

Galets de Soufre



Le soufre

Le soufre est un minéral très important dans l'organisme, 3ème minéral le plus abondant dans le corps après le calcium et le phosphore.

On le trouve principalement au niveau des muscles, de la peau et des os.

Il est un des constituants des protéines et au vue de ses nombreux rôles dans le corps, il est un minéral d'importance majeure.

il sert à synthétiser deux acides aminés essentiels : la méthionine et la cystéine.

Il soulage nos voies respiratoires, nos articulations, mais aussi les peaux acnéïques, il est une grande aide contre :

- La fatigue
- Le stress
- Les douleurs

Mais on dit aussi qu'un apport en soufre apporterait :

- des améliorations sur la peau,
- l'hypertension,
- le cholestérol,
- le diabète,
- une protection des plus intéressante sur les infections (serait-ce pour cela que les légumes d'hivers en sont les plus fournis ?),
- maladies digestives,
- inflammation de diverticules,
- maladie de Crohn,
- parasites, dépression,
- recoloration des cheveux gris,
- glaucomes,
- gencives,
- migraines,
- régénération du foie après hépatite C...

Ce que nous savons, c'est que les acides aminés riches en soufre sont des constituants essentiels de la peau, des poils et des ongles.

Le tissu conjonctif, le cartilage est riche en dérivés sulfurés, le soufre qui y est fixé sert à leur synthèse.

La respiration tissulaire :

Le glutathion renfermant de la cystéine est un transporteur d'hydrogène, il agit ainsi :

- sur la régulation des sécrétions des muqueuses respiratoires,
- rhinopharyngées et bronchiques.
- sur les mécanismes de détoxication du foie.
- sur les migraines d'origine digestives, par l'intermédiaire de la taurine.

Utilisé depuis le moyen âge comme médicament, les eaux thermales de Luchon et Uriage en sont riches et très appréciées des curistes.

On le trouve dans :

- les oignons,
- l'ail,

- la ciboulette,
- l'échalote,
- les radis noirs,
- la viande,
- les oeufs
- et les fruits de mer.

Je vous invite à cliquer sur ce lien des plus intéressant sur le moyen de prendre du soufre par voie interne avec l'Huile de Haarlem que j'utilise depuis fort longtemps maintenant et régulièrement.

<http://www.yvescassard.com/Soufre.html>

Je pense que vous allez être surpris(es) des vertus de ce minéral si mal connu, la réputation sulfureuse qu'on lui attribue en est, je pense, la raison.

Encore plus simple, le galet de soufre, pour les douleurs articulaires, migraines, toux et autres, il suffit de le passer sur la peau, la zone, concernée.

Pour les toux et problèmes respiratoires, sur le torse, dans le dos, la poitrine, etc, etc...

Vous trouverez sur le net mille façons de faire, mais attention aussi n'importe quoi !

Donc on s'assure que c'est un galet de soufre **ENTIÈREMENT NATUREL** avant tout !

Il ne doit pas être friable (c'est son défaut) ni chimique évidemment.

Où en trouver ? Sur le net j'en suis sûr, son prix est très abordable alors attention aux abus, peut-être chez votre marchand de pierres et parfois boutiques bio.

Puis on n'hésite pas à l'utiliser en massage, posé sur la table de nuit, l'odeur fera son travail aussi, puis au plus près de soi.

Par voie interne je ne conseillerai que l'huile d'Haarlem aujourd'hui je n'ai pas trouvé mieux, vous la trouverez partout dans les boutiques bio, parapharmacie, etc, etc....

Bien à vous dans la joie du partage.

Corinne Lebrat