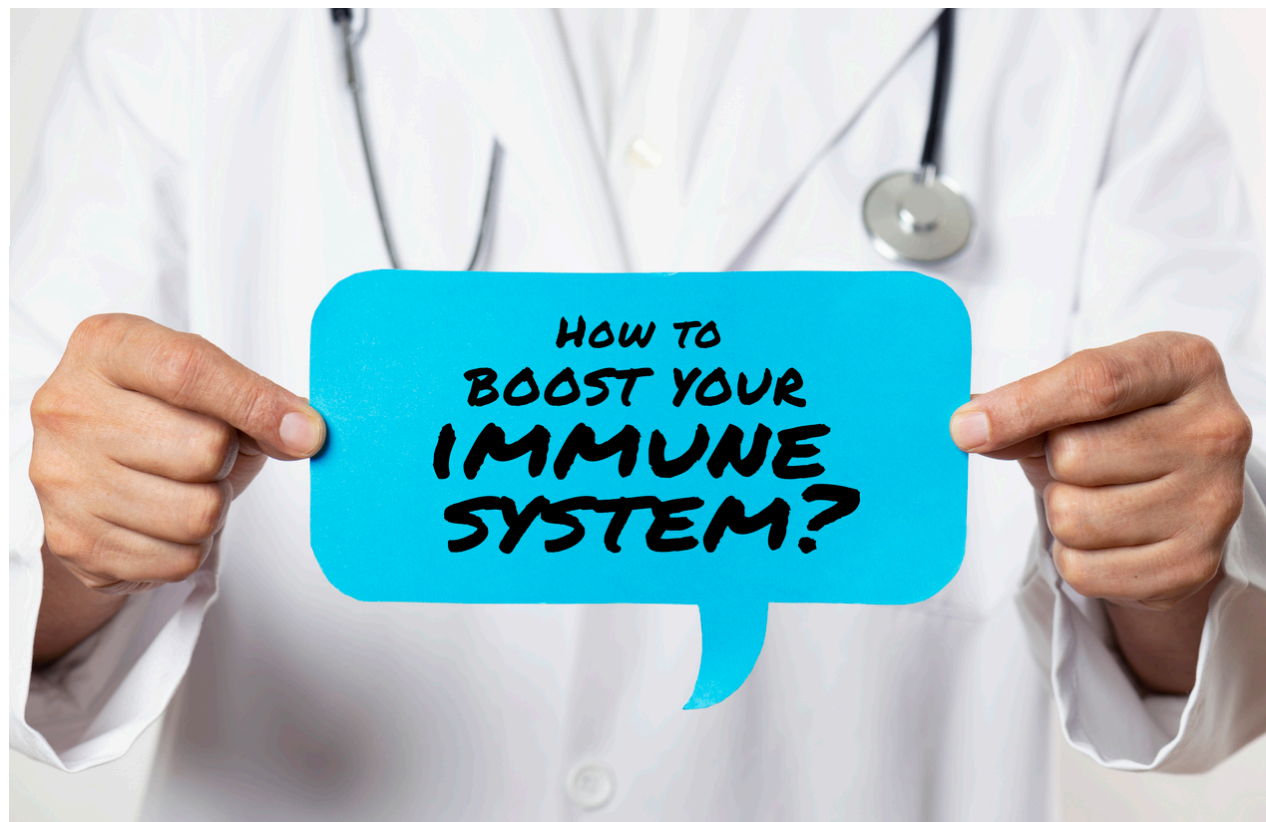




e-apéros

le jeudi à 18h00

Pascal EPPE

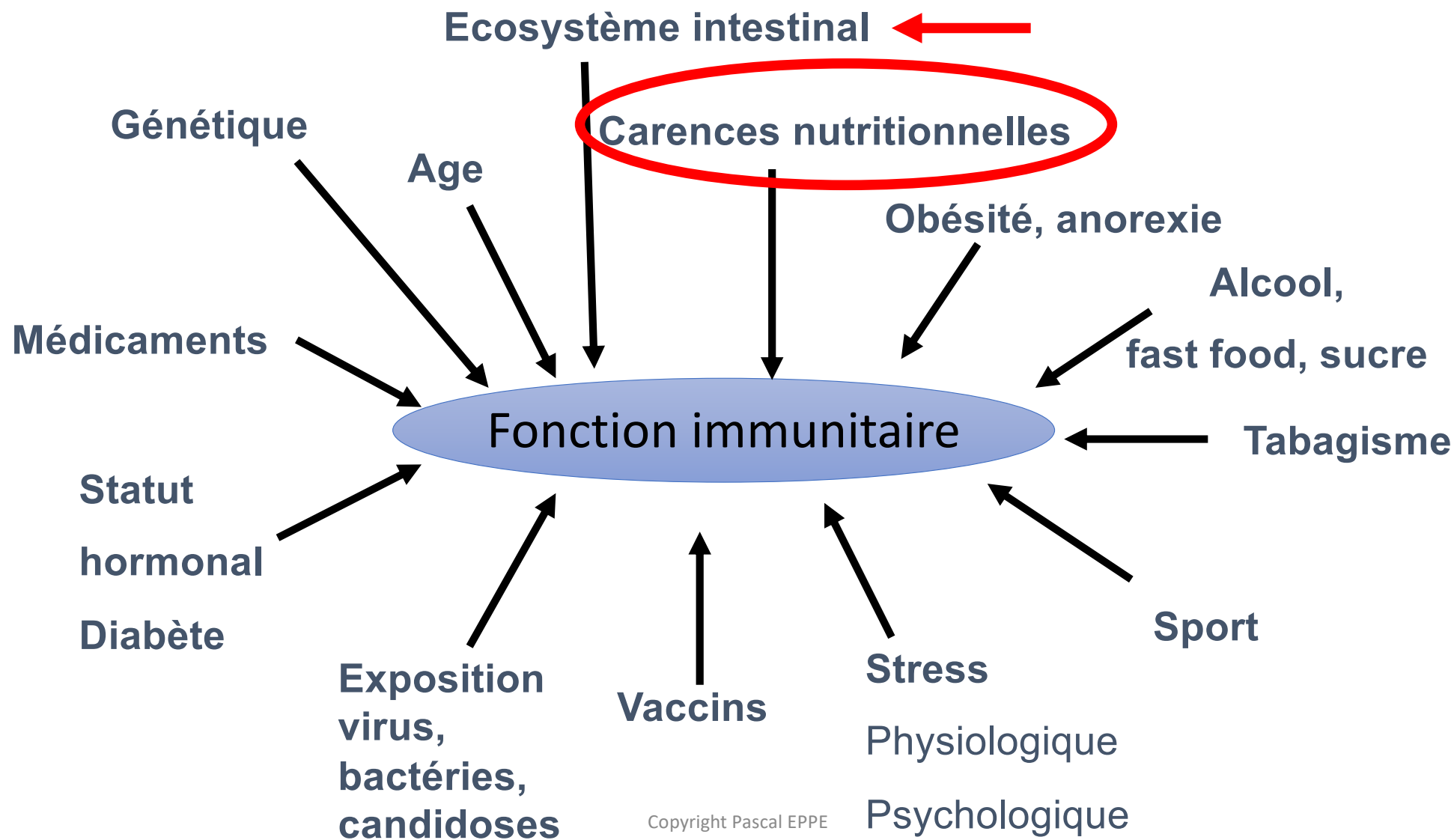


Quels micronutriments pour booster notre immunité ?

