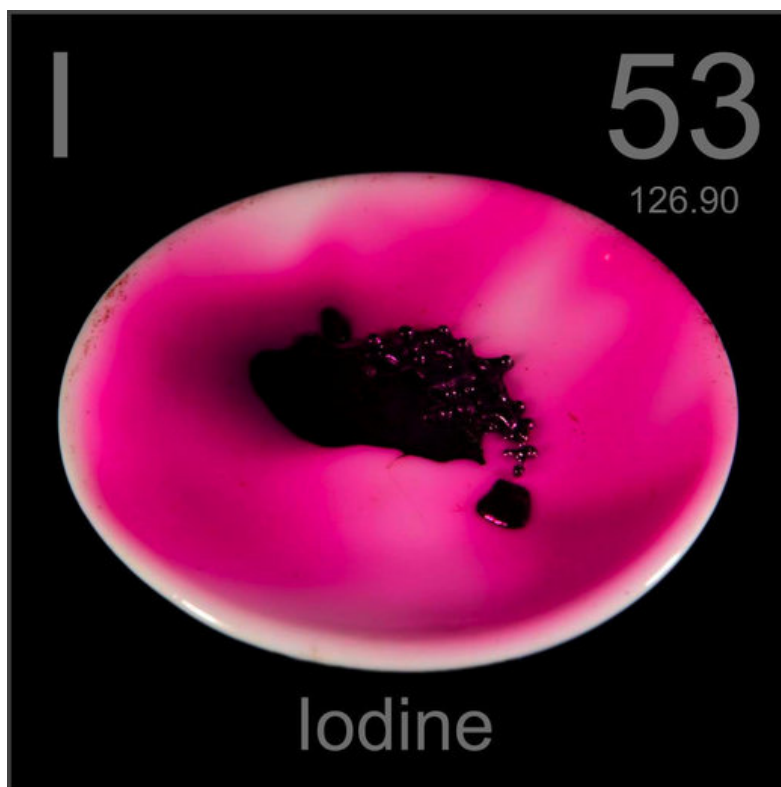


La carence en iode est liée au cancer de la thyroïde et du sein, à la maladie fibrokystique du sein, à l'infertilité, à l'obésité, à un retard mental et à la toxémie halogénure

Laura Power
Allergy and Nutrition Clinic
mer., 30 août 2006 18:35 UTC

Basé sur les recherches de : Guy Abraham, MD, David Brownstein, MD, et Linnette Beck.

Il y a une épidémie de carence en iode dans ce pays — qui affecte chaque homme, femme et enfant — et en particulier les végétariens. Au cours des trente dernières années, notre apport en iode a diminué de 50 % (supprimé de notre approvisionnement alimentaire !), tandis que l'ingestion de toxiques halogènes concurrente (fluor, chlore, brome, perchlorate) a considérablement augmenté dans la nourriture, l'eau, les médicaments et dans l'environnement. [Par exemple : l'iode dans le blé a été remplacé par le brome, le gaz utilisé pour fumiger votre maison contre les termites !]. Simultanément, il y a eu une augmentation des taux de maladie de la thyroïde, du cancer du sein, de maladie fibrokystique, du cancer de la prostate et de l'obésité — de plus un retard du développement et un retard mental chez les enfants ! Pendant ce temps, au Japon, l'apport en iode est jusqu'à 100 fois plus élevé, alors que toutes ces mêmes maladies sont nettement inférieures !



© periodictable.com

Symptômes d'une déficience en iode ou de la thyroïde

Avez-vous un de ces symptômes ? **Ongles cassants, pieds et mains froids, intolérance au froid, dépression, difficulté à avaler, peau sèche, cheveux secs ou perte de cheveux,**

fatigue, taux de cholestérol élevé, enrrouement, infertilité, léthargie, irrégularités menstruelles, ménopause précoce, mauvaise mémoire ou concentration, rythme cardiaque plus lent, douleur de gorge ou gain de poids. Ou des maladies plus graves : **dysfonctionnement de la thyroïde, maladie fibrokystique du sein, cancer du sein, cancer ovarien, cancer de l'endomètre ou cancer de la prostate ?** Votre enfant a-t-il un de ces symptômes ? **Un retard de développement (TDA, TED, TA), un retard mental, ou le syndrome de Down ?** Si cela est le cas, l'insuffisance d'iode ou l'hypothyroïdie pourraient en être la cause.

