

Critère nr 5. Un encombrement toxique supérieur à la normale

Les victimes d'épuisement manifestent un encombrement toxique supérieur à la normale, qui peut être dû à une « perte de tolérance toxique » suite à des chocs répétés, selon le principe du tableau de Selye. Un petit choc de temps en temps : passe encore, c'est la vie. Le même petit choc réitéré tous les jours : voilà qui peut faire baisser le seuil de tolérance. L'illustration la plus documentée se trouve chez les vétérans de la Guerre du Golfe de 1991. De cinquante mille à cent mille des sept cent mille soldats stationnés dans le Golfe en sont revenus victimes d'une forme d'épuisement chronique (le syndrome de la Guerre du Golfe) : hypersensibilités chimiques doublées d'hypersensibilité à la lumière, délires organiques divers (nerveux, digestif, endocrinien, etc.) et bien sûr fatigue permanente; douleurs articulaires et musculaires, problèmes cutanés, maux de gorge, engourdissement, problèmes respiratoires, troubles du sommeil. Ces soldats avaient été exposés à une quantité anormalement élevée de polluants (dans un court laps de temps). On leur avait administré un médicament préventif appelé bromure de pyridostigmine, ainsi que de nombreux vaccins et des médicaments protecteurs contre les gaz à action nerveuse. Des insecticides avaient été dispersés sur des zones où les soldats étaient stationnés, soldats soumis simultanément à de hautes doses de microondes. Si l'on ajoute le fait que ces jeunes « gladiateurs d'opérette » ont été lancés dans le stress d'une action violente sans vraie préparation autre que des simulations vidéo, et qu'ils ont probablement surmonté leurs terreurs par la prise de drogues comme au Vietnam, on peut comprendre que l'organisme a déclaré faillite. Quel cocktail de tous nos agents stressants, n'est-ce pas ? Le même phénomène s'est avéré en Bosnie en 1994-1995 (le syndrome des Balkans).

Chez les épuisés chroniques, les organes ayant lâché les uns après les autres, le corps ne dispose plus des manettes de détox' habituelles. Phénomène qui expliquerait qu'ils sont souvent intoxiqués aux métaux lourds (p. 73). Quelle tentation de se laisser entraîner alors à pratiquer une cure détox'... ou même un jeûne. C'est pourtant absurde, puisque le corps n'est plus en état de détoxifier avec les outils classiques. Les techniques douces suggérées ici et dans le topo profane tiennent compte de ce frein.

INFOGRAPHIE. INEGAUX EN DETOX'

Une infographie résume en une page ce difficile sujet des voies de détox. En couleur et haute définition, elle peut être téléchargée à l'adresse taty.be/vieille/inegauxendetox.html.



La détox', ce mot à la mode, est galvaudé. Mais dans les cas d'épuisement, il faut prendre en compte les marécages intérieurs et la nécessaire détox'. Je diffère de mes camarades naturo dans la mesure où j'affirme que, si dans un organisme bien portant, les mécanismes de détox' sont plus ou moins performants, souvent chez les victimes d'EM/SFC, ces mécanismes sont mis à mal, parfois même tout à fait inopérants. Pages 41-42 du topo profane.