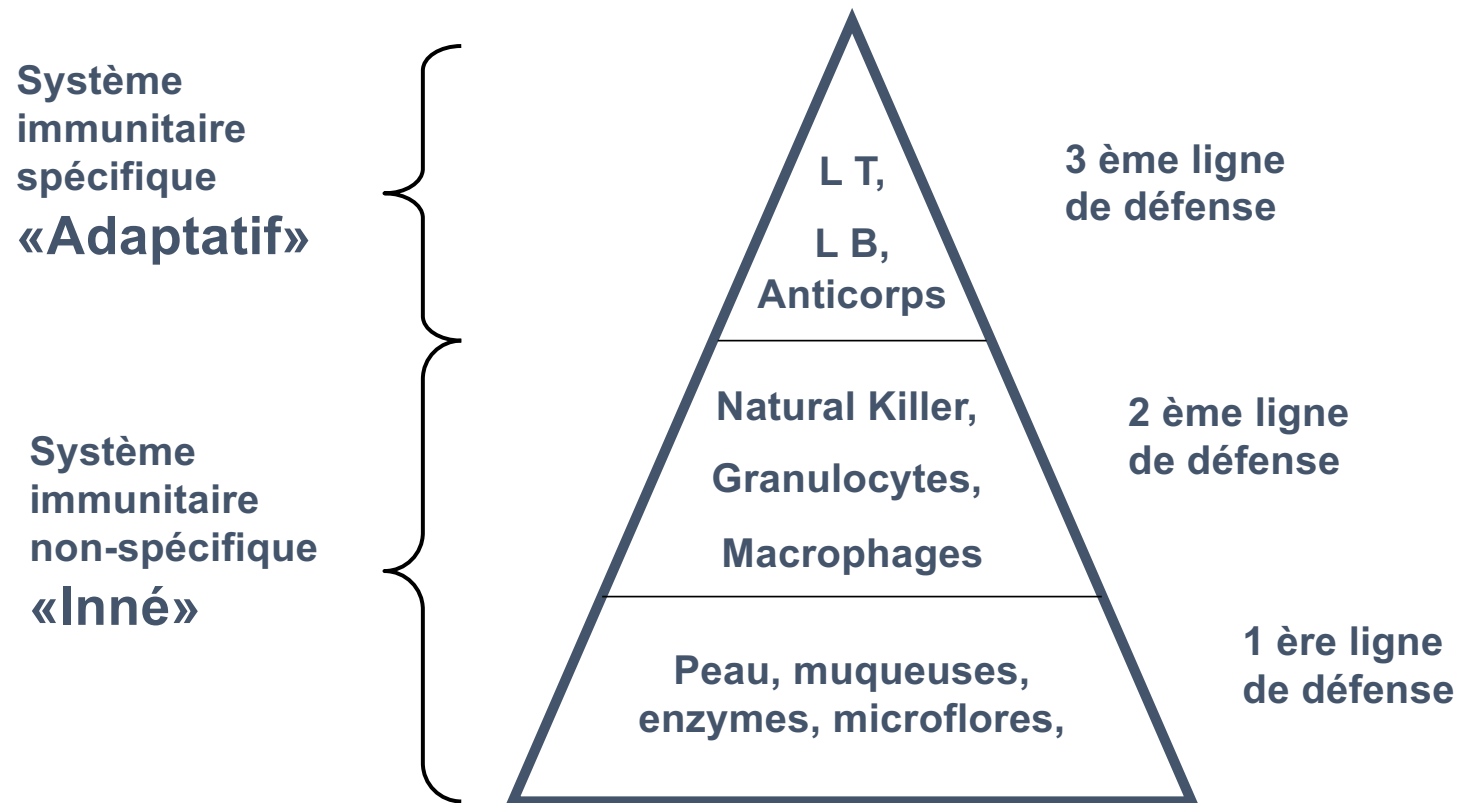


Immunité ?
Vitamine C
Vitamine D
Zinc
Oméga-3
Probiotiques

AVERTISSEMENT



Le système immunitaire



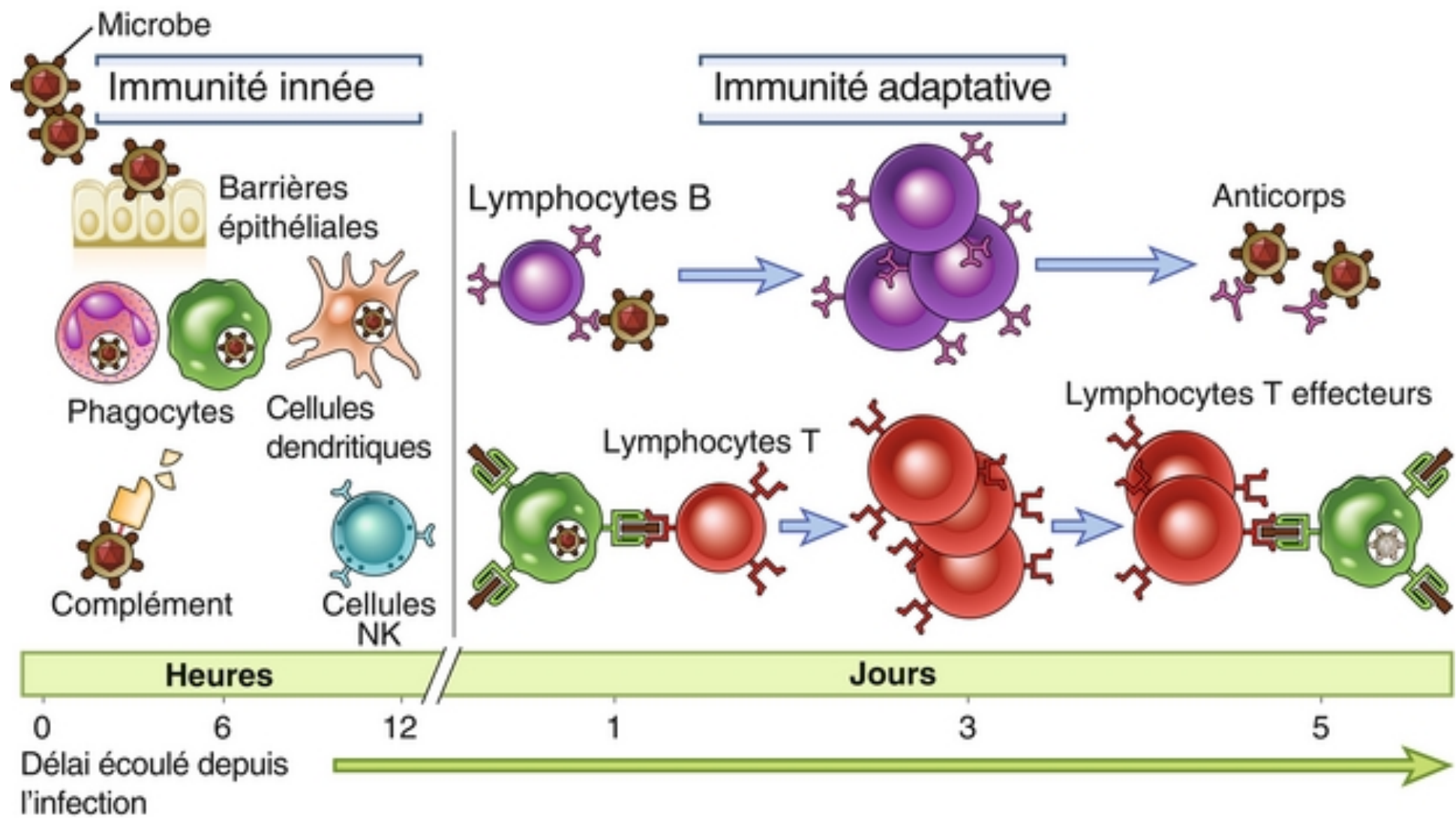
Caractéristiques de l'immunité Innée et Adaptative

Immunité Innée

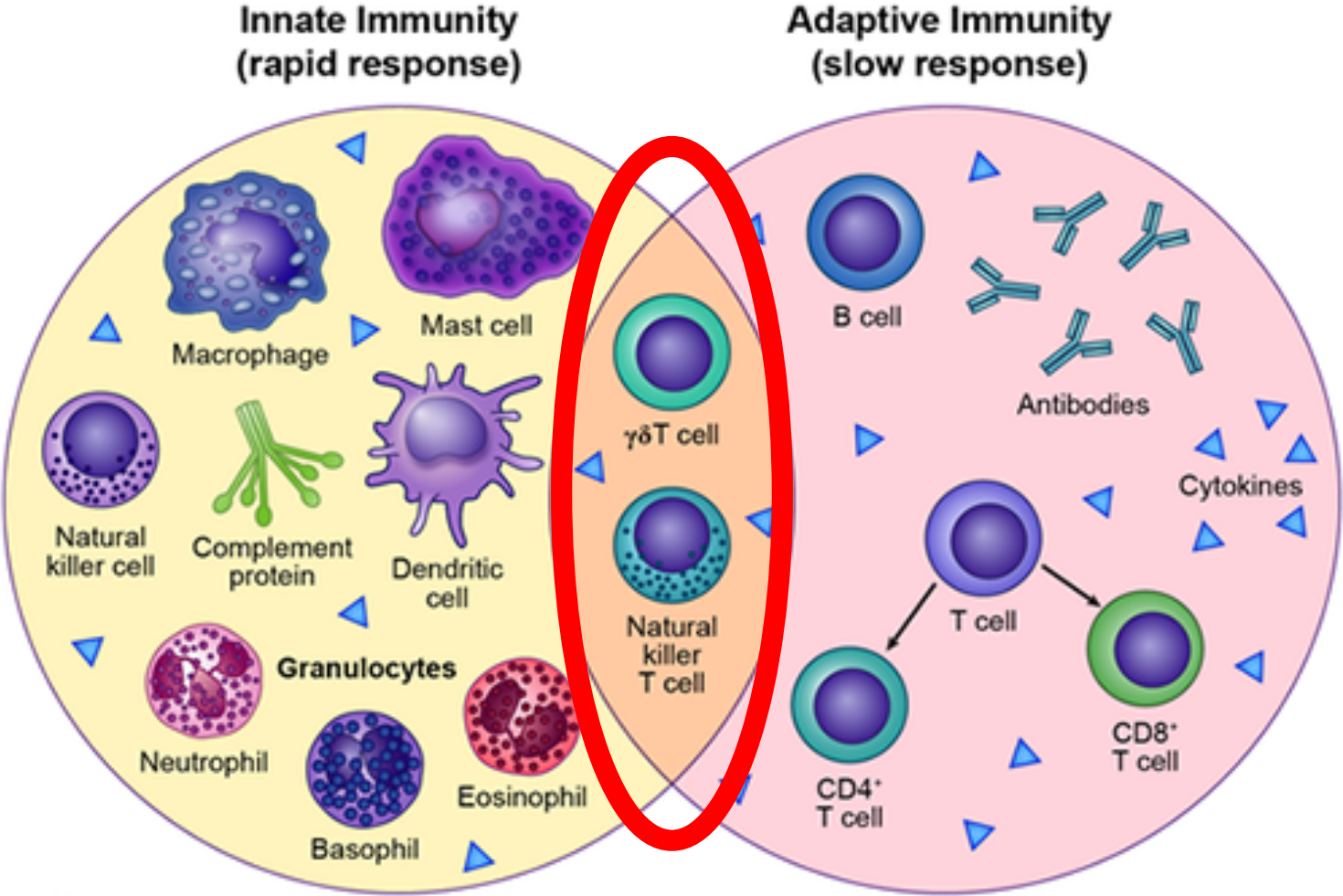
- A notre naissance
- Pas de temps de latence
- Non-spécifique de l'antigène
- Pas de mémoire immunologique

Immunité Adaptative

- Avec les contacts.
- Temps de latence
- Spécificité de l'antigène
- Développement d'une mémoire (vaccin, ...)



Innate vs Adaptive Immune Players

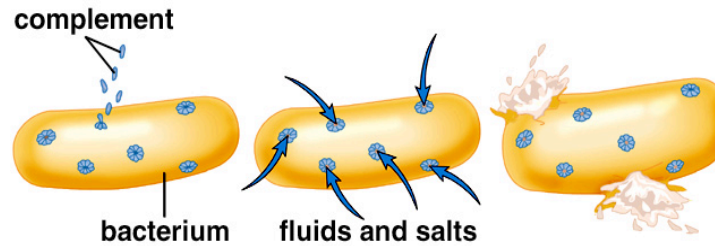


Dranoff G. *Nat Rev Cancer*. 2004;4:11-22.