Symptômes d'excès d'activité de la glande thyroïde

Les symptômes hyperthyroïdiens (niveaux trop élevés) comprennent : pouls rapide, des palpitations cardiaques et la maladie de Graves. La maladie de Graves est une affection auto-immune qui reflète la toxémie, où une substance étrangère se lie aux récepteurs de la TSH, forçant le corps à faire de plus en plus de grandes quantités d'hormones thyroïdiennes. Ce qui pourrait être mortel.

Les 4 fonctions de l'iode

1. Thyroïde, métabolisme et poids

L'iode est la clé d'une thyroïde et d'un métabolisme sains. Il est surtout connu pour être une partie des hormones thyroïdiennes, qui sont utilisées dans chaque cellule de notre corps pour réguler le métabolisme et le poids en contrôlant la combustion des graisses pour l'énergie et la chaleur. Il y a plus de cent ans, on avait démontré que l'iode pouvait prévenir et inverser le goitre (gonflement de la thyroïde) et l'hypothyroïdie. **La carence en iode peut également être impliquée dans les maladies auto-immunes telles que les maladies de Graves et d'Hashimoto : comme les études sur les patients dont le taux d'anticorps antithyroïdiens était plus élevé l'ont démontré.**

Les hormones thyroïdiennes sont nécessaires pour la croissance et le développement de l'enfant.

L'iode contrôle également le métabolisme d'autres manières. Il est important pour les autres glandes endocrines : surrénales, hypophyse, gonades (glandes sexuelles), pancréas, glande pinéale et le thymus. L'iode aide également à la digestion et se concentre dans les glandes salivaires et la muqueuse gastrique. Il a été aussi associé avec : **la production excessive de mucus, la fatigue, les hémorroïdes, les maux de tête, les cicatrices chéloïdes et les migraines.**

Il y a une épidémie d'obésité et de surpoids dans ce pays. Et pas étonnant ! L'iode est essentiel pour le métabolisme et la perte de poids. L'iode se stocke dans les cellules adipeuses. Les toxiques halogènes peuvent également se stocker dans les cellules adipeuses, bloquant la libération de la graisse et la perte de poids. L'hypofonctionnement de la thyroïde a longtemps été associé à un gain de poids modeste. Mais les patients avec de faibles niveaux d'iode EN PLUS de l'accumulation d'halogènes toxiques montrent une tendance inquiétante d'être incapable à perdre du poids au-delà d'un certain plateau. Selon certaines estimations, 50 à 60 % de notre population est maintenant considérée comme obèse. La meilleure thérapie dans la plupart des cas est une brève prise d'iode à haute dose (12,5 mg/jour) en combinaison avec la L-Tyrosine (1000 mg/jour) pour produire plus d'hormones thyroïdiennes. Pour la

désintoxication des autres halogènes, il est également essentiel d'avoir un traitement à la chaleur sèche ou de faire des saunas infrarouges, avec une réduction de calories de 25 % et de l'exercice en abondance.

2. Développement mental vs retard

L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) a associé la carence en iode avec le retard mental, le crétinisme, la mortalité infantile, l'infertilité et le déclin socio-économique -- et plus récemment le retard du développement mental (TDA, TED, TD). L'iode et les hormones thyroïdiennes stimulent le développement du cerveau et des nerfs. C'est pourquoi **il est important pour l'intelligence et la mémoire**. Il a été démontré qu'il pouvait y avoir une différence de 13,5 points dans les tests de QI entre les régions insuffisantes en iode et celles suffisantes en iode. L'iode est crucial pour le développement du cerveau et **se concentre dans le cerveau, le liquide céphalorachidien et l'œil, ainsi que la substantia nigra du cerveau (une région associée à la maladie de Parkinson)**. Des quantités élevées d'iode sont excrétées dans le lait maternel pour aider à développer le cerveau en croissance et le système nerveux d'un bébé. Certains biologistes évolutionnistes croient que **l'iode et le fait de manger des fruits de mer ont joué un rôle important dans le développement du cerveau humain et de l'évolution**.

