinale peut être déséquilibrée par : les antibiotiques (qui ne font pas forcément la différence entre bonnes et mauvaises bactéries...), les anti-inflammatoires, les corticoides, les chimiothérapies et radiothérapies, les métaux lourds (que l'on peut trouver dans les amalgames dentaires ou les vaccins par exemple), la pilule contraceptive, les interventions chirurgicales abdominales, etc.

Ī Une alimentation déséquilibrée

L'alimentation va à la fois contribuer au déséquilibre de la flore intestinale et à la prolifération du candida.

[fond turquoise]En première ligne, se trouve le sucre. Pourquoi ? Parce que le candida est formé de chitine, glucane et manane qui sont des polysaccharides... autrement dit des sucres ! Donc plus on mange de sucre, et plus le candida prolifère ![/fond turquoise]

Mais le sucre ne fait pas tout : une alimentation trop oxydante (tout ce qui est blanc, raffiné, industriel, hydrogène, avec des additifs alimentaires) va aussi contribuer au déséquilibre de notre flore.

Une alimentation trop acidifiante de façon générale favorise le développement du candida.

ï Une hygiène de vie mal adaptée

Tout le monde sait que le sommeil joue un rôle clé pour notre santé : là aussi, nous le retrouvons.

Durant le sommeil, le foie fait une grande partie de son travail de detoxication, le système immunitaire se renforce... et le manque de sommeil favorisera au contraire la prolifération du candida.

Autre facteur clé : le stress.

Non content de créer une oxydation du corps par la production de radicaux libres, le stress (quelle que soit son origine) va acidifier l'organisme et faire le lit de la candidose.

Comme le candida prolifère dans un milieu anaérobie, c'est-à-dire privé d'oxygène, le manque d'exercice physique (qui favorise l'oxygénation cellulaire) jouera aussi son rôle.

Nous en parlons peu, mais les pollutions électromagnétiques interviendront aussi, toujours via l'oxydation de l'organisme.

ï Les métaux lourds

Sous leur forme non pathologique, les candida jouent un rôle majeur dans notre organisme : ce sont de très bons détoxifiants des métaux lourds. Une candidose peut donc cacher une intoxication au mercure ou autre.

ï Pour résumer...

Comme nous pouvons le constater, les causes favorisant l'installation d'une candidose ne manquent pas, loin de là... Il est alors plus facile de comprendre pourquoi autant de personnes peuvent être atteintes de candidose...

IV. Comment diagnostique-t-on une candidose ?

II La difficulté : des symptômes très variés

Les symptômes sont très nombreux, et ne sont pas tous présents (heureusement !) d'une personne à l'autre.

Les étendues de la candidose sont aussi variables, d'où des signes extérieurs différents.

Ainsi que nous l'avons vu, lorsque le candida reste sous forme de levure, il gêne certes le bon fonctionnement de notre système intestinal et va donc entraîner divers troubles, mais son action pathogène reste limitée dans le sens où il ne déverse pas de toxines. En revanche, sous la forme mycélienne, c'est une toute autre affaire...

Certaines personnes vont par exemple présenter essentiellement des troubles intestinaux ; chez d'autres, ce seront des mycoses à répétition ; la candidose pourra chez certains se manifester surtout par des signes neurologiques ; etc.

II Le questionnaire naturopathique

Le naturopathe va suspecter la présence d'une candidose (il n'est pas habilité à établir un diagnostic...) grâce à un questionnaire poussé, qui lui permettra de regrouper l'ensemble des symptômes et donc de faire des recoupements.

II Le diagnostic médical

Pourquoi la candidose est-elle aussi peu souvent diagnostiquée par les médecins alors qu'elle est au fond si communément répandue ? Parce que cela demande du temps ! Le médecin ne dispose pas d'une heure entière pour récupérer toutes les informations, déterminer le terrain, et mettre ainsi en évidence une candidose...

Il est toutefois utile de savoir que divers prélèvements permettront de déterminer la présence de candida (frottis, prises de sang, etc.)

V. Comment soigne-t-on une candidose ?

Pour commencer : quel est l'intérêt de traiter une candidose ? Et bien de rétablir un terrain sain, et de faire disparaître l'ensemble des pathologies et des symptômes dont on souffre à cause d'elle, bien évidemment !

Le traitement est toutefois de longue haleine, et nécessite de respecter des étapes. Plus la candidose est installée depuis longtemps, et plus la guérison prend de temps.

Ï Pour commencer : « Que l'alimentation soit ta première médecine » (Hippocrate)

Il sera totalement inutile de prendre des compléments alimentaires sans corriger en tout premier lieu son alimentation. Il s'agira d'asphyxier le candida en ne le nourrissant plus, donc en le privant de sucre, et en favorisant l'alcalinisation de l'organisme.

