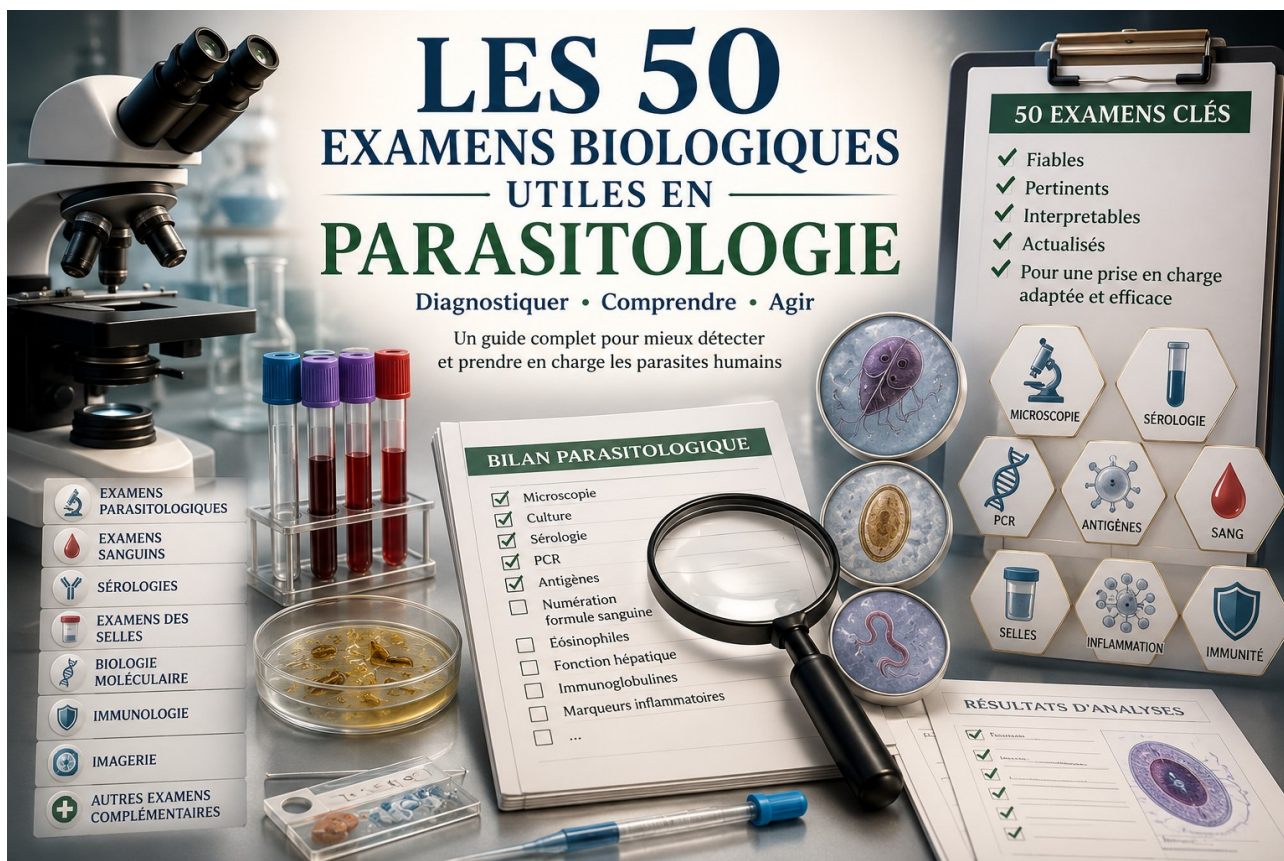




Les 50 examens biologiques utiles en parasitologie

Le guide pratique pour mieux comprendre les analyses utilisées dans le diagnostic des parasitoses

Face à une suspicion de maladie parasitaire, il n'existe pas un examen unique capable de répondre à toutes les situations.

Selon le parasite recherché, son cycle biologique, sa localisation dans l'organisme et le stade de l'infection, les professionnels de santé disposent aujourd'hui de nombreux examens complémentaires permettant d'orienter ou de confirmer un diagnostic.

C'est précisément pour vous aider à comprendre ces analyses que ce guide exclusif a été conçu.

Vous y découvrirez **50 examens biologiques et paracliniques** parmi les plus utilisés en parasitologie humaine, expliqués dans un langage clair et accessible.