3. Fertilité

L'Organisation mondiale de la Santé a également associé la carence en iode à l'infertilité. L'iode est plus important pour les femmes, car il est plus fortement concentré dans la thyroïde, les seins et les ovaires. **La carence en iode peut entraîner des irrégularités menstruelles, l'infertilité, la ménopause précoce et les maladies ovariennes**. Mais il est également essentiel pour les hommes, **en particulier pour la prostate**.

4. Un système immunitaire amélioré

L'iode est maintenant connu pour jouer un rôle essentiel dans la fonction immunitaire. Il a une **activité antibactérienne, antiparasitaire, antivirale et anti-cancer puissante**. Pendant des siècles, il a été utilisé par voie topique pour tuer les bactéries. Jusqu'à récemment, il était le premier médicament antiparasitaire (yodoxin ou iododoxin). Il a été démontré que l'absorption d'iode à haute dose peut tuer les cellules cancéreuses du sein et de la thyroïde (induire l'apoptose sélective). Il est également un puissant antioxydant. Plus récemment, la carence en iode a été liée au cancer de la thyroïde, à la maladie fibrokystique du sein, au cancer du sein, au cancer ovarien, au cancer de l'endomètre et au cancer de la prostate. Dans les années soixante, lorsque l'apport en iode était plus élevé (et les halogènes toxiques inférieurs) le risque de cancer du sein était de 1 sur 20, aujourd'hui, il est de 1 sur 8 et en hausse de 1 % par an ! La carence en iode a également été associée à ce qui suit : Lithiase salivaire, des kystes sébacés, et des infections vaginales.

Les causes de carence en iode

Pourquoi les niveaux d'iode sont si bas ?

Selon les données du NHANES, les niveaux d'iode aux États-Unis **ont chuté d'environ 50 % au cours des 30 dernières années**. Pourquoi ? Il y a plusieurs raisons. Selon l'Organisation mondiale de la Santé, environ un tiers de la population mondiale vit dans des régions

déficitaires en iode, ce qui affecte 129 pays. Ceci est dû au fait que l'iode se retrouve en grande quantité dans la mer et les bords de mer, **tandis que la plupart des régions intérieures sont carencées en iode**. Citons d'autres facteurs qui y contribuent : **les régimes faibles en poissons, crustacés ou algues, les régimes végétariens ou végétaliens, la faible disponibilité de l'iode dans le sel, les techniques agricoles pauvres, l'évitement de sel en raison de la crainte de l'hypertension artérielle, l'ingestion d'halogènes toxiques, et l'utilisation de l'iode radioactif dans de nombreuses procédures médicales** (qui est en concurrence avec de l'iode naturel). De plus, les anciennes sources d'iode dans les denrées alimentaires ont été supprimées. Par exemple : l'iodure était utilisé comme conditionneur de pâte dans les produits de boulangerie à partir des années soixante jusqu'aux années quatre-vingt, mais a été remplacé depuis par le bromure (un halogène toxique).

La raison est « L'effet Wolff-Chaikoff », qui a été un désastre pour l'iode. Cette expérience a conduit à une peur de l'iode et l'iode se vit retiré de l'alimentation étasunienne depuis plus de 30 ans ! Ce document a été cité par beaucoup, mais fut compris par peu. Il a été mal interprété et utilisé pour décrire un cas d'hypothyroïdie causée par l'ingestion excessive d'iode. En fait : l'iode radioactif toxique a été injecté par voie intraveineuse. Cela n'a rien à voir avec l'apport alimentaire ou un supplément d'iode. Et l'on ne peut pas expliquer pourquoi la consommation élevée d'iode naturel ne provoque pas le même effet.

Les nouveaux tests en laboratoire sur l'iode

Le laboratoire Doctors Data offre maintenant deux nouveaux tests iode/iodure : TEST 1 : Un test de charge d'iode : un test d'urine de 24 heures après l'ingestion d'iode spécifique. Le test de chargement indique combien vous avez conservé et excrété d'iode. Les personnes en bonne santé ne retiennent que 10 % et excrètent 90 %. Actuellement, la moyenne étasunienne conserve 56 % et excrète seulement 44 % — un signe de graves lacunes. TEST 2 : Un test de charge d'iode qui mesure l'iode ainsi que le fluorure et le bromure.

