

# MSM

*Le méthyl-sulfonyl-méthane (MSM) régule les processus inflammatoires, soulage les allergies et aide à maintenir le tractus gastro-intestinal et la peau en bonne santé.*

### Principes de base

Le méthyl-sulfonyl-méthane (MSM) est un soufre naturel lié organiquement. On le trouve en petites concentrations dans les fluides et les tissus du corps humain. Le MSM est exceptionnellement biodisponible et constitue un composant essentiel de l'alimentation. Le soufre est un élément de base essentiel des enzymes et des immunoglobulines; il est également important pour maintenir la formation et l'équilibre nutritif du tissu conjonctif, des cheveux et des ongles.

Le MSM contribue à réguler les processus inflammatoires et permet à l'organisme de remplacer les cellules et les structures tissulaires détruites. Ces propriétés permettent aux MSM d'être utiles pour soulager les petites affections causées par l'inflammation des articulations, des tendons, des bourses synoviales, des disques intervertébraux et également dans de nombreux autres processus du système musculaire et locomoteur. Chez les athlètes, le MSM aide à prévenir les raideurs et les sensations désagréables causées par un effort excessif des muscles, des ligaments et des articulations.

Le MSM est également considéré comme un agent antiallergique important; il occupe les récepteurs des muqueuses de sorte que les allergènes ne peuvent plus attaquer.

Le MSM intervient également dans de nombreux cas de problèmes gastro-intestinaux tels que la diarrhée, la constipation et l'acidification, ainsi que contre de nombreux parasites. Le MSM se trouve dans de nombreux aliments, notamment le lait, la viande et le poisson, mais il est détruit par le chauffage, le séchage et d'autres méthodes de traitement modernes. Pour les personnes qui ne se font pas un devoir de consommer du lait et des aliments non traités, la supplémentation en MSM est logique.

### Effets

On sait depuis des siècles que les sources médicinales riches en soufre peuvent soulager de nombreux problèmes de santé. Les composés du soufre sont également utilisés depuis de nombreuses années comme antibiotiques (sulfamides) pour combattre les infections bactériennes.

Le corps humain absorbe les MSM par la consommation de légumes, de fruits, de viande et de fruits de mer frais. Le lait de vache frais est particulièrement riche en MSM. Malheureusement, les MSM sont très facilement détruits dans la nourriture. De plus, à cause des techniques agricoles modernes, la teneur en MSM dans les plantes diminue continuellement.

Robert Herschler, un des principaux chercheurs sur les MSM, l'exprime ainsi: «Les MSM peuvent être détruits si facilement que pour garantir une consommation optimale via l'alimentation, le poisson, la viande et les légumes devraient être consommés crus et non lavés».

### Usages

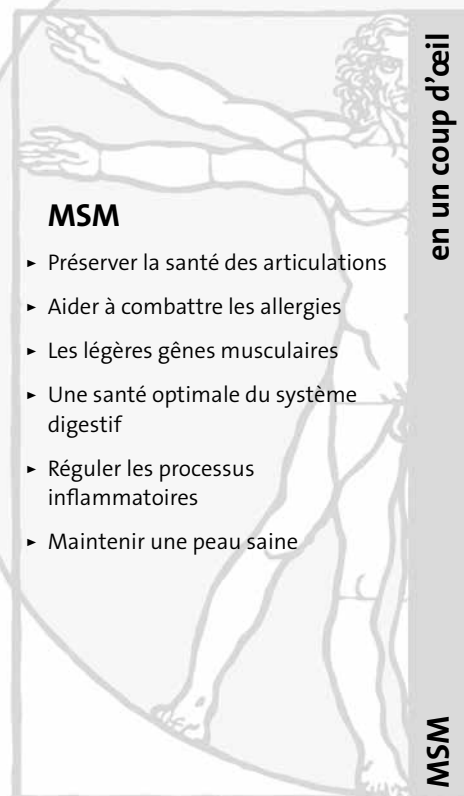
#### Brûlures d'estomac / constipation :

Contrairement à la plupart des autres médicaments, le MSM aide à équilibrer la valeur du pH de l'organisme sans aucun effet secondaire. Le MSM est utile en cas de constipation, car il favorise une fonction intestinale saine. Même ceux qui ne souffrent pas de problèmes digestifs peuvent prendre quotidiennement du MSM comme complément alimentaire pour équilibrer la valeur du pH de tout l'organisme.

**Allergies :** Les MSM se sont révélés efficaces pour apaiser les allergies de toutes sortes. Il s'est avéré aussi efficace que les préparations

antihistaminiques habituelles, mais sans effets secondaires. Les participants à l'étude ont signalé une nette amélioration et même la disparition complète des symptômes allergiques. Beaucoup ont pu réduire la quantité d'agents antiallergiques qu'ils prenaient en prenant simplement en plus des MSM.

**Santé des articulations :** Lorsque la santé des articulations se détériore, les traitements habituels que l'on choisit sont les médicaments antidouleur et anti-inflammatoires, qui ont souvent des effets secondaires désagréables. Dans plusieurs études, les effets du MSM ont rivalisé avec ceux de certains médicaments disponibles sur le marché, et il a été bien toléré.