Vous apprendrez notamment à quoi servent :

- ✓ L'examen parasitologique des selles (EPS)
 - ✓ Les examens microscopiques directs
 - ✓ Les techniques de concentration
 - ✓ Les colorations spécifiques
 - ✓ Les coprocultures spécialisées
 - ✓ Les sérologies parasitaires
 - ✓ Les recherches d'antigènes
 - ✓ Les analyses par PCR
 - ✓ Les bilans sanguins orientant vers une parasitose
 - ✓ Les marqueurs inflammatoires
 - ✓ Les immunoglobulines
 - ✓ Les examens d'imagerie utilisés dans certaines infections parasitaires
 - ✓ Les prélèvements tissulaires lorsque cela est indiqué
 - ✓ Les analyses complémentaires selon le parasite suspecté
- ... et de nombreux autres examens expliqués pas à pas.

Pour chaque examen, vous découvrirez

1. Son principe de fonctionnement
2. Les parasites concernés
3. Le type de prélèvement nécessaire
4. Les situations dans lesquelles il peut être demandé
5. Ses avantages
6. Ses limites
7. L'interprétation générale des résultats

Cette approche vous permettra de mieux comprendre les comptes rendus d'analyses et le raisonnement diagnostique utilisé par les professionnels de santé, sans remplacer leur expertise.

Un véritable outil de compréhension

Les examens biologiques constituent une étape essentielle dans la prise en charge des maladies parasitaires.

Ce guide a pour objectif de vous donner les clés nécessaires pour comprendre pourquoi certains examens sont prescrits, ce qu'ils recherchent et comment ils s'intègrent dans une démarche diagnostique globale.

Que vous soyez étudiant, professionnel de santé, thérapeute ou simplement passionné par la parasitologie, vous disposerez d'un document de référence clair, illustré et facile à consulter.

TABLEAU RÉCAPITULATIF DES PRINCIPAUX ANTIPARASITAIRES

Indications principales, spectre d'action, posologie générale et points clés

ANTIPARASITAIRE	SPECTRE D'ACTION PRINCIPAL	INDICATIONS FRÉQUENTES	POSOLOGIE GÉNÉRALE*	POINTS CLÉS / PRÉCAUTIONS
ALBENDAZOLE  Voie orale	- Nématodes (ascaris, oxyures, ankylostomes, trichures) - Cestodes (ténias) - Certains protozoaires (Giardia en association)	- Helminthiases intestinales - Neurocysticercose (en association) - Giardiose (en association)	400 mg 1 à 2 fois/jour pendant 3 à 7 jours selon indication	- Bien toléré - Éviter grossesse 1er trimestre - Surveillance hépatique si cure prolongée
MEBENDAZOLE  Voie orale	- Nématodes (oxyures, ascaris, ankylostomes, trichures) - Cestodes (ténias)	- Oxyurose - Ascariodose - Trichurose - Ténias	100 mg 2 fois/jour pendant 3 jours (oxyures : dose unique à renouveler J14)	- Très bon profil de tolérance - Usage pédiatrique fréquent - Éviter grossesse 1er trimestre
IVERMECTINE  Voie orale	- Nématodes (strongyloïdes, onchocercose, ascaris...) - Ectoparasites (gale, poux...)	- Strongyloïdose - Onchocercose - Scabiose - Lymphatic filariasis	200 µg/kg en dose unique à renouveler selon indication	- Très efficace contre de nombreux nématodes - Contre-indiquée en cas de loase - Prudence chez l'enfant < 15 kg
PRAZIQUANTEL  Voie orale	- Cestodes (ténias, douves) - Trématodes (schistosomes)	- Bilharziose (schistosomiase) - Ténias - Distomatoses	10 à 25 mg/kg/jour en 1 à 3 prises selon l'infection	- Très sûr et bien toléré - Efficace sur formes adultes - Peu d'effet sur formes larvaires
METRONIDAZOLE  Voie orale / IV	- Protozoaires anaérobies (Giardia, Entamoeba, Trichomonas) - Certaines bactéries anaérobies	- Giardiose - Amibiase - Trichomonase	250 à 500 mg 2 à 3 fois/jour pendant 5 à 10 jours selon l'infection	- Éviter alcool (effet antabuse) - Goût métallique fréquent - Possible usage pédiatrique
NITAZOXANIDE  Voie orale	- Protozoaires intestinaux (Giardia, Cryptosporidium) - Certains helminthes	- Giardiose - Cryptosporidiose - Diarrhées parasitaires	500 mg 2 fois/jour pendant 3 jours	- Bonne tolérance - Action antiparasitaire et antivirale modérée
TINIDAZOLE  Voie orale	Protozoaires (Giardia, Entamoeba, Trichomonas)	- Giardiose - Amibiase - Trichomonase	2 g/jour en 1 prise pendant 1 à 3 jours selon l'infection	- Alternative au métronidazole - Dose unique possible pour certaines infections
PYRANTEL  Voie orale	Nématodes intestinaux (oxyures, ascaris, ankylostomes)	- Oxyurose - Ascariose - Ankylostomose	10 mg/kg en dose unique à renouveler après 2 semaines	- Paralyse les nématodes sans les détruire - Très sûr chez l'enfant
DECLOXANIDE  Voie orale	Trématodes hépatiques (douves : Fasciola, Dicrocoelium)	- Fasciolose - Dicrocoeliose	10 mg/kg 2 à 3 fois/jour pendant 3 à 5 jours	- Peu utilisé en première intention - Bonne efficacité sur douves hépatiques
DIÉTHYLCARBAMAZINE  Voie orale	Nématodes (filaires : Wuchereria, Brugia)	- Filarioses lymphatiques - Loa loa (formes légères)	6 mg/kg/jour en 3 prises pendant 12 jours	- Peut entraîner des réactions inflammatoires - Surveillance médicale nécessaire
ARTÉMISININE et dérivés  Voie orale	Protozoaires sanguins (Plasmodium spp.)	Paludisme (en association)	Selon protocole national (ACT recommandée)	- Action rapide sur formes sanguines - Toujours en association
FURAZOLIDONE  Voie orale	Protozoaires intestinaux (Giardia, Entamoeba)	- Giardiose - Amibiase	100 mg 4 fois/jour pendant 7 à 10 jours	- Moins utilisé (effets secondaires digestifs) - Alternative si intolérance