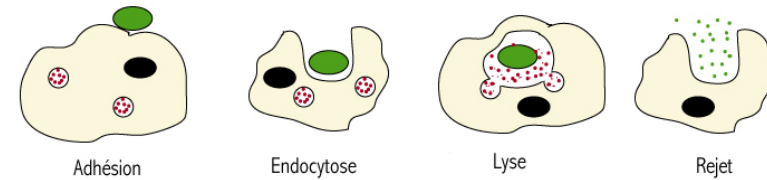
Copyright Pascal EPPE

Les Défenses Non Spécifiques

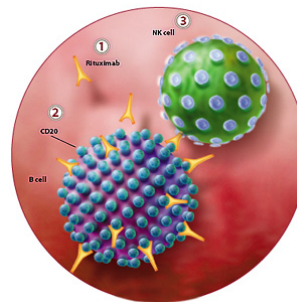
- Complément



- Cellules Phagocytaires

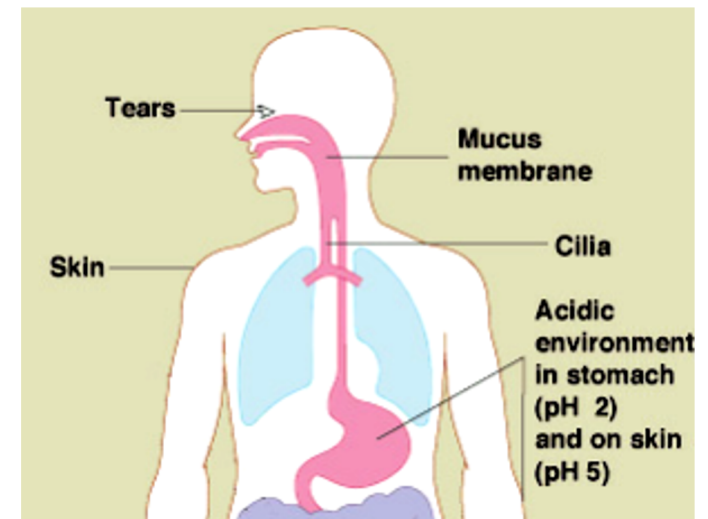


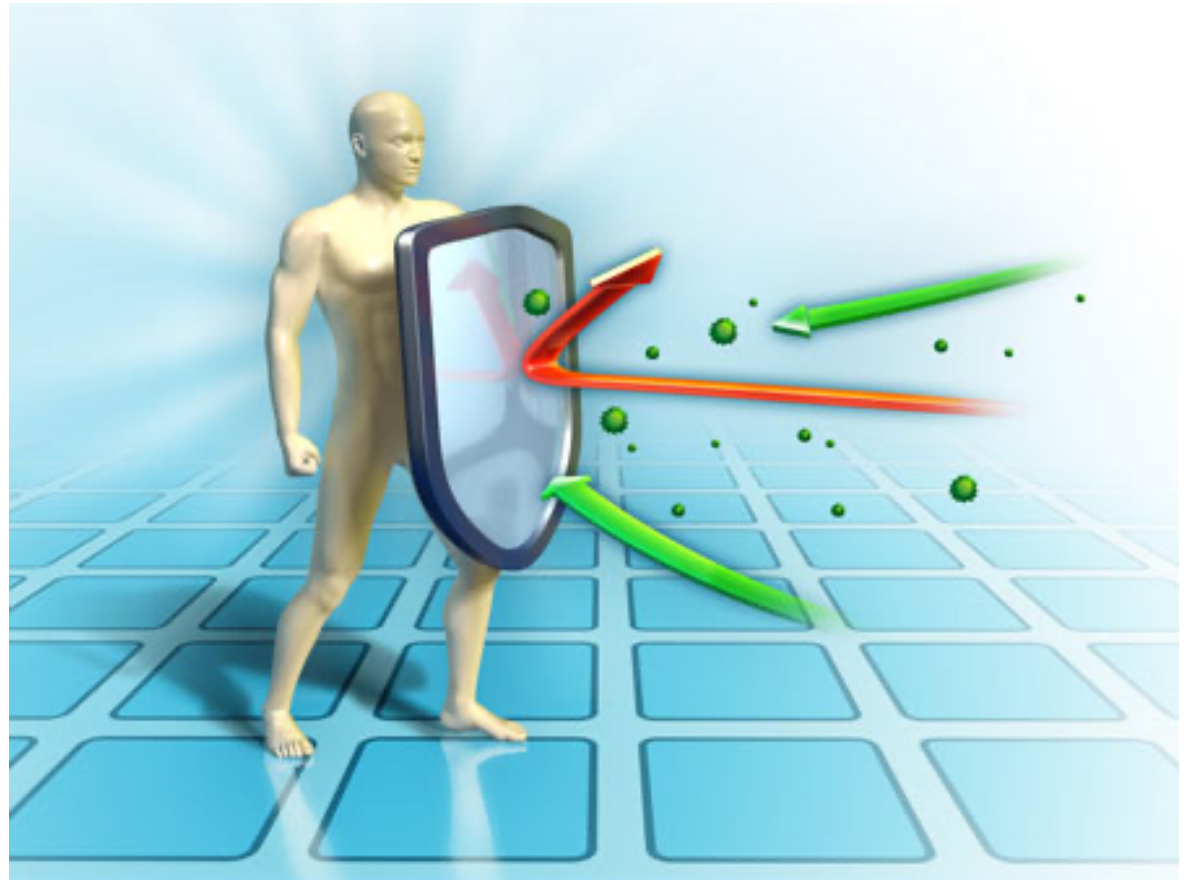
- Natural Killer (NK)



- Radicaux libres

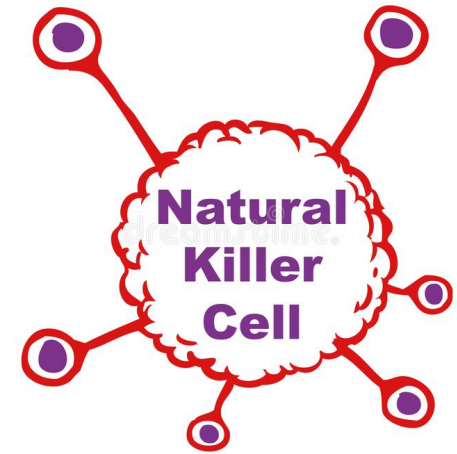
- Barrières naturelles





Copyright Pascal EPPE

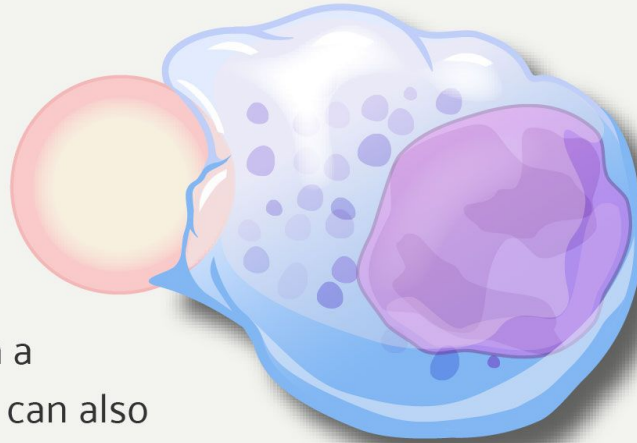
DEFENSE ET ATTAQUE



Natural Killer Cell

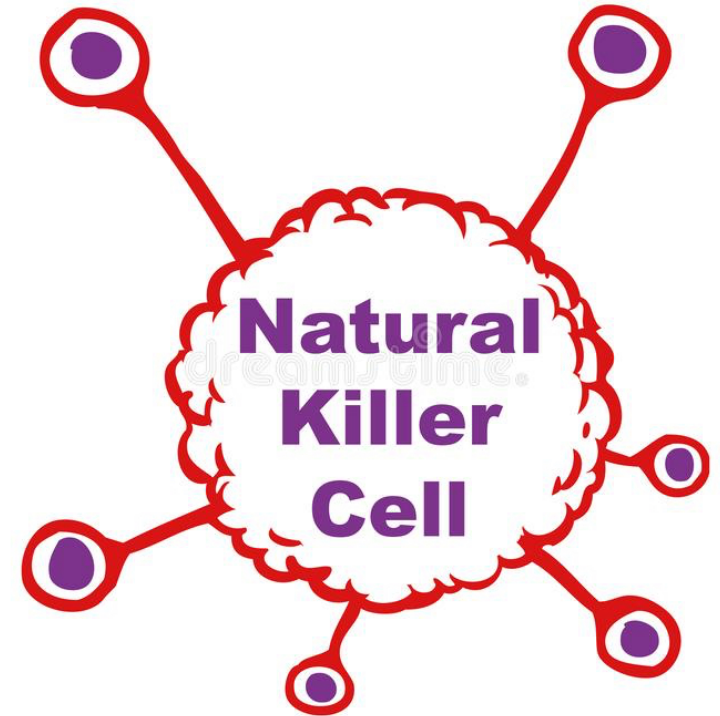
White Blood Cell

Function: These immune cells can recognize and kill the cells of someone's body that have been infected with a pathogen. Natural killer cells can also recognize and destroy tumor cells.



Disease: People who have deficient natural killer cells, usually because of an inherited immune disorder, may be more prone to certain viruses.

Location: Natural killer cells, or NK cells, are present in the blood and can move into other tissues to find targets.



Pourquoi la micronutrition ?

Le constat scientifique =

Manger varié et équilibré ne suffit pas à éviter les déficits d'apports

- Vitamines
- Minéraux
- Acides gras essentiels
- Certains acides aminés

Les alliés de
notre immunité



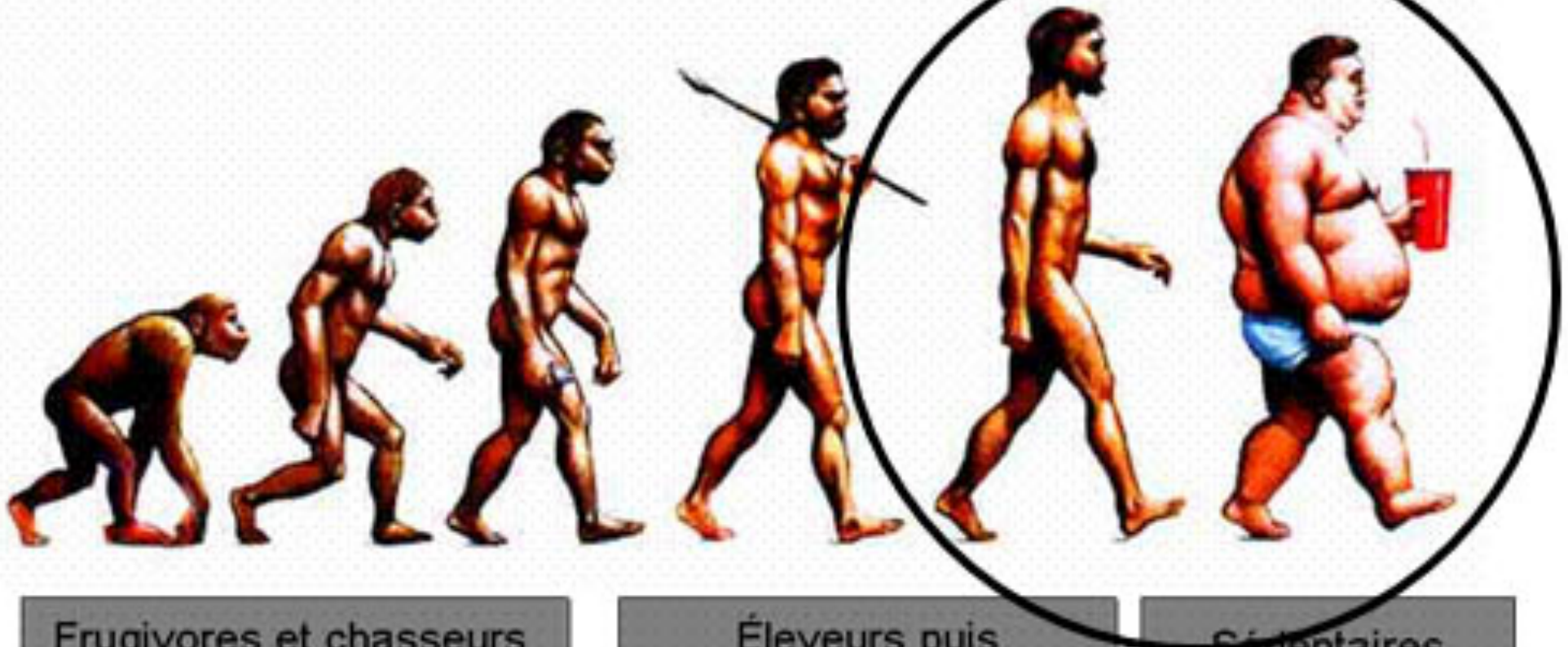
Copyright Pascal EPPE

-1000.000

-300.000

-50.000

???



Frugivores et chasseurs
carnivores

Éleveurs puis
cultivateurs

Sédentaires
Hamburger / frites / soda



Copyright Pascal EPPE

Les vitamines

HYDROSOLUBLES

C **B**



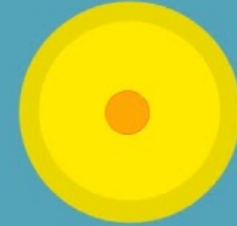
LIPOSOLUBLES

A

D

E

K



Hydrosoluble

Fruits
Légumes

C

Elle est nécessaire pour la santé des os, des dents et des gencives. Elle renforce notre système immunitaire et accélère la cicatrisation.

