

Les M. O. I.s disparaissent lorsqu'ils sont contrés par des antibiotiques, des antifongiques ou des suppléments probiotiques... pour revenir en masse dès l'arrêt du traitement si l'ensemble des facteurs de la dysbiose n'a pas été pris en compte.

### LE CERCLE VICIEUX DE LA DYSBIOSE EN IMAGE

Outre qu'ils absorbent les nutriments dont le mangeur est supposé profiter grâce à une alimentation équilibrée ou à des compléments alimentaires, qu'ils provoquent des troubles de digestion incontrôlables (ballonnements, flatulences, etc.), les M.O.I.s peuvent aussi polluer l'organisme entier, fragiliser les défenses immunitaires et perturber le mental.

Vous trouverez une version plus documentée dans les livres de nutrithérapie pointue. Je résume pour la facilité comme suit cette hypothèse.

Si la source est déséquilibre de la microflore, en particulier la pullulation dans l'intestin grêle, il s'ensuit une cascade de désordres :

- irritation de la paroi intestinale
- malabsorption des nutriments qui doivent y être décomposés
- fermentations, qui nourrissent une flore déséquilibrée et non les mitochondries
- aplatissement des villosités, ce qui entrave encore plus la bonne absorption des nutriments en général
- affaiblissement de la capacité immunitaire, en particulier à repousser ces intrus
- fragilisation générale de l'organisme
- intolérances alimentaires diverses et multiples, contraignant à un régime restrictif qui fragilise l'organisme encore plus.

Un petit dessin pour remplacer mille mots