* Les posologies varient selon l'âge, le poids, la sévérité et les recommandations locales.

RÈGLES D'OR



Toujours confirmer le diagnostic par un professionnel de santé.



Respecter la posologie et la durée du traitement.



Traiter tous les contacts si nécessaire.



Hygiène + prévention = meilleure protection.

CLASSEMENT PAR TYPE DE PARASITES



NÉMATODES

Albendazole
Mebendazole
Ivermectine
Pyrantel
Diéthylcarbamazine



CÉSTODES

Praziquantel
Albendazole
Mebendazole



TRÉMATODES

Praziquantel
Déclozanide



PROTOZOAIRE

Métronidazole
Tinidazole
Nitazoxanide
Furazolidone

RAPPEL PRÉVENTION



Lavage des mains



Eau potable



Cuisson adéquate des aliments



Hygiène des vêtements et de l'environnement



Traitement adapté des animaux domestiques



Ce tableau est informatif et ne remplace en aucun cas un avis médical.
Consultez toujours un professionnel de santé pour un diagnostic et un traitement adaptés.



LES 100 PARASITES EN UNE SEULE AFFICHE

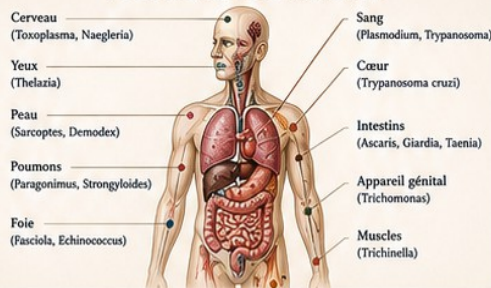
CONNAÎTRE POUR COMPRENDRE • COMPRENDRE POUR SE PROTÉGER

NÉMATODES (Vers ronds) 1-20					CÉSTODES (Vers plats) 21-40					TRÉMATODES (Vers plats) 41-60				
1 Ascaris lumbricoides	2 Oxyuris (Enterobius vermicularis)	3 Trichuris trichiura	4 Ankylostomes (Ancylostoma duodenale)	5 Strongyloides stercoralis	Taenia saginata	Taenia solium	Echinococcus granulosus	Echinococcus multilocularis	Hymenolepis nana	Fasciola hepatica	Fasciola gigantica	Clonorchis sinensis	Opisthorchis viverrini	Paragonimus westermani
6 Trichinella spiralis	7 Toxocara canis	8 Toxocara cati	9 Baylisascaris procyonis	10 Angiostrongylus cantonensis	26 Hymenolepis diminuta	27 Dipyllobothrium latum	28 Dipylidium caninum	29 Spirometra erinaceieuropaei	30 Raillietina tetragona	46 Schistosoma mansoni	47 Schistosoma haematobium	48 Schistosoma mekongi	49 Schistosoma intercalatum	50 Schistosoma guineensis
11 Dracunculus medinensis	12 Wuchereria bancrofti	13 Brugia malayi	14 Loa loa	15 Onchocerca volvulus	31 Raillietina echinobothrida	32 Multiceps multiceps	33 Mesocestoides corti	34 Mesocestoides lineatus	35 Monticella expansa	51 Heterophyes heterophyes	52 Metagonimus yokogawai	53 Fasciolopsis buski	54 Nanophyetus salmicola	55 Dicrocoelium dendriticum