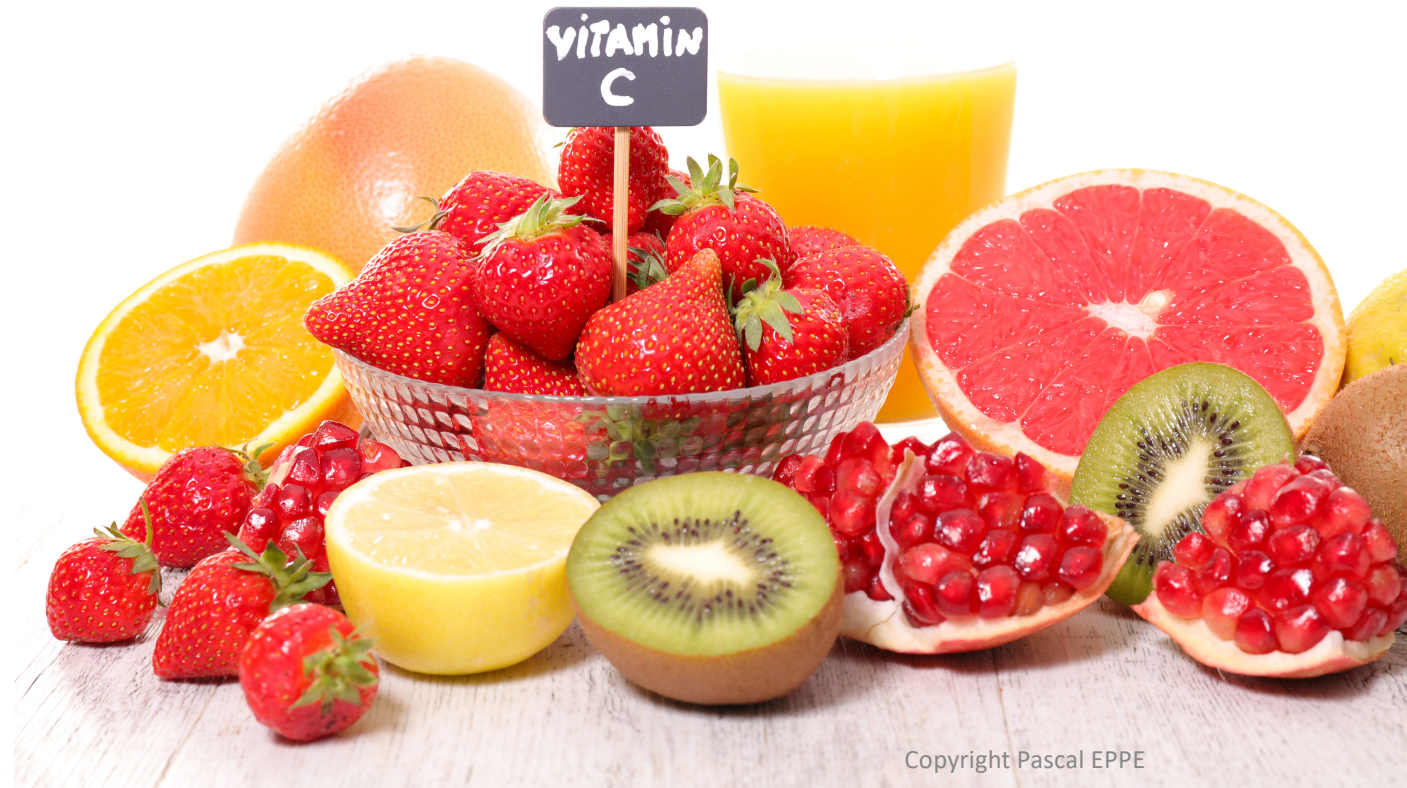
Vitamine C



A deficiency of vitamin C may lead to a condition called scurvy, characterized by weakness, anemia, bruising, bleeding gums and loose teeth

 ADAM.

PUBMED : 776 publications scientifiques sur les avantages de la supplémentation en vitamine C pour les soins dentaires.



Copyright Pascal EPPE

Une déficience en vitamine C est en relation avec la gravité des parodontites

Java project on periodontal diseases :
the relationship between vitamin C and
the severity of periodontitis.

J Clin Periodontol. 2007 Apr;34(4):299-304

Amaliya , Timmerman MF, Abbas F, Loos BG, Van der Weijden GA, Van Winkelhoff AJ, Winkel EG, Van der Velden U.

Vitamine C : bénéfiques

Favorise
assimilation FER

Protège les bronches

Réduit les
inflammations

Réduit tension
artérielle

Renforce les défenses
immunitaires



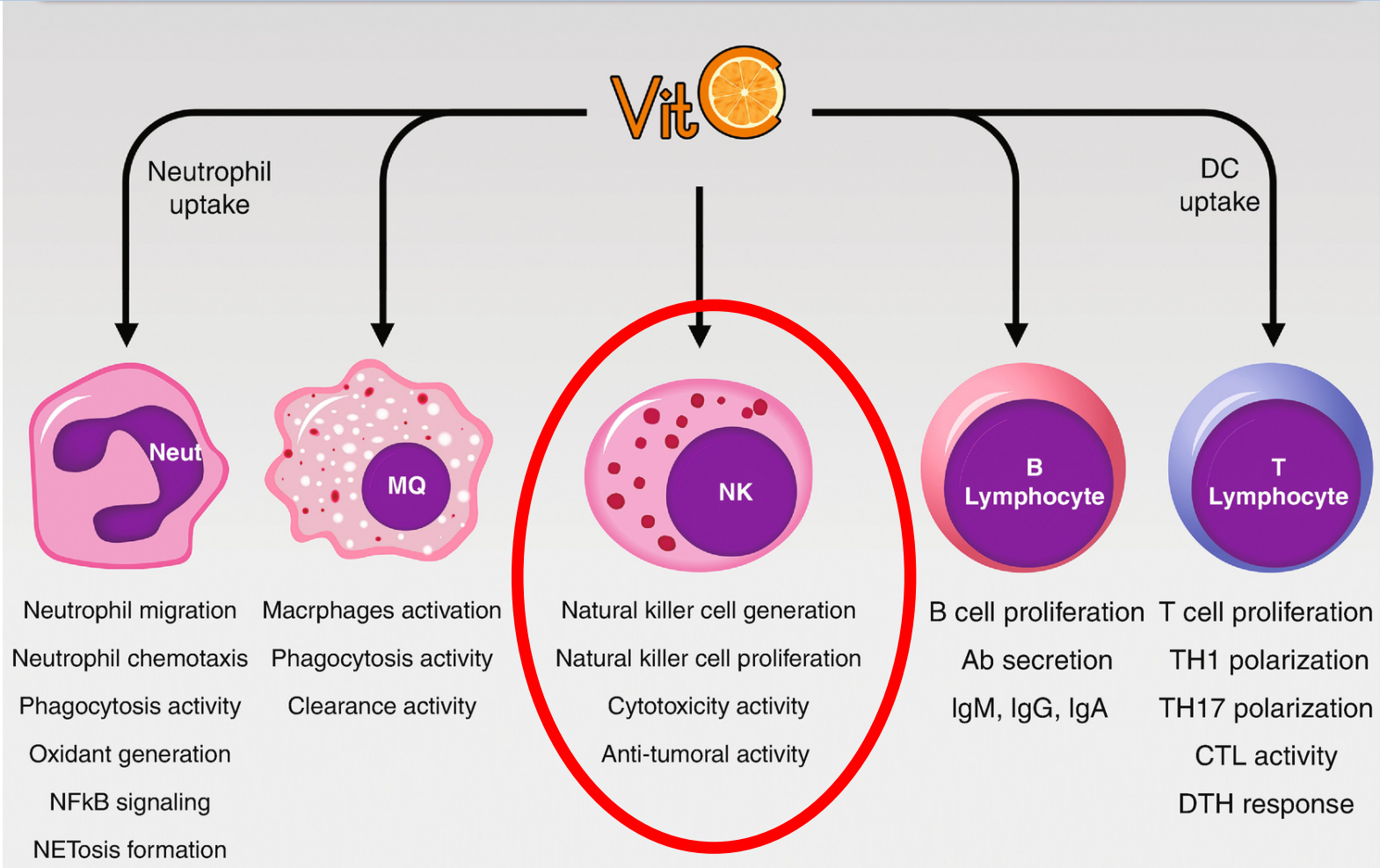
Baisse taux
cholestérol

Active contre
cancer

Synthèse du collagène

Effets anti-oxydant

IMMUNITE INNEE IMMUNITE ADAPTATIVE



ACEROLA VS ACIDE ASCORBIQUE

**Acérola : le
fruit le plus
riche en
vitamine C ?**

HERBOLISTIQUE
VITAMINE C VÉGÉTALE

Apport de 6 gélules :
Cynorrhodon 780 mg
Acérola 720 mg
= Vitamine C 180 mg

LA ROYALE
ACEROLA
Boîte de 200 gélules
de 290 mg

HERBOLISTIQUE

Argousier Acérola

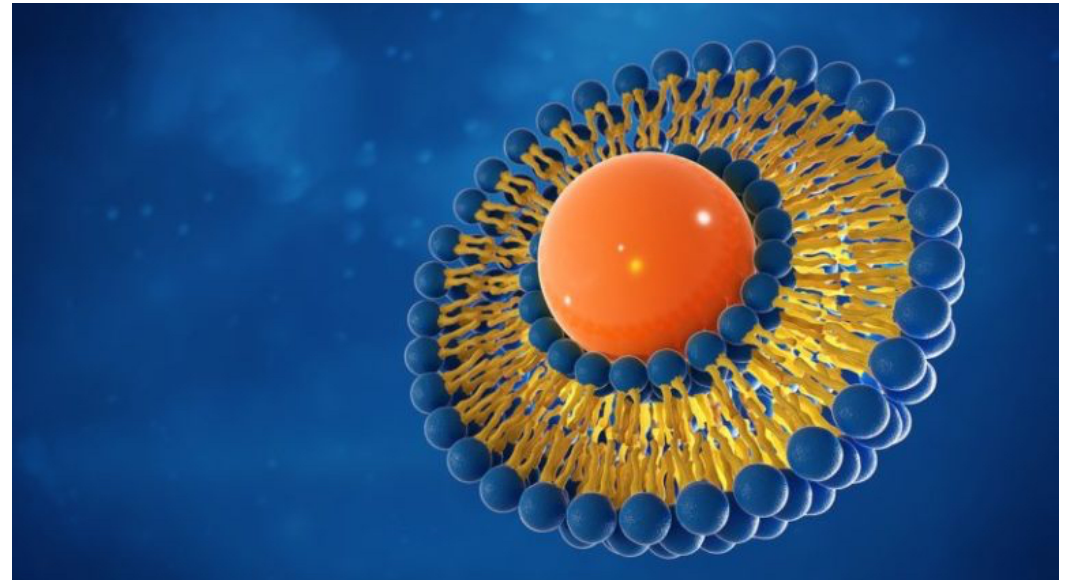


+

LA ROYALE

Vitamine C Liposomale

Boîte de 100 gélules de 355 mg



Copyright Pascal EPPE

EDITORIAL



The antiviral properties of vitamin C

Ruben Manuel Luciano Colunga Biancatelli^{a,b}, Max Berrill^{a,c} and Paul E. Marik^a

^aDivision of Pulmonary and Critical Care Medicine, Eastern Virginia Medical School, Norfolk, VA, USA; ^bPoliclinico Umberto I, La Sapienza University of Rome, Rome, Italy; ^cDepartment of Medicine, Queen Mary University of London, London, UK

ARTICLE HISTORY Received 14 October 2019; Accepted 16 December 2019

KEYWORDS Vitamin C; ascorbic acid; viral illnesses; influenzae; herpes virus

1. Introduction

There is a growing interest in the administration of vitamin C beyond the treatment of hypovitaminosis C in malnourished patients. This has been driven by a 2016 'before-after' study which suggested a substantial survival benefit from a protocol that included hydrocortisone, ascorbic acid (vitamin C) and thiamine (HAT therapy) in the treatment of patients with severe sepsis and septic shock [1]. Currently, Clinical trials.gov lists 29 ongoing or completed trials investigating vitamin

effects (generation of reactive oxygen species) via the reduction of transition metal [9]. Avici et al demonstrated that very high-dose sodium ascorbate (90mM) kills *Candida albicans in vitro* via the iron-catalyzed Fenton reaction [10]. However, this effect was completely inhibited by the iron chelator 2,2'-bipyridyl. Nevertheless, an experimental model demonstrated that vitamin C decreased the viral load of Epstein-Barr virus (EBV) infected cells [11]. This suggests that other mechanism must be at play. Cinatl and coworkers demonstrated that pretreatment of human foreskin fibroblast and endothelial

Efficacy of Vitamin C in Reducing Duration of Severe Pneumonia in Children

Imran Mahmood Khan*, Asma Shabbier**, Samiya Naeemullah**, Farah Rashid Siddiqui***, Mahwish Rabia**, Saba Naim Khan*, Muhammad Tahir Chaudhary**

*Department of Pediatrics, Islamabad Medical & Dental College, Islamabad;** Department of Pediatrics, Islamic International Medical College, Rawalpindi;*** Department of Community Medicine, Yusra Medical and Dental College, Islamabad

Abstract

Background: The duration of severe pneumonia in children is long. Risk factors for developing pneumonia include lack of breast feeding, top feeding, malnutrition, low

"La vitamine C est efficace pour réduire la durée des pneumonies graves chez les enfants de moins de cinq ans. La saturation en oxygène a été améliorée en moins d'un jour".

drawing.

