

## COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES ET MÉDICAMENTS - Tableau 3

---

*La méthode originale RPAH/FAILSAFE demande de trouver des remplacements pour certains médicaments qui interfèrent avec le mécanisme allergique des canaris et des personnes à la biochimie « déviante ». Il faudra ici, bien entendu, la collaboration de votre médecin. On prendra aussi en compte une caractéristique très particulière des victimes de sensibilités chimiques multiples (candidose en tête) : malgré leurs nombreuses carences, il est inutile, si pas dangereux, d'utiliser des compléments alimentaires, même bio, même réputés anodins, car ces sujets sont souvent multiréactifs à certains composés.*

**MÉDICAMENTS.** comme les suivants:

- ◆ l'aspirine<sup>\*1</sup>,
- ◆ les AINS<sup>\*2</sup>,
- ◆ les MAOIs<sup>\*3</sup>,
- ◆ les ISRS<sup>\*4</sup>,
- ◆ les benzodiazépines et les barbituriques
- ◆ les lotions contre l'acné,
- ◆ les antivergues,
- ◆ les crèmes mentholées,
- ◆ les sirops pour la toux aromatisés et colorés
- ◆ et les coxibs<sup>\*5</sup>.

Pour les enfants, il est utile de vérifier les ingrédients des vitamines et médicaments. L'aspartame y est trop souvent utilisé, alors qu'il est formellement déconseillé comme neurotoxique pour les canaris

---

<sup>\*1</sup> acide salicylique, cela semble évident; remplacez par du paracétamol (pour les maux de tête).

<sup>\*2</sup> AINS: Anti inflammatoires Non Stéroïdiens

<sup>\*3</sup> MAOIs: Monoamine Oxydase Inhibitor (antidépresseurs)

<sup>\*4</sup> ISRS: inhibiteurs sélectifs de recapture de la sérotonine (antidépresseurs)

<sup>\*5</sup> Coxibs: inhibiteurs de COX-2 (anti-inflammatoires)

COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES. Bien que les équipes RPAH/FAILSAFE n'aient pas de liste précise à ce sujet, mon expérience des personnes fragiles ou canaris me dicte qu'il faudrait les mettre tous de côté, le temps de la remise sur pied. Il faut en tout cas absolument éviter pour l'instant la levure de bière, les jus d'herbe frais ou en gélules (Green Magma, etc. – salicylates), les gélules d'huiles de poisson (amines) et les compléments intervenant dans les voies du soufre. .

Tant que vous êtes fragile et sauf insistance particulière du thérapeute, évitez les protocoles de chélation de métaux lourds à base de DMSA, DMPS, etc (impact sur la sulfation).

*Pour faire simple, évitez tous les compléments. le temps de voir plus clair.*

**À l'intention des praticiens spécialistes des canaris : une liste plus détaillée est accessible en anglais via le site FAILSAFE ou dans le livre de Sue Dengate, cité page 81.**