16 Enterobius greggii	17 Capillaria philippinensis	18 Gnathostoma spinigerum	19 Strongyloides fuelleborni	20 Trichostrongylus spp.	36 Paragonimus westermani	37 Sparangium spp.	38 Diplogonoporus grandis	39 Anoplocephala perfoliata	40 Schistosoma japonicum	56 Echinostoma ilocanum	57 Echinostoma revolutum	58 Clonorchis felineus	59 Paramphistomum cervi	60 Gastrophilus hominis
PROTOZOAIRES 61-80					ARTHROPODES (Insectes & Acariens) 81-90					AUTRES PARASITES & MYCOSES 91-100				
61 Entamoeba histolytica	62 Giardia duodenalis	63 Cryptosporidium parvum	64 Balanitidum coli	Blastocystis sp.	81 Sarcoptes scabiei	82 Demodex folliculorum	83 Pediculus humanus capitis	84 Pediculus humanus corporis	85 Phthirus pubis	91 Trichophyton spp.	92 Microsporium spp.	92 Epidermophyton floccosum	94 Candida albicans	95 Pneumocystis jirovecii
66 Plasmodium falciparum	67 Plasmodium vivax	68 Plasmodium ovale	69 Plasmodium malariae	70 Toxoplasma gondii	86 Cimex lectularius	87 Tunga penetrans	88 Pulex irritans	89 Ixodes ricinus	90 Amblyomma americanum	96 Toxococcus cruzi	97 Macracanthorhynchus hirudinaceus	98 Linguatula serrata	99 Thelazia callipaeda	100 Dracunculus insignis
71 Trypanosoma brucei	72 Trypanosoma cruzi	73 Leishmania donovani	74 Leishmania braziliensis	75 Naegleria fowleri										
76 Acanthamoeba spp.	77 Cyclospora cayentanensis	78 Cystospora belli	79 Microsporidia spp.	80 Trichomonas vaginalis										

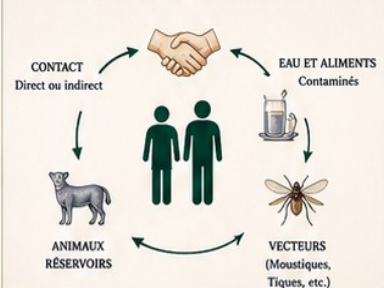
LE SAVIEZ-VOUS ?

- Plus de 1,5 milliard de personnes sont touchées par au moins une maladie parasitaire.
- Les parasites peuvent affecter tous les systèmes de l'organisme : intestinal, sanguin, hépatique, cutané, neurologique...
- Certains parasites vivent plusieurs dizaines d'années dans leur hôte.
- L'hygiène, l'eau potable, la cuisson des aliments et la prévention sont essentielles.

OÙ SE CACHENT LES PARASITES ?



CYCLES DE TRANSMISSION



SYMPTÔMES FRÉQUENTS



MOYENS DE PRÉVENTION



REMARQUE IMPORTANTE

Cette affiche est un outil d'information et d'éducation. Seul un professionnel de santé est habilité à poser un diagnostic et à prescrire un traitement adapté.