Vitamin C is an important antioxidant acting as a



Orthomolecular.org
Therapeutic Nutrition Based Upon Biochemical Individuality

April 3, 2020

Home History Library Nutrients Resources Contact Contribute

[Back To Archive](#)

This article may be reprinted free of charge provided 1) that there is clear attribution to the Orthomolecular Medicine News Service, and 2) that both the OMNS free subscription link <http://orthomolecular.org/subscribe.html> and also the OMNS archive link <http://orthomolecular.org/resources/omns/index.shtml> are included.

FOR IMMEDIATE RELEASE
Orthomolecular Medicine News Service, Feb 10, 2020

VITAMIN C AND ITS APPLICATION TO THE TREATMENT OF nCoV CORONAVIRUS

**How Vitamin C Reduces Severity and Deaths from Serious Viral Respiratory
Diseases**

by Andrew W. Saul, Editor

Copyright Pascal EPPE

Publié Le 7 avril 2020

LETTER

Open Access

A new clinical trial to test high-dose vitamin C in patients with COVID-19



Anitra C. Carr

With
now
in w
or to
is be

L'administration d'environ 15 g/jour de vitamine C en I.V. pendant 4 jours peut réduire la mortalité chez ces patients.

IV vitamin C
trial, the in-
cebo control
ay for 7 days.
al ventilation

Hospital turns to high-dose vitamin C to fight coronavirus

By Will Chu

26-Mar-2020 - Last updated on 25-Mar-2020 at 18:14 GMT



nutrients



Article

Vitamin C Can Shorten the Length of Stay in the ICU: A Meta-Analysis

Harri Hemilä ^{1,*}  and Elizabeth Chalker ²

Dans trois essais où les patients ont eu besoin d'une ventilation mécanique pendant plus de 24 heures, la Vitamine C a réduit la durée de la ventilation mécanique de 18,2 %.

reports emerged from China that doses well in excess of daily Dietary Reference Values (DRV) showed promise.

Copyright Pascal EPPE



Copyright Pascal EPPE

Vitamin D



Vitamin D promotes the body's absorption of calcium, essential to development of healthy bones and teeth

DRI: 5 μ g

Fat-soluble

 ADAM

Iceberg déficience Vitamine D

Ostéoporose

Allergies / Asthme

Autisme

Cancer

Maladies Cardiovasculaires

Douleurs Chroniques

Grippes et virus

Caries dentaires - Parodontites

Diabète – Eczema

Problèmes de développement

Problèmes accouchements

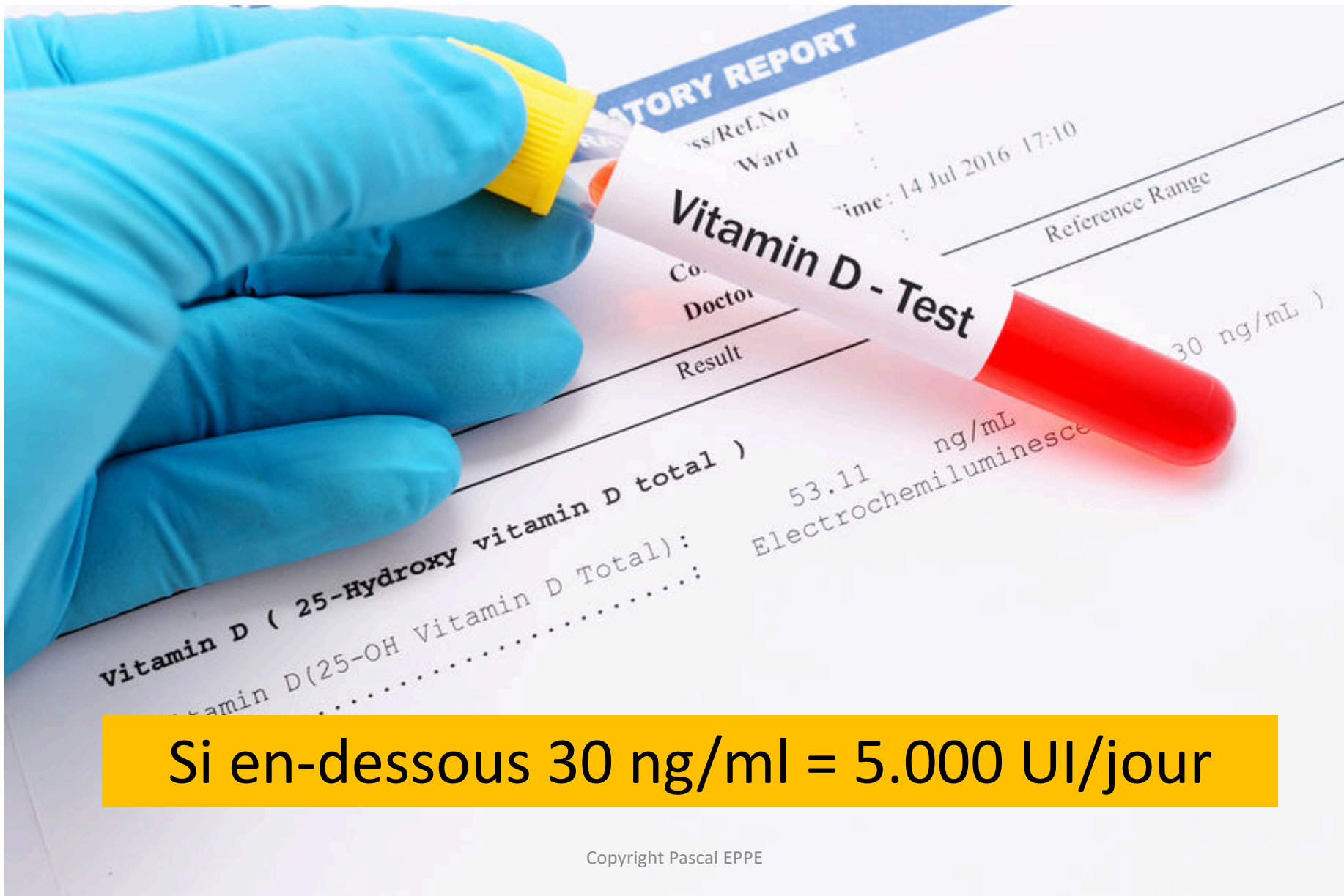
Dépression

.....

Taux optimal de vitamine D
= 50 à 60 ng/ml !!!

Si il y a une vitamine qu'il
faut prendre, c'est la
vitamine D !!!!

Dose = 1.000 UI par 10 kg de poids corporel



Si en-dessous 30 ng/ml = 5.000 UI/jour

Quelle vitamine D ? GOUTTES HUILEUSES

- **VITAMINE D3 chez Herbolistique** (lanoline de mouton)
= lanoline + huile de colza bio + Chardon marie
400 UI/goutte ou 1.000 UI/goutte ou 3.000 UI/goutte
- **ROYAL ULTRA D3 chez La Royale** = 400 UI (lichen)
Sur huile de Colza vierge bio. Récolte sauvage

En pharmacie :

- Ergy-D Plus (Nutergia) = 800 U.I. Huile de colza bio.
- Bio-Life
-

Et «D-CURE» ?

« Vitamine D et parodonte : revue des données cliniques et expérimentales »

J.-L. Davideau, A. Berdal, H. Tenenbaum.

Journal de parodontologie VOL. 23 N le 3 AOUT 2004

RÉSUMÉ :

La vitamine D est un facteur essentiel du contrôle de la calcémie et de l'homéostasie osseuse. Cet article s'est plus particulièrement intéressé à son rôle dans la formation et la physiopathologie des tissus parodontaux.

La fréquence importante des insuffisances en vitamine D et leur incidence potentielle dans l'étiopathogénie des parodontites montrent l'intérêt de la prise en compte du statut en vitamine D des patients dans les thérapeutiques parodontales.

CASE REPORT

Open Access



Vitamin D deficiency in early implant failure: two case reports

Tobias Fretwurst^{1,2*} , Sebastian Grunert¹, Johan P. Woelber³, Katja Nelson¹ and Wiebke Semper-Hogg¹

Abstract

An association between vitamin D deficiency and early dental implant failure is not properly verified, but its role in osteoimmunology is discussed. This article illustrates two case reports with vitamin D deficiency and early implant failure. Prior to implant placement, the first patient received crestal bone grafting with autologous material. Both patients received dental implants from different manufacturers in the molar region of the mandible. In the case of bone grafting in the first patient, all implants were placed in a two-stage procedure. All implants had to be removed within 15 days after implant placement. Vitamin D serum levels were measured: Both patients showed a vitamin D deficiency (serum vitamin D level <20 µg/l). After vitamin D supplementation, implant placement was successful in both patients. Prospective, randomized clinical trials must follow to affirm the relationship between vitamin D deficiency, osteoimmunology, and early implant failure.

Keywords: Vitamin D deficiency, Cholecalciferol, Early implant loss, Early implant failure, Bone grafting, Osseointegration, Osteoimmunology

Copyright Pascal EPPE



Les facteurs de risque négligés en implantologie : déficience en vitamine D et LDL cholestérol élevé

PAR DR. JOSEPH CHOUKROUN LE 20 OCTOBRE 2013

IMPLANTOLOGIE

La recherche d'une anomalie biologique avant un acte implantaire ou lors d'un échec d'ostéointégration est souvent limitée à des états pathologiques tels que le diabète. Cependant, les taux de LDL cholestérol et de la vitamine D devraient être plus systématiquement examinés. En effet, ces 2 facteurs peuvent avoir un effet négatif certain sur la croissance osseuse et l'ostéointégration [1].

Copyright Pascal EPPE

Vitamine D et immunité

- Augmente la capacité de phagocytose des macrophages
- Réduit le risque de maladies virales
- Réduit le risque de nombreux cancers (colon, sein, ovaires)
- Réduit le risque cardiovasculaires
- **Augmente l'activité des cellules Natural Killer (NK)**

Vitamin D: emerging roles in infection and immunity.

Bartley J¹.