Thérapies d'iode

De combien d'iode avons-nous besoin ?

Les Français ont été les premiers à utiliser l'iode pour traiter le goitre dans le début des années 1800. Il existe deux formes : l'iode et l'iodure, chacun utilisé par certains tissus dans le corps. La thyroïde utilise principalement de l'iodure. Le Dr Lugol employait 5 % d'iode et 10 % d'iodure de potassium dans l'eau pour augmenter la solubilité. Juste deux gouttes de la solution Lugol fournissent 12,5 mg d'iode/iodure quotidiennement. Ce produit a été largement disponible chez les apothicaires, et était utilisé pour traiter le goitre, les infections et de nombreux autres symptômes.

Les Japonais ont eu un apport en iode élevé depuis des millénaires, principalement dû aux algues et aux fruits de mer. Ils ajoutent aussi de l'iode à leurs œufs à travers l'alimentation des poulets. Leur apport quotidien moyen en iode est de 13,8 mg (environ 100 fois l'Apport Journalier Recommandé É.U.). Ils ont des taux remarquablement plus faibles de cancer du sein, de l'endomètre et ovarien, et des taux significativement plus faibles de maladie fibrinolytique du sein et le cancer de la prostate. Ils ont aussi des taux d'obésité plus bas, et sont connus pour leurs réussites académiques.

Aux États-Unis, depuis le début des années 1800 jusqu'au milieu des années 1900, nous

avons un apport en iode beaucoup plus élevé que nous avons aujourd'hui, en particulier près des côtes. L'Institut National de la Santé a signalé que l'apport d'iode moyen dans les années 60 provenant des produits de boulangerie était de 726 $\mu\text{g}/\text{jour}$. Aujourd'hui, elle est nulle. Cela n'inclut même pas les fruits de mer.

Aujourd'hui, l'AJR pour l'iode aux États-Unis est à seulement 150 $\mu\text{g}/\text{jour}$ (microgrammes, c'est-à-dire 0,15 mg), 220 μg pendant la grossesse, et 290 μg pendant l'allaitement. Ceci est le strict minimum nécessaire pour prévenir le goitre, la stupidité extrême, et l'hypothyroïdie ; mais il ne suffit pas pour fournir les besoins totaux de l'organisme — ni à prévenir les cancers. Un article paru dans le *New England Journal of Medicine* (29 juin 2006) affirme que la carence en iode est encore très répandue, et plaide en faveur d'une augmentation à au moins 300-400 $\mu\text{g}/\text{jour}$. Trop conservateur, mais une progression dans la bonne direction !

Alors, de combien d'iode avons-nous vraiment besoin ? Beaucoup plus que l'AJR É.U.. Mais combien ? Le montant maximal est simple à calculer sur la base des recherches approfondies du Dr Abraham. Cela montre qu'avec un essai de chargement d'iode de 50 mg en 24 heures, les sujets sains en iode excrètent 90 % et conservent 10 %. 10 % de 50 mg = **5 mg** ; ceci est la quantité maximum que le corps peut utiliser chaque jour pour la saturation des récepteurs d'iode. Cependant, dans la pratique clinique, une fois que les réserves d'iode sont remplies, le corps en a besoin de moins, environ la moitié de ce taux (**1-3 mg/jour** comme dose d'entretien). Les femmes en ont plus besoin que les hommes. Sur la base des recommandations françaises et japonaises, la dose est de **12,5 mg/jour**, mais elle démontre seulement la dose de tolérance.

Aliments riches en iode

Les aliments les plus riches en iode sont : les algues, les fruits de mer (crevettes, morue, bar, l'aiglefin et la perche) et du sel iodé. Aux États-Unis et dans d'autres pays, l'iode a été ajouté au sel depuis les années 1920 pour prévenir le goitre ; mais la recherche montre que **l'iode dans le sel est seulement environ 10 % bio disponible**. Le sel iodé aide à prévenir le goitre, mais ne suffit pas à fournir les besoins du reste de l'organisme. Une meilleure approche consiste à ajouter de l'iode dans le pain, comme on le fit dans le passé, car les études montrent qu'il est dix fois plus bio disponible que le sel : une seule tranche de pain contient 150 μg — AJR d'une journée.