CONNAÎTRE LEUR NATURE, LEUR CYCLE ET LEUR MODE DE TRANSMISSION
EST LE MEILLEUR MOYEN DE SE PROTÉGER.

L'ALIMENTATION : NOURRIR L'HÔTE PLUTÔT QUE LE PARASITE

Ce que nous mangeons chaque jour influence directement notre digestion, notre microbiote intestinal, notre immunité et notre niveau d'inflammation. Une alimentation variée, naturelle et riche en nutriments essentiels crée un terrain favorable à notre organisme et moins propice aux déséquilibres qui peuvent favoriser les infections parasitaires.



UNE ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE, UN ALLIÉ QUOTIDIEN

Elle contribue à :

- ✓ renforcer la barrière intestinale
- ✓ nourrir les bonnes bactéries
- ✓ soutenir le système immunitaire
- ✓ limiter l'inflammation chronique
- ✓ apporter les micronutriments essentiels à nos fonctions vitales



FIBRES ALIMENTAIRES

Les fibres, présentes dans les légumes, fruits, légumineuses, céréales complètes et oléagineux, nourrissent les bactéries bénéfiques du microbiote. Leur fermentation produit des acides gras à chaîne courte (butyrate, propionate, acétate) essentiels pour la santé de la muqueuse intestinale et la régulation de l'immunité.

Sources :

Légumes verts, fruits entiers, légumineuses, avoine, orge, quinoa, graines de lin, chia, noix.



POLYPHÉNOLS

Les polyphénols, abondants dans les fruits, légumes colorés, thé vert, cacao, baies et certaines épices, possèdent des propriétés antioxydantes et anti-inflammatoires. Ils peuvent aussi moduler le microbiote et soutenir les défenses naturelles.

Sources :

Baies, raisin, agrumes, thé vert, cacao cru, huile d'olive vierge, curcuma, romarin, origan.



ALIMENTS FERMENTÉS

Riches en micro-organismes vivants et en composés bioactifs, les aliments fermentés contribuent à diversifier le microbiote et à améliorer la digestion.

Sources :

Yaourt nature, kéfir, choucroute crue, kimchi, miso, tempeh, kombucha.



PROTÉINES DE QUALITÉ

Les protéines sont indispensables à la réparation des tissus, à la production d'enzymes et d'anticorps. Privilégier des protéines de qualité, variées et adaptées aux besoins individuels permet de soutenir la masse musculaire et le système immunitaire.

Sources :

Poissons, œufs, volailles, légumineuses, tofu, tempeh, produits laitiers de qualité, viandes maigres.



RÉDUCTION DES ALIMENTS ULTRA-TRANSFORMÉS

Les aliments ultra-transformés (riches en sucres ajoutés, graisses de mauvaise qualité, additifs et sel) sont associés à une diminution de la diversité du microbiote et à une augmentation de l'inflammation chronique.

À limiter :

Boissons sucrées, snacks industriels, plats préparés, charcuteries, pâtisseries, céréales raffinées.



HYDRATATION

L'eau est essentielle au bon fonctionnement de toutes les fonctions de l'organisme, à la digestion, au transit et à l'élimination des toxines.

Recommandation générale :

1,5 à 2 litres d'eau par jour, à adapter selon l'âge, l'activité physique, le climat et l'état de santé.



LE RÔLE DES ÉPICES

De nombreuses épices possèdent des propriétés anti-inflammatoires, antioxydantes et antimicrobiennes qui peuvent soutenir la digestion et la santé intestinale.

Exemples utiles :

Curcuma, gingembre, ail, cannelle, clou de girofle, cumin, coriandre, thym, origan.



À RETENIR

Aucun aliment ne « tue » les parasites à lui seul, mais une alimentation équilibrée soutient les défenses naturelles et la santé digestive.

- Privilégier les aliments frais, variés et peu transformés.
- Nourrir son microbiote avec des fibres et des aliments fermentés.
- Apporter les nutriments essentiels à une immunité efficace.
- Boire suffisamment et utiliser les épices au quotidien.



Une bonne alimentation ne remplace pas un traitement antiparasitaire si nécessaire, mais elle crée un terrain plus résilient et favorable au rétablissement.