+ Author information

Abstract

In the preantibiotic era, TB of the skin was treated successfully with UV light. By the 1920s, pulmonary TB was being treated with regular sun exposure. During the last decade, basic laboratory research into the antimicrobial actions of vitamin D has provided new insights into these historical observations. Vitamin D has a critical role in the innate immune system through the production of antimicrobial peptides - particularly cathelicidin. Vitamin D would appear to have an important role in respiratory tract, skin and potentially gut health. A number of autoimmune diseases, including multiple sclerosis, Type I diabetes, systemic lupus erythematosus and rheumatoid arthritis, are associated with vitamin D deficiency. Vitamin D could have an important role in the prevention and possible treatment of these conditions; however, much of the current evidence relates to basic science and epidemiological research. In many situations, appropriate double-

La vitamine D joue un rôle essentiel dans le système immunitaire **inné** grâce à la production de peptides antimicrobiens - en particulier la cathelicidine.

Il semblerait que la vitamine D joue un rôle important dans la santé des voies respiratoires, de la peau et éventuellement des intestins.

Vitamin D and innate and adaptive immunity.

Hewison M¹.

+ Author information

Abstract

In the last 5 years there has been renewed interest in the health benefits of vitamin D. A central feature of this revival has been new information concerning the nonclassical effects of vitamin D. In particular, studies of the interaction between vitamin D and the immune system have highlighted the importance of localized conversion of precursor 25-hydroxyvitamin D (25OHD) to active 1,25-dihydroxyvitamin D (1,25(OH)₂D) as a mechanism for maintaining antibacterial activity in humans. The clinical relevance of this has been endorsed by increasing evidence of suboptimal 25OHD status in populations across the globe. Collectively these observations support the hypothesis that vitamin D insufficiency may lead to dysregulation of human immune responses and may therefore be an

La présente étude décrit les principaux mécanismes associés au métabolisme de la vitamine D et à la signalisation pour les réponses immunitaires innées et adaptatives.

Proc Nutr Soc. 2012 Feb;71(1):90-7. doi: 10.1017/S0029665111003351. Epub 2011 Nov 25.

Vitamin D and respiratory infection in adults.

Laaksi I¹.

 Author information

Abstract

Vitamin D insufficiency is a global issue that has significant implications for health. The classical role of vitamin D in bone mineralisation is well known: vitamin D deficiency leads to rickets, osteomalacia or osteoporosis. The role of vitamin D in an immune system is less

La vitamine D joue un rôle clé dans l'activation de l'immunité innée...

Sur le plan clinique, il existe des preuves de l'association entre l'insuffisance en vitamine D et les infections des voies respiratoires.

Vitamin D increases the antiviral activity of bronchial epithelial cells in vitro.

Telcian AG¹, Zdrengea MT², Edwards MR¹, Laza-Stanca V¹, Mallia P³, Johnston SL³, Stanciu LA⁴.

+ Author information

Abstract

B
D
re
re
M
a
in
rh
min
l
S,
D on

La vitamine D diminue la réplication du rhinovirus....
La vitamine D exogène a augmenté les défenses antivirales, probablement par le biais de la cathélicidine et des voies innées de l'interféron.

activity of cathelicidin.

RESULTS: Both RV and RSV decreased vitamin D receptor and 24(OH)ase and, in addition, RSV increased 1 α (OH)ase expression in epithelial cells. Vitamin D decreased rhinovirus replication and release, and increased rhinovirus-induced interferon stimulated genes and cathelicidin. Furthermore, cathelicidin had direct anti-rhinovirus activity.

CONCLUSIONS: Despite lower vitamin D receptor levels in rhinovirus-infected epithelial cells, exogenous vitamin D increased antiviral defences most likely via cathelicidin and innate interferon pathways.

Vitamin D modulation of innate immune responses to respiratory viral infections.

Zdrengea MT¹, Makrinioti H², Bagacean C^{1,3}, Bush A⁴, Johnston SL², Stanciu LA^{1,2}.

+ Author information

Ab

Vita

hos

tha

of a

mo

imp

ren

levels of vitamin D in lung diseases, and the in vivo role of supplementation as protection against respiratory viral infections in healthy individuals and in patients with chronic respiratory diseases. Finally, we suggest ways of improving the effectiveness of vitamin D as an adjuvant.

« Les patients souffrant de maladies respiratoires sont souvent déficients en vitamine D, ce qui implique que la supplémentation pourrait leur apporter un bénéfice significatif. »

Une autre étude de l'Université du Colorado réalisée en maison de retraite a montré qu'une dose de 3.000 UI de vitamine D par jour peut réduire de 40 % le risque d'infection respiratoire.

Selon une étude de l'Université de Turin, la vitamine D peut réduire le risque d'infection au Covid-19

"Sur la base de nos études, on peut dire que les niveaux optimaux de vitamine D permettent de mieux répondre à l'attaque des virus affectant les voies respiratoires grâce au rôle actif de la vitamine D sur la modulation du système immunitaire et sur la réduction du risque d'infections respiratoires d'origine virale. En outre, les données recueillies ces jours-ci à Turin indiquent que **les patients hospitalisés pour une pneumonie souffrent d'hypovitaminose D**, une suggestion qui nous fait penser au rôle actif de cette vitamine également dans la gestion du Covid-19.

L'apport en vitamine D est très important pour augmenter l'espérance de vie des personnes âgées qui souffrent déjà de maladies chroniques. Des niveaux adéquats seraient thérapeutiques pour les personnes déjà infectées, leurs proches, le personnel de santé et les personnes âgées fragiles ».

(Prof. Giancarlo Isaia, professeur de gériatrie et président de l'Académie de médecine de Turin, et Prof. Enzo Medico, professeur titulaire d'histologie.)

Copyright Pascal EPPE

La Vitamine D a besoin de nombreux co-facteurs

- Magnésium
- Vitamine K
- Zinc
- Bore
- Vitamine A



Copyright Pascal EPPE

Role of Magnesium in Vitamin D Activation and Function

Anne Marie Uwitonze, BDT, MS; Mohammed S. Razzaque, MBBS, PhD

From the Department of Preventive & Community Dentistry, University of Rwanda College of Medicine & Health Sciences, School of Dentistry in Kigali (Ms Uwitonze and Dr Razzaque); the Department of Pathology at Lake Erie College of

Nutrients usually act in a coordinated manner in the body. Intestinal absorption and subsequent metabolism of a particular nutrient, to a certain extent,

Il est donc essentiel de veiller à ce que la quantité de magnésium soit consommée pour obtenir les bienfaits optimaux de la vitamine D.

Medicine in Boston, Massachusetts, and an honorary professor at the University of Rwanda College of Medicine & Health Sciences. The current article is part of the Vitamin D & Oral

ities, cardiovascular diseases, and metabolic syndrome. It is therefore essential to ensure that the recommended amount of magnesium is consumed to obtain the optimal benefits of vitamin D.

J Am Osteopath Assoc. 2018;118(3):181-189
doi:10.7556/jaoa.2018.037

Copyright Pascal EPPE



MAGNESIUM
and NOT CALCIUM,
is the key to healthy
bones, teeth, and
muscles !

Biodisponibilité Magnésium

HERBOLISTIQUE	LA ROYALE
« MAGOPTIMUM »	« MAGNETAUNUS »
Bisglycinate Mg et Citrate de Mg = 300 mg Taurine = 30 mg Complexe Vitamines B 1 gélule 3X/jour	Citrate de Mg = 450 mg L-Arginine= 1 g Taurine = 850 mg Complexe Vitamines B 1 sachet/jour

Intérêt de la TAURINE ?



Copyright Pascal EPPE

Signes de carences en ZINC

- Infections à répétition
- Lésions cutanéomuqueuses
- Mauvaise cicatrisation
- Perte du goût et le l'odorat.

Copyright Pascal EPPE

Les troubles du goût Rôle iatrogène des médicaments (1^{ère} partie)

Pascal EPPE
Dentiste LSD
Spécialisé en Nutritérapie

La fonction sensorielle joue un rôle important dans la vie de tous les jours, parce qu'elle apporte le plaisir de toucher, de sentir, de goûter, de voir et d'écouter.

L'altération d'un des 5 sens perturbe d'une certaine manière la qualité de vie. La perte du goût peut amener des problèmes comme l'inappétence avec comme conséquence la perte de poids, et des carences nutritionnelles.

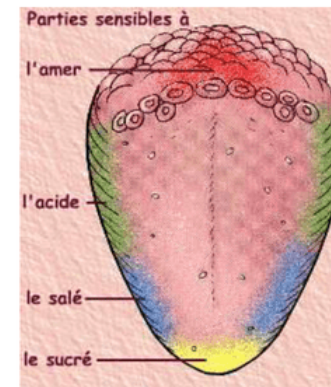
Dans des cas de carence en zinc, on peut noter une altération du goût. Le goût est sollicité par les aliments. Aux Etats-Unis, on estime que 10% de la population souffre de troubles du goût.

www.biodenth.be

« Publications »

Différentes étiologies peuvent conduire à la perte du goût =

- les désordres de contact (le stimulus ne contacte pas la papille gustative)
- les troubles neurologiques (l'information gustative est non traitée)
- les traitements médicamenteux (dysgueusies iatrogéniques)
- les carences nutritionnelles en zinc (par dysfonction de la gustine : enzyme dépendante du zinc)



Is a combo of chloroquine and Zinc a cure for coronavirus?

Recent studies from Oklahoma Medical Research Foundation, University of Queensland Centre for Clinical Research, and Qingdao Municipal Hospital of malaria, chikungunya fever, Zika virus Chloroquine phosphate increases the er virus cannot survive.

[News > WebMD Health News](#)

Chloroquine, Zinc Trials Underway for COVID-19 Prophylaxis

Does zinc supplementation enhance the clinical efficacy of chloroquine/hydroxychloroquine to win today's battle against COVID-19?

¹Derwand R, MD and ²Scholz M, PhD

8 avril 2020

¹Alexion Pharma Germany GmbH, Landsberger Str. 300, 80687 Munich; Germany

²LEUKOCARE AG, Am Klopferspitz 19, Martinsried/Munich, Germany

Copyright Pascal EPPE

WebMD®

chool of
chloroquine is
clinical trial,
rkers and their

intensive care
to include only
prophylactic

ted cells to
. He gives

remains a low dose of hydroxychloroquine every 6 weeks, and a vitamin
tablet every day — or every other day for people prone to kidney stones. The

Zn²⁺ Inhibits Coronavirus and Arterivirus RNA Polymerase Activity *In Vitro* and Zinc Ionophores Block the Replication of These Viruses in Cell Culture

Aartjan J. W. te Velthuis, Sjoerd H. E. van den Worm, Amy C. Sims, Ralph S. Baric, Eric J. Snijder , Martijn J. van Hemert 