Suppléments riches en iode

« L'iodoral » est un comprimé à haute puissance de 12,5 mg (5 mg d'iode + 7,5 mg d'iodure de potassium). Ceci représente l'apport moyen quotidien d'iode par la nourriture au Japon, et le même que la solution de Lugol. Il est également disponible dans une dose de 6,25 mg fournis par proThera. L'iode disponible dans le commerce des suppléments est généralement seulement de 225 μg , ce qui surpasse l'apport quotidien par la nourriture aux États-Unis qui est de seulement 100-150 $\mu\text{g}/\text{jour}$. **La dose thérapeutique initiale de carence en iode pour le premier mois est de 12,5 mg/jour. Suit par une dose d'entretien plus faible de 1 à 3 mg/jour.**

L'excès d'iode peut-il être nocif ?

L'iode naturel est essentiel à la vie. Les véritables allergies sont extrêmement rares, mais peuvent survenir et provoquer une réponse immunitaire IgE critique avec de l'urticaire et un

choc anaphylactique. Des quantités toxiques d'iode provoquent habituellement une réponse IgD immunitaire avec des symptômes toxiques, incluant : l'acné, des éruptions cutanées, la diarrhée, la fièvre, des maux de tête, l'augmentation de la salivation, un goût métallique dans la bouche, des nausées, et des éternuements. Mais certaines **réactions à une forte consommation d'iode sont probablement dues à l'excrétion forcée d'halogénures toxiques, tels que le bromure, le fluorure et le perchlorate**. Des doses plus élevées d'iode ont tendance à élever les résultats de TSH (Stimulation de l'hormone de la Thyroïde) et le taux de cholestérol, et baisser les résultats de la T3 et T4 (triiodothyronine et thyroxine). Mais quand la dose d'iode est réduite, T3 et T4 se normalisent au taux moyen, le cholestérol baisse, tandis que la TSH peut rester légèrement élevée. [Ou la moyenne du TSH étasunienne actuelle reflète réellement un état déficient en iode ?] Comme vous pouvez le voir, des symptômes peuvent résulter de l'excès de consommation d'iode ; ne dépassez pas les doses thérapeutiques ou d'entretien recommandé.

Commentaire : La recherche du Dr Brownstein suggère qu'une TSH élevée va revenir à la normale après six mois de traitement à l'iode. La TSH régule le [symport sodium-iodure](#) ce qui favorise l'absorption de l'iode par la glande thyroïde. Chez certaines personnes qui sont déficientes en iode, la TSH monte pour réguler ce symport.

Les sources nuisibles de l'iode

L'iode radioactif est utilisé dans les procédures de test et de traitement médical, et peut être particulièrement dangereux si les réserves d'iode naturel sont faibles. Il est également libéré par **la contamination d'une centrale nucléaire**. Ceux-ci peuvent conduire à des cancers de la thyroïde et d'autres cancers rares. D'autres composés organiques de l'iode sont utilisés dans **certains médicaments et produits de contraste radiographique**.

Les halogènes toxiques

Les halogènes sont une classe d'éléments qui comprennent l'iode, le brome, le fluor et le chlore. Quand ils sont chimiquement « réduits », ils deviennent des « halogénures » : l'iodure, bromure, fluorure, et chlorure. Ce sont les formes que nous rencontrons habituellement dans les aliments, les médicaments et l'environnement. Bien que l'iode et le chlorure soient bénéfiques en petites quantités, les autres sont toxiques. **Ils peuvent se lier à des récepteurs de l'iode, bloquer l'action de l'iodure et les hormones thyroïdiennes, et provoquer de nombreuses maladies graves**.