CHAPITRE 8

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Mettre l'organisme en mouvement pour mieux se défendre

Bouger régulièrement renforce le corps, soutient le système immunitaire, améliore le microbiote, réduit l'inflammation et favorise le bien-être. L'activité physique n'est pas un traitement contre les parasites, mais elle contribue à maintenir un terrain sain et résilient.



LES BÉNÉFICES D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE



SYSTÈME IMMUNITAIRE
Meilleure circulation des cellules immunitaires et réponse immunitaire plus efficace.



MICROBIOTE INTESTINAL
Favorise la diversité des bonnes bactéries et la production d'acides gras à chaîne courte.



INFLAMMATION
Diminue les marqueurs inflammatoires chroniques de faible intensité.



CŒUR & MÉTABOLISME
Améliore l'endurance, la tension artérielle, la sensibilité à l'insuline et l'équilibre métabolique.



BIEN-ÊTRE & SOMMEIL
Réduit le stress, améliore l'humeur, la qualité du sommeil et la santé mentale.



SANTÉ DIGESTIVE
Stimule le transit, réduit la constipation et favorise une meilleure digestion.

DES ACTIVITÉS ACCESSIBLES ET BÉNÉFIQUES POUR TOUS

MARCHE

- Simple, naturelle et accessible à tous
- Améliore l'endurance et la santé cardiovasculaire
- Aide à réguler le poids et le stress



Objectif : 30 minutes par jour à intensité modérée (marche rapide).

VÉLO

- Renforce le cœur et les muscles
- Améliore l'endurance respiratoire
- Préserve les articulations (faible impact)



Objectif : 2 à 3 séances par semaine de 30 à 60 minutes selon l'intensité.

NATATION

- Travaille tout le corps en douceur
- Améliore la capacité cardio-respiratoire
- Idéale pour les personnes souffrant de douleurs



Objectif : 1 à 2 séances par semaine, 30 à 45 minutes de nage continue.

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

- Augmente la force et la masse musculaire
- Renforce les os et prévient l'ostéoporose
- Améliore l'équilibre et la posture



Objectif : 2 séances par semaine (exercices au poids du corps ou avec charges modérées).

TROUVER LE BON ÉQUILIBRE

L'activité physique doit être régulière, modérée et adaptée à votre condition physique.

Trop d'intensité sans récupération peut entraîner :

- fatigue excessive
- blessures
- baisse temporaire des défenses immunitaires
- risque de surentraînement



Progressivité, écoute du corps et récupération sont essentielles.

RECOMMANDATIONS DE L'OMS

Pour les adultes (18-64 ans) :

150 à 300 minutes d'activité physique d'intensité modérée par semaine (ex: marche rapide, vélo tranquille, natation).

OU

75 à 150 minutes d'activité soutenue par semaine (ex: course, vélo rapide) OU une combinaison des deux.

RENFORCEMENT MUSCULAIRE
Au moins 2 fois par semaine.

RÉDUIRE LA SÉDENTARITÉ
Limiter le temps passé assis.

BOUGER, C'EST AUSSI BON POUR LE MORAL !

L'activité physique stimule la production de :

- endorphines (bien-être)
- dopamine (motivation)
- sérotonine (humeur et sommeil)

Elle aide à :

- réduire le stress et l'anxiété
- améliorer la confiance en soi
- favoriser une meilleure qualité de sommeil



DES IDÉES SIMPLES POUR BOUGER PLUS AU QUOTIDIEN



Prendre les escaliers



Marcher lors des trajets courts



Aller au travail à vélo



Jardiner



S'étirer régulièrement



Promener son chien



Danser, nager, faire ce qui vous plaît !

LE SAVIEZ-VOUS ?

Les muscles libèrent des myokines pendant l'effort. Ces molécules agissent sur de nombreux organes, dont le cerveau, le foie, les os, le tissu adipeux et le système immunitaire.



À RETENIR

- ✓ Bouger régulièrement soutient l'immunité, le microbiote et l'équilibre inflammatoire.
- ✓ L'activité physique améliore la santé physique, mentale et digestive.
- ✓ La régularité est plus importante que l'intensité.
- ✓ Adaptez l'activité à vos capacités et écoutez votre corps.



Quelques minutes de mouvement chaque jour sont un investissement précieux pour votre santé à long terme !