Published: November 4, 2010 • <https://doi.org/10.1371/journal.ppat.1001176>

Article

Authors

Metrics

Comments

Media Coverage



Abstract

Author Summary

Introduction

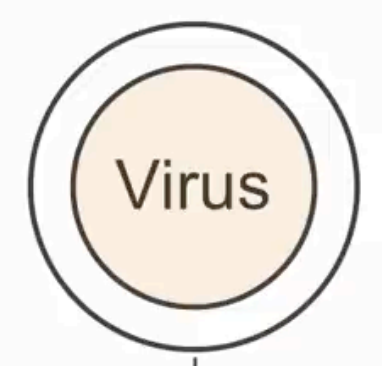
Results

Discussion

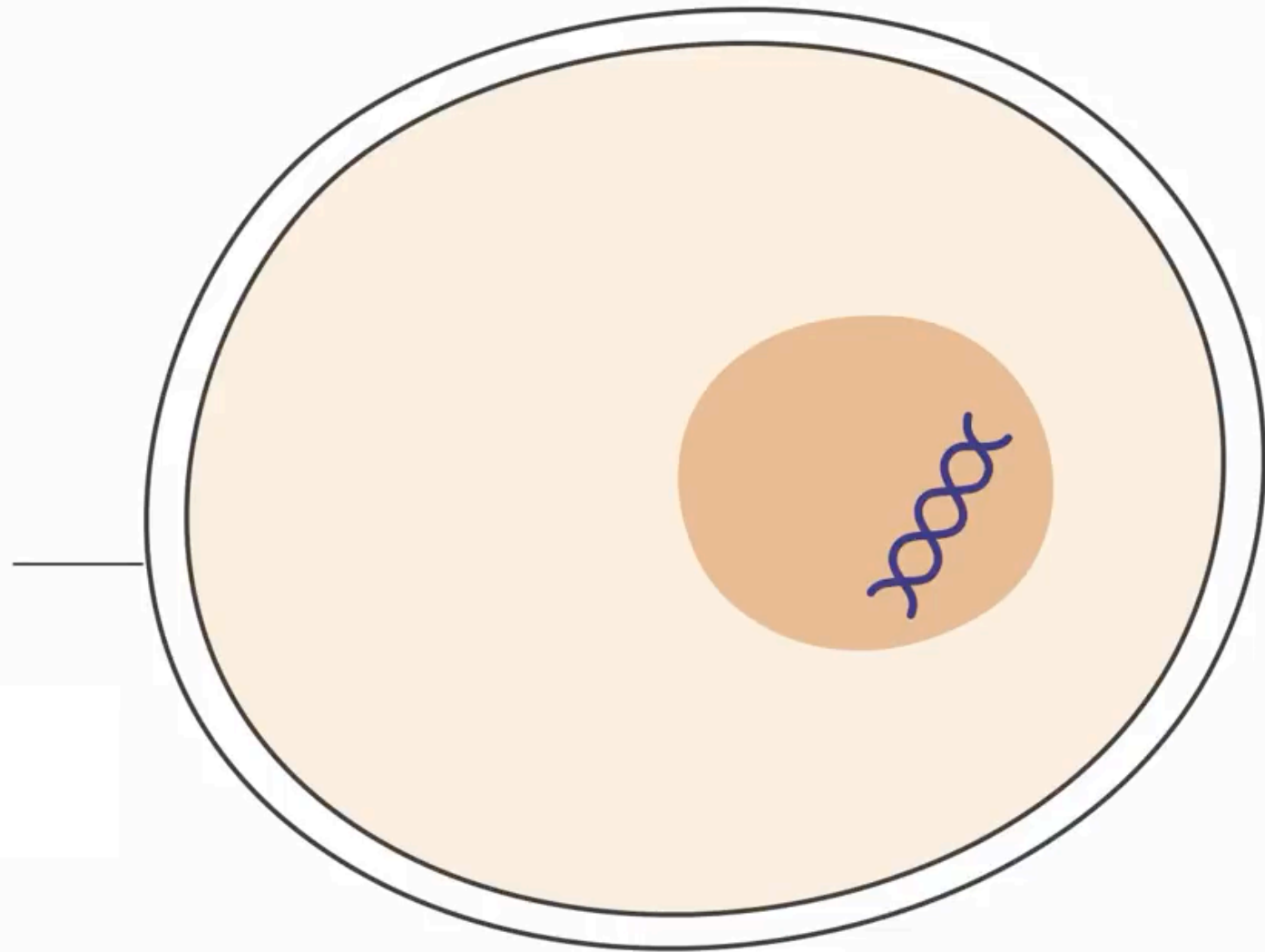
Materials and Methods

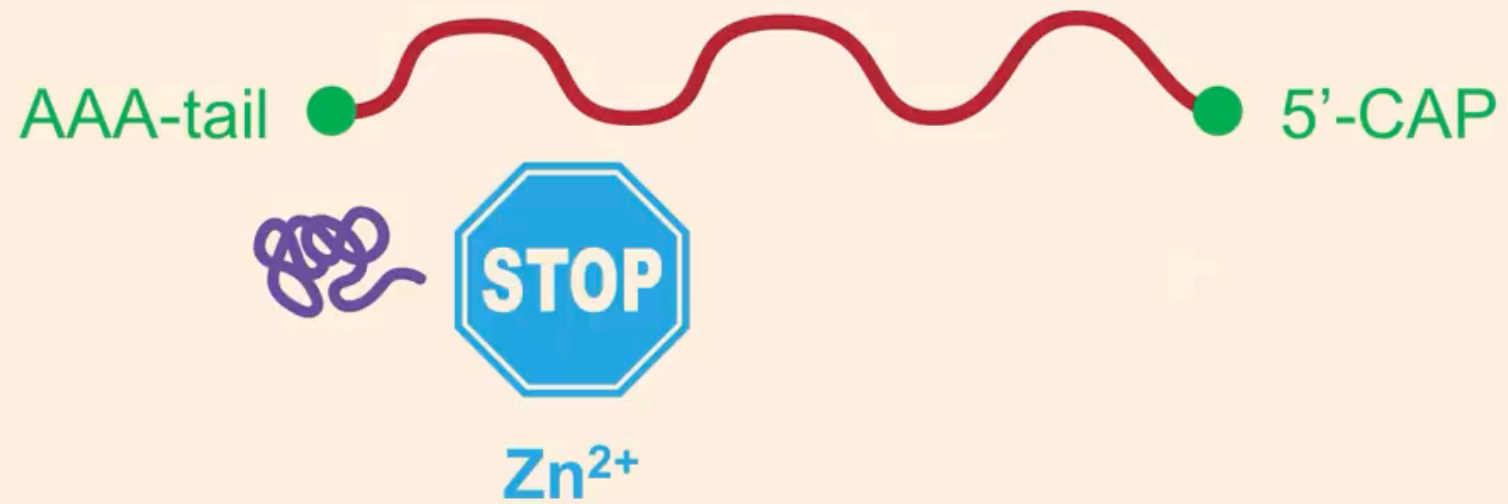
Abstract

Increasing the intracellular Zn²⁺ concentration with zinc-ionophores like pyrithione (PT) can efficiently impair the replication of a variety of RNA viruses, including poliovirus and influenza virus. For some viruses this effect has been attributed to interference with viral polyprotein processing. In this study we demonstrate that the combination of Zn²⁺ and PT at low concentrations (2 μM Zn²⁺ and 2 μM PT) inhibits the replication of SARS-coronavirus (SARS-CoV) and equine arteritis virus (EAV) in cell culture. The RNA synthesis of these two distantly related nidoviruses is catalyzed by an RNA-dependent RNA polymerase (RdRp), which is the



Lipid bilayer





La supplémentation en zinc permet d'améliorer l'immunité chez les personnes âgées.

- Les résultats montrent que la supplémentation en zinc a amélioré l'activité des lymphocytes T : ils proliféraient mieux lors d'une infection.
- Une supplémentation en zinc chez des personnes âgées a permis de diminuer le nombre d'infections par rapport à un groupe témoin.

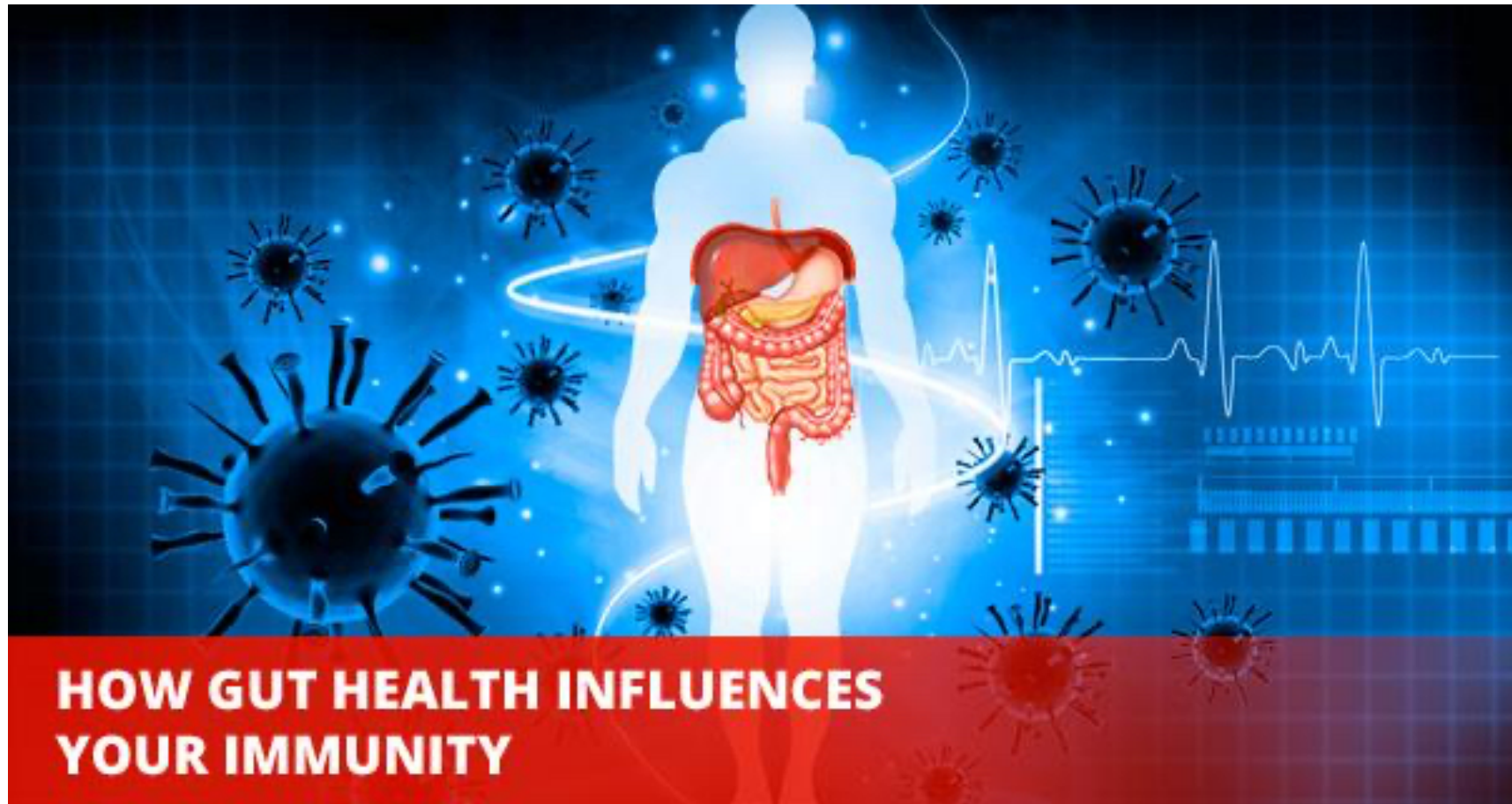
Barnett JB, Dao MC, Hamer DH, Kandel R, Brandeis G, Wu D, Dallal GE, Jacques PF, Schreiber R, Kong E, Meydani SN. Effect of zinc supplementation on serum zinc concentration and T cell proliferation in nursing home elderly: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. Am J Clin Nutr. 2016 Jan 27. pii: ajcn115188.

Prasad AS, Beck FW, Bao B, Fitzgerald JT, Snell DC, Steinberg JD, Cardozo LJ. Zinc supplementation decreases incidence of infections in the elderly: effect of zinc on generation of cytokines and oxidative stress. Am J Clin Nutr. 2007 Mar;85(3):837-44.