Exit donc les sucres, levures, laitages, viandes rouges et non bio, sodas, céréales à base de gluten, aliments raffinés, alcools, et médicaments « de confort »... Les fruits seront à limiter, car riches en sucres, même naturels, et certains légumes seront aussi à éviter, car trop sucrés ou acidifiants.

Place donc à la quasi-totalité des légumes, qui seront la grande base de l'alimentation ! Accompagnés de céréales sans gluten, de protéines animales bio, d'herbes aromatiques, d'épices, et d'ail pour sa belle action antifongique (tant pis pour l'haleine. On ne peut pas tout avoir !)

Une complémentation devra être prévue afin de parer aux carences.

Ï Place à l'hygiène intestinale

Le côlon devra être nettoyé. Différentes techniques peuvent être utilisées : irrigation colonique et phytothérapie (bourgeons de noyer par exemple) sont les bienvenues.

Ï La lutte contre le candida

Le candida sera privé de sucre, c'est bien. Mais cela ne sera pas suffisant pour l'éradiquer.

L'acide caprylique permettra de détruire la paroi cellulaire qui protège le candida en lui-même.

Un complément à base d'huile essentielle d'origan compact attaquera directement le candida.

L'extrait de pépin de pamplemousse, le lapacho et la chlorophylle sont aussi très efficaces dans cette lutte.

Ï La réhabilitation de notre système digestif

Il s'agira de rééquilibrer et réinoculer la flore intestinale, via des probiotiques et les oligo-éléments nécessaires.

Cela ne sera pas suffisant : il faudra aussi réparer les muqueuses, en luttant contre l'hyperperméabilité qui s'est installée. La glutamine, ainsi que des oligo-fructo-saccharides, des oméga 3 et des oligo-éléments seront à l'honneur !

Suivant les terrains, une complémentation enzymatique pourra être envisagée.

Et pour terminer, un beau nettoyage du foie pour retrouver un système intestinal au top !

İ Le drainage

Un bon drainage s'impose pour deux raisons :

d'une part, il est nécessaire d'évacuer les déchets des candida et éviter un cumul des toxines (ce qui serait bien dommage) ;

d'autre part, c'est aussi le meilleur moyen et surtout le plus sûr pour évacuer les métaux lourds. Différentes plantes peuvent être utilisées : pissenlit, frêne, reine des prés... Diverses formes peuvent être envisagées, depuis l'infusion jusqu'au macérat glycérolé, mais mieux vaut éviter la gélule de plante sèche qui est nettement moins efficace.

İ La stimulation du système immunitaire

Il faut bien aider le système immunitaire, perturbé et affaibli par les candida et les formes qu'ils revêtent. L'utilisation des vitamines ou antioxydants n'est pas des plus appropriées, du fait de la porosité de la paroi intestinale et de la perturbation du système enzymatique, ce qui empêche une assimilation correcte. Des plantes comme le pépin de pamplemousse ou l'échinacée seront bien plus efficaces.

İ La stabilisation

Une candidose peut s'installer relativement facilement, au final. Une fois que l'on en sera sorti (ce qui peut prendre des mois, voire un an ou deux suivant les cas), pas question de faire n'importe quoi ! Equilibrer son alimentation, respecter ses rythmes biologiques, pratiquer de l'exercice physique, apprendre à gérer son stress seront de mise : sortir d'une candidose permet au final d'acquiescer une vraie hygiène de vie !

Conclusion

Et après... et après on respire ! Certes, le régime (parce que c'en est bien un) est rude ; certes, il faut pendant plusieurs mois faire preuve de rigueur. Mais les résultats sont là : l'intégrité de la paroi et de la barrière intestinale est

Toujours malade... Et si c'était une candidose ?

rétablie ; le système immunitaire est à nouveau opérationnel ; les différents symptômes disparaissent... et l'on adapte le plus souvent une nouvelle hygiène alimentaire, pour notre plus grand bien ! Vivre une candidose peut être un chemin de croix, mais en sortir est bien souvent un chemin de vie !

Et après... et après on respire ! Certes, le régime (parce que c'en est bien un) est rude ; certes, il faut pendant plusieurs mois faire preuve de rigueur ; certes il faut bien choisir son angle d'attaque en fonction de la cause première ayant entraîné une candidose (comme disait Hippocrate : « Cherchez la cause et traitez-la ; cherchez la cause de la cause et traitez-la ; cherchez la cause de la cause de la cause de la cause et traitez-la » !).

Mais les résultats sont là : l'intégrité de la paroi et de la barrière intestinale est rétablie ; le système immunitaire est à nouveau opérationnel ; les différents symptômes disparaissent... et l'on adapte le plus souvent une nouvelle hygiène alimentaire, pour notre plus grand bien !

Vivre une candidose peut être un chemin de croix, mais en sortir est bien souvent un chemin de vie !

Un grand MERCI à : [bleu clair]naturonice.over-blog.com/
[<http://naturonice.over-blog.com/toujours-malade%E2%80%A6-et-si-c-%C3%A9tait-une-candidose>][bleu clair]