LES MINÉRAUX INDISPENSABLES

Les fondations invisibles de votre santé

Les minéraux sont essentiels au bon fonctionnement de l'organisme. Ils soutiennent l'immunité, la production d'énergie, la protection des cellules et de nombreuses fonctions vitales.

Une alimentation variée est la meilleure façon d'en couvrir les besoins.

ZINC



Le chef d'orchestre de l'immunité

RÔLES PRINCIPAUX

- Soutient le système immunitaire
- Favorise la cicatrisation
- Participe à la synthèse de l'ADN et à la division cellulaire
- Protège contre le stress oxydatif

SOURCES ALIMENTAIRES

Huitres, fruits de mer, viande, foie, graines de courge, noix, légumineuses.



SIGNES DE CARENCE

- Fatigue
- Infections à répétition
- Cicatrisation lente
- Perte d'appétit
- Chute de cheveux

SÉLÉNIUM



Le protecteur antioxydant

RÔLES PRINCIPAUX

- Protège les cellules contre les radicaux libres
- Soutient le système immunitaire
- Participe au métabolisme de la thyroïde

SOURCES ALIMENTAIRES

Noix du Brésil, poissons, fruits de mer, œufs, volailles, céréales complètes.



SIGNES DE CARENCE

- Fatigue
- Faiblesse musculaire
- Dégradation des ongles et des cheveux
- Sensibilité accrue aux infections

MAGNÉSIUM



Le minéral de l'équilibre

RÔLES PRINCIPAUX

- Participe à la production d'énergie
- Contribue au fonctionnement musculaire et nerveux
- Favorise la synthèse des protéines
- Aide à maintenir une fonction psychologique normale
- Soutient le système immunitaire

SOURCES ALIMENTAIRES

Amandes, noix, cacao, légumes verts, céréales complètes, légumineuses.



SIGNES DE CARENCE

- Fatigue, irritabilité
- Crampes, spasmes
- Troubles du sommeil
- Stress, anxiété
- Sensibilité au stress

FER



Indispensable au transport de l'oxygène

RÔLES PRINCIPAUX

- Formation de l'hémoglobine et transport de l'oxygène
- Soutient le système immunitaire
- Participe au métabolisme énergétique
- Contribue aux fonctions cognitives

SOURCES ALIMENTAIRES

Viande rouge, foie, boudin noir, poissons, lentilles, haricots secs, épinards.



SIGNES DE CARENCE

- Fatigue, essoufflement
- Pâleur
- Baisse de concentration
- Chute de cheveux
- Ongles fragiles

CUIVRE



Un partenaire discret mais essentiel

RÔLES PRINCIPAUX

- Participe à la production d'énergie
- Favorise la formation du collagène
- Intervient dans le métabolisme du fer
- Contribue aux défenses antioxydantes

SOURCES ALIMENTAIRES

Foie, fruits de mer, cacao, noix, graines, légumineuses.



SIGNES DE CARENCE

- Fatigue
- Anémie
- Faiblesse osseuse
- Troubles neurologiques (rares)

LES MINÉRAUX TRAVAILLENT EN ÉQUIPE

- La vitamine C améliore l'absorption du fer d'origine végétale.
- Un excès de zinc peut diminuer l'absorption du cuivre.
- Le calcium, le magnésium et le phosphore participent ensemble à la santé osseuse.
- L'équilibre est la clé d'un bon fonctionnement de l'organisme.

QUI EST LE PLUS À RISQUE DE CARENCE ?

- Personnes âgées
- Femmes enceintes
- Sportifs d'endurance
- Maladies digestives chroniques
- Alimentation restrictive
- Infections ou parasitoses intestinales

COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES : PRUDENCE ET PERSONNALISATION

- ✓ Utiles en cas de carence confirmée ou sur avis médical.
- ✓ Un excès peut être toxique : fer, sélénium, zinc, cuivre...
- ✓ Ne jamais se supplémenter de façon systématique ou prolongée sans suivi.

CE QUE DIT LA SCIENCE



Les minéraux jouent un rôle essentiel dans le système immunitaire, le métabolisme cellulaire et la protection antioxydante.

Cependant, leurs bénéfices dépendent avant tout de la correction d'une éventuelle carence.

Aucune preuve ne montre qu'une supplémentation à fortes doses améliore la santé chez une personne bien pourvue en minéraux.