ZINC = dosage et prescription

- Dosage sanguin : **Zinc** plasmatique : entre 800 à 1.400 $\mu\text{g/l}$
- Dosage moyen = 15 à 30 mg/jour.
- Picolinate de ZINC
 ZN B6 (Bio-Life)
- Bisglycinate de ZINC :
 ZINCODYN (Metagenics)
- Gluconate de ZINC
 Oligomax ZINC (Nutergia)





La flore intestinale jouent un rôle clé pour l'immunité de toutes les muqueuses

Les probiotiques et l'immunité

- *Lactobacillus acidophilus*,
- *Lactobacillus plantarum*,
- *Bifidobacterium Lactis*
- *Lactobacillus rhamnosus*,
- *Lactobacillus caséi*
-

En dehors des repas : selon posologie du laboratoire.

Par exemple =

- « **Royal Pro FLOR** » de chez La Royale
- « **Florimmu** » de chez Herbolistique (+ lait d'ânesse, Reishi et vitamine C)
Gélules Résistantes à l'acidité.

Les champignons médicinaux boostant l'immunité

« Défenses Naturelles »

(Herbolistique) =

- Echinacée
- Shiitaké
- Reishi

2 gélules 2 à 3 X/jour,
avant les repas.

« Royal Défense »

(La Royale) =

- Lapacho 50 %
- Echinacée 30 %
- Colostrum 10 %
- Shiitaké 10 %

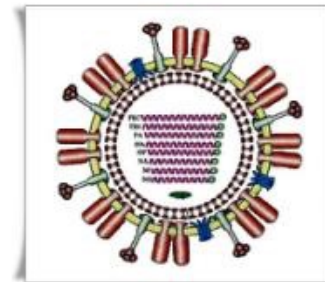
1 gélule 3 X/jour,
avant les repas.

La Propolis

**Propolis
Bienfaits
et
Vertus**

Une protection puissante et naturelle pour les êtres humains et les animaux*

- Antibactérienne
- Antiseptique
- Antioxydant
- Antifongique
- Antivirale
- Anti-inflammatoire
- Anticancéreuse
- Renforcement des défenses immunitaires

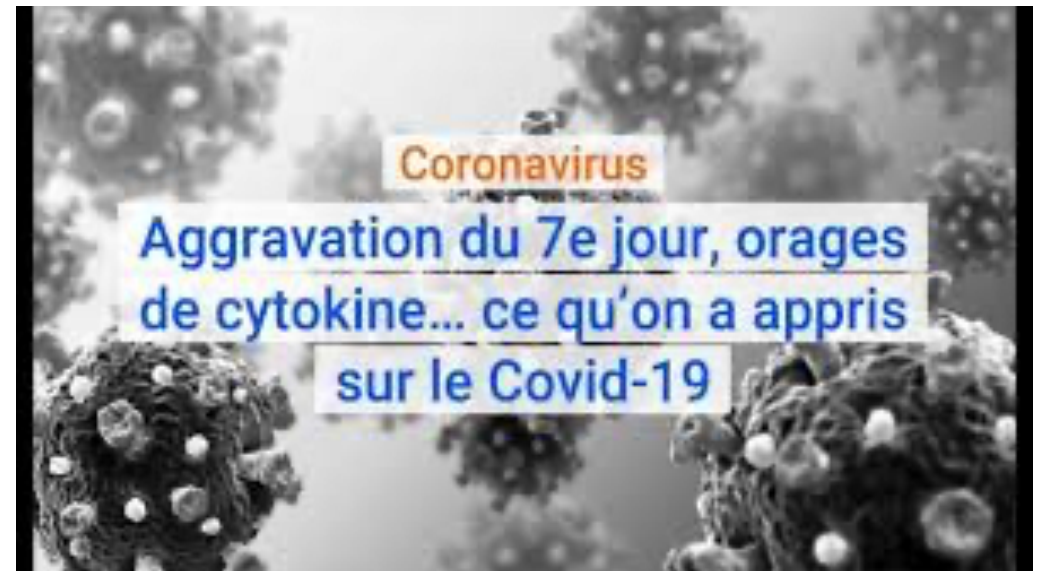


Quand le système immunitaire s'emballe.



Storm of Cytokines

= uncontrolled inflammation



« A l'heure actuelle, il n'existe aucune approche thérapeutique efficace et éprouvée contre ce phénomène. Administrer des corticoïdes ou AINS, serait à coup sûr délétère, pour les malades du Covid-19 ». (Pr Perlman – USA spécialiste américain en microbiologie et immunologie)

Copyright Pascal EPPE

ALIMENTS ANTI-INFLAMMATOIRES

Anthocyanes



Bromélaïne



Lycopène



Oméga 3



Capsaïcine



Quercétine

Bétalaïne



Allicine

HOW MUCH RESVERATROL IN RED WINE?

PINOT NOIR
California
5.01 mg/litre

BEAUJOLAIS
France
3.55 mg/litre

ZINFANDEL
California
1.38 mg/litre

**CABERNET SAUVIGNON
& MERLOT**
Chile
1.56 mg/litre

**CABERNET
SAUVIGNON**
California
0.99 mg/litre



Omega-3 fish oil :
The best choice as an
anti-inflammatory !!



Copyright Pascal EPPE

Clin Oral Investig. 2016 Jun;20(5):879-94.

Omega-3 fatty acids as an adjunct for periodontal therapy-a review.

[Chee B, Park B, Fitzsimmons T, Coates AM, Bartold PM.](#)

OBJECTIVES :

The aim of this article is to present an overview of omega-3 fatty acids, their anti-inflammatory properties and potential use as an adjunct for periodontal therapy.

La supplémentation nutritionnelle avec de l'huile de poisson oméga-3 pourrait être une thérapie adjuvante rentable pour la prise en charge de la maladie parodontale.

longitudinal and intervention designs.

RESULTS :

To date, there is good emerging evidence that dietary supplementation with fish oil may be of some

SUR PUBMED = 612 publications scientifiques sur le rôle bénéfique des Acides Gras en parodontologie.

Dietary supplementation with fish oil could be a cost-effective adjunctive therapy to the management of periodontal disease.

Copyright Pascal EPPE

OMÉGA 3 ET TRAITEMENT DES PARODONTITES

[ACCUEIL](#) / OMÉGA 3 ET TRAITEMENT DES PARODONTITES



MÉMOIRE UNIVERSITAIRE

www.biodenth.be

« Publications »

Mémoire Universitaire Diplôme de Licence Professionnelle en Micronutrition (Université de Poitiers).

« OMEGA – 3 SAUVAGES »

HERBOLISTIQUE

2 gélules 2 X/jour aux repas

« HUILE DE POISSONS SAUVAGES »

LA ROYALE

2 gélules 2X/jour aux repas



HYPERTENSION

SCIENTIFIC
REPORTS

natureresearch

OPEN

Effects of Chlorhexidine mouthwash on the oral microbiome

Cette étude démontre que le bain de bouche contenant de la CHX est associé à un changement majeur du microbiome salivaire, entraînant des conditions plus acides et une moindre disponibilité des nitrites chez les individus en bonne santé. La chlorhexidine peut augmenter la pression artérielle chez les individus normaux ou souffrant déjà d'hypertension.

healthy individuals.

Copyright Pascal EPPE

Bains de bouche



Copyright Pascal EPPE



Elimine plus de 99,9% des bactéries et des virus.

Il est virucide contre :

- la grippe A H1N1 après 1 minute de temps de contact (dans une pièce de 20°C),
- *Adenovirus* et *Murine Norovirus*, (efficacité après 5 minutes de temps de contact, 20°C),
- *Poliovirus*, responsable de la poliomyélite (après 30 minutes de contact, 20°C).

Et il est bactéricide contre *Staphylococcus aureus*,

Pseudomonas aeruginosa,

Enterococcus Hirae,

Escherichia Coli

après 5 minutes de temps de contact.



3 huiles essentielles du Gel Antibactérien avec Aloé Vera et 80% d'alcool végétal

Citron, lavandin, tea tree, aloe vera

***EN 1040 (1 minute)**

****EN 14476-virus H1N1 (1 minute)**

*****EN 1275 (2 minutes)**

Triple action = antibactérienne, antivirale et anti-fongique pour détruire 99,9% des bactéries, des virus et des champignons.

Gel fait maison = https://www.youtube.com/watch?v=KKb2q1L_hMo

Copyright Pascal EPPE

~~TAKE KEEP HOME MESSAGE~~

Probiotiques

Oméga-3

SANS dosage
sanguin

Vitamine C

Complexes
« Défense »
+ Propolis

~~TAKE KEEP HOME MESSAGE~~

Vitamine D

Magnésium

AVEC
Dosage
sanguin

Sélénium

ZINC

*«Les plantes contiennent toute la force de l'Univers.
Celui qui connaît leurs vertus cachées,
Celui-là est omnipuissant.»* (Sagesse Indienne)

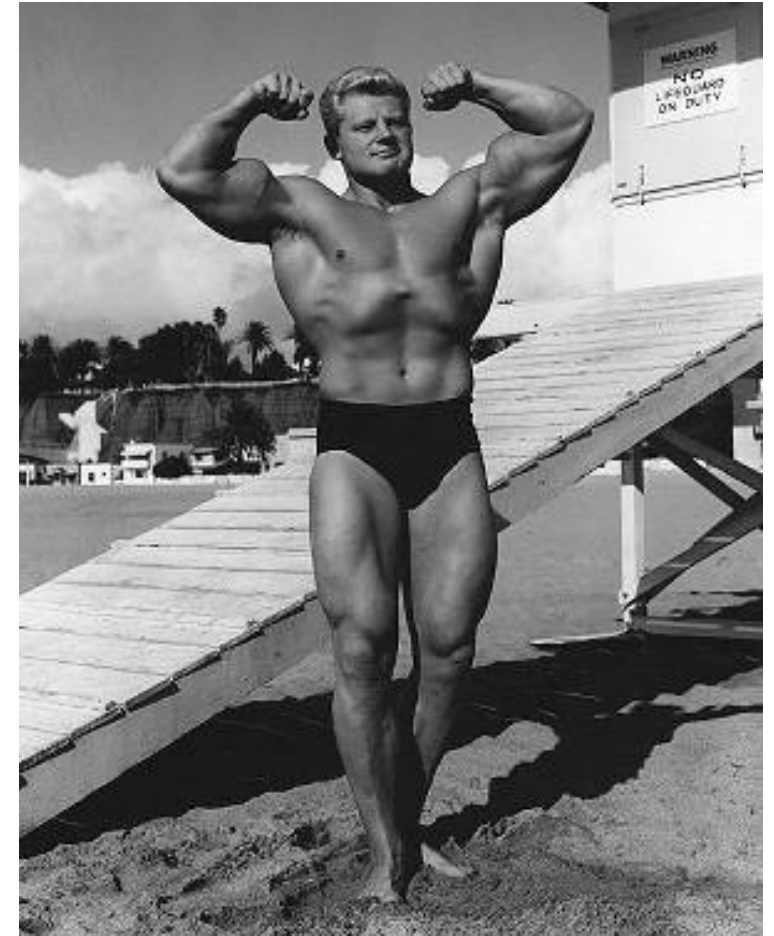
Email : pascal.eppe@gmail.com

Formations avec Pascal EPPE

- Micronutrition au cabinet dentaire.
- Live Surgery avec implants Zircon



Copyright Pascal EPPE





THANK YOU
for your
ATTENTION!