Les halogénures toxiques s'excrètent très lentement de l'organisme, car **il n'y a pas de voie de détoxification du foie connue pour eux**. Mais l'excrétion peut être augmentée avec les moyens suivants : **une forte dose d'iode, forte dose de vitamine C (qui facilite la désintoxication), sel marin non raffiné (qui remplace le chlorure pour le bromure), bains de sels d'Epsom, et la transpiration dans une chaleur sèche d'un sauna infrarouge**.

LE BROMURE/LE BROME

Le brome est un poison, et n'a pas sa place dans la consommation humaine. Comme gaz, il est utilisé pour désinfecter votre maison et tuer les termites ! Le brome est proche de la taille

de l'iode, et peut se lier aux récepteurs d'iodure et bloquer ses fonctions. Le bromure a été remplacé par de l'iodure dans de nombreux aliments, des médicaments et dans l'environnement — en dépit du fait que c'est un pesticide. Il a remplacé l'iodure dans tous les produits de boulangerie, en réduisant notre consommation d'iodure de 726 µg/jour.

L'ingestion de bromure (ou gaz respiratoire de brome) dans un état de carence en iode ne fera qu'exacerber la maladie de la thyroïde. Les symptômes d'intoxication au brome sont : **la sensation de terne, apathique, déprimé, irritable, et mal à la tête, ainsi que l'hypothyroïdie. Les réactions graves comprennent : le délire, un retard psychomoteur, la schizophrénie et l'hallucination. Le bromure se lie et endommage le transporteur d'iodure** (le symport sodium-iodure - SIS).

SOURCES DE BROMURE : Médicaments : inhalateurs Atrovent, vaporisateur nasal Atrovent, vaporisateur nasal Ipratropiu, Spiriva handihaler, Pro-Panthine, bromure pyridostigmine, anesthésies. **ALIMENTS** : Tous les produits de boulangerie avec de la farine bromée, Mountain Dew, AMP boissons énergétiques, Gatorade — agrumes. **AUTRES** (gaz de brome) : Certaines piscines, les bains-tourbillon, fumigènes pour les termites et autres pesticides.

LE FLUORURE/LE FLUOR

Le fluorure est une toxine connue, et peut être mortel. Le fluorure a été ajouté à l'eau potable étasunienne depuis plus de 50 ans. Ceci en dépit du fait que la Nouvelle-Zélande a fait une étude et n'a trouvé aucune différence dans la carie dentaire entre les zones d'eau fluorées et non fluorées. De nombreux pays européens ont cessé la fluoration. La fluoration est liée à la fluorose dentaire (décoloration des dents), fracture de la hanche, le cancer des os, à une baisse de l'intelligence, et la toxicité rénale, plus une cause du goitre chez les chiens. Le fluor est plus toxique lorsqu'il y a une déficience en iode.

SOURCES DE FLUORURE : **LES MÉDICAMENTS** (retirés du marché) : l'Astémizole, le Baycol, FenPhen, Omniflax, Posicor, Propulsid. **AUTRES** : la pâte dentifrice fluorée, les comprimés dentaires, l'eau potable publique, le fluor gazeux comme propulseurs dans les bombes aérosol et dans la couche d'ozone.

LE CHLORURE/LE CHLORE

Le chlorure est un élément important dans le liquide extracellulaire et dans l'acide de l'estomac. Mais dans de grandes quantités, il est toxique, et (avec ses sous-produits) a été lié à : la malformation congénitale, le cancer, les troubles de la reproduction, la mortalité, et une panne du système immunitaire. L'excès de chlorure de sodium (sel de table) fait concurrence avec l'iodure, et fut démontré comme cause d'hypothyroïdie en Chine.

SOURCES DE CHLORURE : **ALIMENTS** : le sel, l'eau potable publique, le sucralose ou Splenda (sucre de table chloré). **AUTRES** : le gaz de chlore dans la vapeur d'un lave-vaisselle, les bains-tourbillon, les piscines, les propulseurs dans les bombes aérosol, et la couche d'ozone.

LE PERCHLORATE

Le perchlorate est un atome de chlore entouré par 4 atomes d'oxygène. C'est une toxine. Il peut déplacer l'iodure dans le corps et endommager ses transporteurs. Il peut provoquer :

l'hypothyroïdie, le cancer de la thyroïde, le goitre, la maladie du sein, la perturbation du cycle menstruel, le dysfonctionnement du système immunitaire, le mauvais développement fœtal et un retard mental du nouveau-né.