### MSM

- ▶ Préserver la santé des articulations
- ▶ Aider à combattre les allergies
- ▶ Les légères gênes musculaires
- ▶ Une santé optimale du système digestif
- ▶ Réguler les processus inflammatoires
- ▶ Maintenir une peau saine

**Malaises articulaires liés à l'auto-immunité:** 40% des personnes de plus de 65 ans souffrent de douleurs articulaires liées à l'auto-immunité. Dans ces cas, le MSM peut contribuer à prévenir les œdèmes et les réactions inflammatoires, à apaiser les petits malaises et à soulager les sensations de raideur.

**Croissance des cellules saines:** Dans une étude sur les animaux, il a été démontré que le MSM empêche la propagation systématique d'une mauvaise croissance cellulaire au niveau des seins et de l'intestin sans aucun effet secondaire toxique. En ce qui concerne la médecine humaine, cela signifie que l'administration de MSM – en particulier en relation avec d'autres thérapies allopathiques traditionnelles – pourrait aider à protéger contre, ou au moins à retarder, la propagation d'une mauvaise croissance cellulaire dans l'organisme en général.

**Santé du système pulmonaire/respiratoire:** Des études ont montré que le MSM contribue à la santé du système respiratoire chez les personnes souffrant de divers types de problèmes liés aux poumons. Le MSM, en combinaison avec des exercices spécifiques et un régime alimentaire, a montré des bénéfices positifs dans les cas de bronchite, d'essoufflement et de «toux de fumeur».

**Santé du système immunitaire:** Certains problèmes de santé qui surviennent lorsque le système immunitaire du corps ne fonctionne pas correctement peuvent provoquer des symptômes tels que fièvre, fatigue, gêne articulaire et éruptions cutanées désagréables. Le cœur, les poumons, les reins, le tractus gastro-intestinal et le cerveau peuvent également être impliqués, parfois avec des conséquences mortelles. Dans une étude animale, les MSM ont réduit le taux

de mortalité de 75 à 100%. Des études respectives avec des humains sont actuellement en cours.

D'autres affections liées au système immunitaire peuvent entraîner une dureté et une rigidité anormales de la peau et des tissus conjonctifs. Au pire, il peut en résulter une immobilité des doigts, du visage ou d'autres parties du corps. Des études ont montré que le MSM (sous forme de crème) peut aider à améliorer l'élasticité et la souplesse des tissus, améliorant ainsi la qualité de vie des patients.

**Légère gêne musculaire:** Dans les cas de gêne musculaire mineure ou de santé musculaire squelettique compromise, les MSM ont pu apporter une amélioration significative. Lorsque la vitamine C était administrée en même temps que le MSM, le traitement agissait plus rapidement et était également plus efficace. Le MSM est souvent utilisé par les athlètes et dans la médecine du sport. On a constaté qu'il soulage les muscles trop sollicités, les crampes, les blessures et le surmenage. La phase de convalescence est réduite et les blessures sont résolues dans un délai plus court.

**Parasites:** Les champignons cutanés et le pied d'athlète peuvent être traités avec succès grâce au MSM. Le MSM est également efficace dans les cas de giardiase (une affection causée par des flagellés intestinaux), de trichines et de verminose.

**Peau, cheveux et ongles:** Le MSM favorise l'élasticité de la peau et du tissu conjonctif. Le MSM peut également être bénéfique pour l'acné, les brûlures et les modifications de la peau, liées à l'âge. Le MSM peut également améliorer l'apparence et la texture du tissu cicatriciel excessif.

## Composition

Une gélule contient 500 mg de méthylsulfonyl-méthane de qualité pharmaceutique.

Autres ingrédients: farine de riz.

## Posologie

En tant que complément alimentaire les médecins recommandent une dose journalière de 500 mg.

A des fins thérapeutiques la posologie est fonction de l'état de santé respectif ainsi que de la fonction immunitaire. Aussi le poids corporel peut y entrer en jeu. Votre médecin vous administrera la dose adaptée à vos besoins.

## Instructions

Les compléments alimentaires ne remplacent pas une alimentation équilibrée et variée et une bonne hygiène de vie. L'apport quotidien recommandé ne doit pas être dépassé. Les personnes sous surveillance médicale constante doivent consulter un médecin avant de la prise. Les informations sur les produits ne constituent pas une déclaration de guérison ; en général, nous déconseillons l'automédication sans consulter un médecin. Sous réserve d'erreurs ainsi que d'erreurs d'impression et de composition.

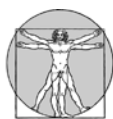
Garder dans un lieu frais et sec, hors de portée des enfants.

### Groupes de produits MSM

MSM se trouve dans les groupes de produits suivants ([www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com)):

-  Os & Articulations
-  Peau & Cheveux
-  Estomac & Intestin
-  Douleurs & Inflammations

Fabricant:



**VitaBasix**<sup>®</sup>

by LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [france@vitabasix.com](mailto:france@vitabasix.com)  
Tel.: 00800-7030-7040 | Fax: 00800-1570 1590

### Remarques importantes:

Nos produits sont fabriqués selon le standard des bonnes pratiques de fabrication. La qualité, la pureté et la concentration sont régulièrement contrôlées par des laboratoires indépendants compétents, conformément aux directives de la FDA (Food and Drug Administration, États-Unis).

Nos produits sont conçus en tant que mesure préventive et pour l'amélioration du bien-être général. Pour une utilisation curative, nous vous recommandons expressément de consulter d'abord votre médecin.

Sous réserve de modifications et de fautes d'impression. Version: VBX1-21