À RETENIR

- ✓ Les minéraux soutiennent les fonctions vitales de l'organisme.
- ✓ Le zinc, le sélénium, le magnésium, le fer et le cuivre sont essentiels à l'immunité, à l'énergie et à la protection cellulaire.
- ✓ Une alimentation variée est la meilleure source de minéraux.
- ✓ Corriger une carence renforce l'organisme, mais ne remplace jamais un traitement antiparasitaire lorsque celui-ci est nécessaire.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Une carence en zinc peut diminuer jusqu'à 50 % la réponse immunitaire à certaines infections.

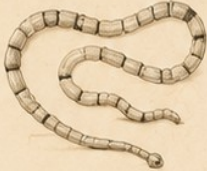
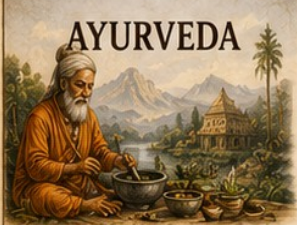
De même, le magnésium intervient dans plus de 300 réactions enzymatiques indispensables à la vie !



Des apports équilibrés en minéraux contribuent à un terrain sain et résilient. L'équilibre, la diversité et la modération restent vos meilleurs alliés.

TABLEAU COMPARATIF FINAL

DES GRANDES TRADITIONS CONTRE LES PARASITES

CIVILISATION	PRODUIT EMBLÉMATIQUE	PARASITES CIBLÉS	ILLUSTRATION
ÉGYPTE 	GRENADE 	TÉNIAS 	Utilisée dans l'Antiquité pour expulser les vers intestinaux, notamment les ténias. 
GRÈCE 	ABSINTHE 	VERS INTESTINAUX 	Plante amère utilisée pour purifier l'intestin et éliminer les vers. 
CHINE 	NOIX D'AREC 	NÉMATODES 	Noix traditionnellement utilisée pour éliminer les nématodes du tube digestif. 
AYURVEDA 	VIDANGA 	HELMINTHES 	Graines reconnues depuis des millénaires pour leur efficacité contre différents helminthes. 
EUROPE MÉDIÉVALE 	FOUGÈRE MÂLE 	TÉNIAS 	Utilisée pendant des siècles pour expulser les ténias intestinaux. 
AMÉRIQUE DU SUD 	PAICO 	VERS INTESTINAUX 	Plante emblématique des médecines traditionnelles utilisée contre les vers intestinaux. 



À travers les millénaires et les continents, les civilisations ont développé des remèdes d'origine naturelle pour lutter contre les parasites. Ces savoirs ancestraux continuent d'inspirer la recherche moderne et témoignent de la richesse du patrimoine médicinaux mondial.





LE GRAND BRÉVIAIRE DES PARASITES HUMAINS
Identification - Symptômes - Diagnostic
Prévention - Traitements - Histoire
Terrain - Atlas illustré

LE SAVOIR EST VOTRE MEILLEURE PROTECTION

-  Les parasites font partie de l'histoire de l'humanité. Depuis les civilisations anciennes jusqu'à aujourd'hui, ils accompagnent l'homme dans son environnement.
-  Les connaître ne signifie pas vivre dans la peur. La connaissance permet d'aborder ce sujet avec lucidité, sans alarmisme.
-  Cela signifie mieux comprendre leur biologie, leurs modes de transmission, les moyens de prévention et les options diagnostiques et thérapeutiques reconnues. Une approche documentée, scientifique et pratique pour prendre les bonnes décisions.
-  C'est précisément l'ambition de ce livre. Vous offrir une encyclopédie complète, illustrée et accessible, pour mieux comprendre, mieux prévenir et mieux agir.

 LA CONNAISSANCE AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ ET DE CELLE DE VOS PROCHES.

CONNAÎTRE
COMPRENDRE
AGIR
SE PROTÉGER

PRÉVENTION
HYGIÈNE
ÉQUILIBRE DU TERRAIN



LE GRAND BRÉVIAIRE DES PARASITES HUMAINS
Identification - Symptômes - Diagnostic
Prévention - Traitements - Histoire
Terrain - Atlas illustré

OUI, JE VEUX DÉCOUVRIR LE GRAND BRÉVIAIRE DES PARASITES HUMAINS