Le perchlorate est présent naturellement dans l'environnement et peut être d'origine humaine. Il est devenu un contaminant majeur des eaux souterraines dans 43 états. L'ensemble du cours inférieur du fleuve Colorado est contaminé avec du perchlorate, affectant 20 millions de personnes.

SOURCES DE PERCHLORATE : ALIMENTS : l'eau potable publique, le lait de vache, le lait humain, la laitue (automne et hiver dans le sud-ouest des États-Unis). **AUTRES :** les airbags des voitures, le tannage du cuir, les feux d'artifice, et les carburants des fusées.

Le detox box sauna : détoxifie les halogènes et autres produits chimiques

En Amérique, l'iode bénéfique a été remplacé par des halogènes toxiques au cours des 30-60 dernières années, et ce dans notre approvisionnement alimentaire, notre eau et dans nos médicaments. Les halogènes toxiques s'apparentent chimiquement à l'iode, et comprennent : le brome, le fluor, le chlore et le perchlorate. Ils bloquent les récepteurs d'iode dans notre corps, et conduisent à des cancers, à la maladie de la thyroïde, à l'obésité, ainsi qu'aux troubles de l'apprentissage et à un retard mental chez les enfants. Il n'y a aucune voie de détoxification du foie connue pour les excréter. Ils sont stockés dans la graisse du corps, et ne permettent pas la perte de poids. La seule façon de les supprimer est la prise d'iode et de vitamine C et transpirer. La meilleure manière de suer les toxines est d'utiliser un sauna avec les bénéfiques de la lumière/chaueur infrarouge. Ces infrastructures sont disponibles sous forme de petites unités portables pour une personne ou des unités plus larges qui sont en bois et verre. Ou vous pouvez utiliser le sauna de votre salle de gym locale.

Références

1. Brownstein, D., *Iodine: Why You Need It: Why You Can't Live Without It*, Medical Alternatives Press, West Bloomfield, Michigan, 2006.
2. Beck, L., *The Good, The Bad & The Ugly*, Seminar Manual, 2006.
3. Iodine Nutrition - More Is Better, *New England Journal of Medicine*, Vol 354: pages2819-2821; June 29, 2006.
4. Pelletier C., Doucet E., Imbeault P., Tremblay A., Associations between weight loss-induced changes in plasma organochlorine concentrations, serum T3 concentration, and resting metabolic rate, *Toxicol Sci.*, 67 (1): 46-51, May 2002.
5. Abraham,G.E., *The Original Internist*, 11:17-36, 2004.
6. Abraham, G.E., Flechas, J.D., Hakala, J.C., *The Original Internist*, 9:30-41, 2002.
7. Abraham, G.E., *The Original Internist*, 11:(2) 29-38, 2004.

8. Abraham, G.E. *Townsend Letter*, 245:100-101, 2003.
9. Abraham, G.E., Flechas, J.D., Hakala, J.C., *The Original Internist*, 9:5-20, 2002.
10. Abraham, G.E., additional articles in *The Original Internist*, 2003 - 2008

Commentaire : Pour plus d'informations, lire :

- [L'iode : Pourquoi vous en avez besoin, Pourquoi vous ne pouvez pas vivre sans, 5e Édition](#) par le Dr Brownstein
- [L'iode : un vieux remède médical — redécouverte !](#)
- [L'iode traite le cancer du sein et plus, une évidence accablante](#)
- [Vivre dans un monde toxique. L'iode à la rescousse](#)

Note du traducteur : Et pour les articles parus en français sur Sott.net :

- [L'iode : élément indispensable pour l'équilibre du corps et contre la radio-activité !](#)
- [L'iode - La connaissance cachée qui peut changer votre vie](#)
- [L'iode - Quatre lettres pour un enjeu de santé mondial](#)

Articles Liés

- Le film Vaxxed, exposant le lien entre vaccins et autisme, déprogrammé sous la pression des lobbies
- Zika : le lien entre le virus et la microcéphalie scientifiquement établi
- Zika : le virus s'attaquerait au système nerveux des adultes