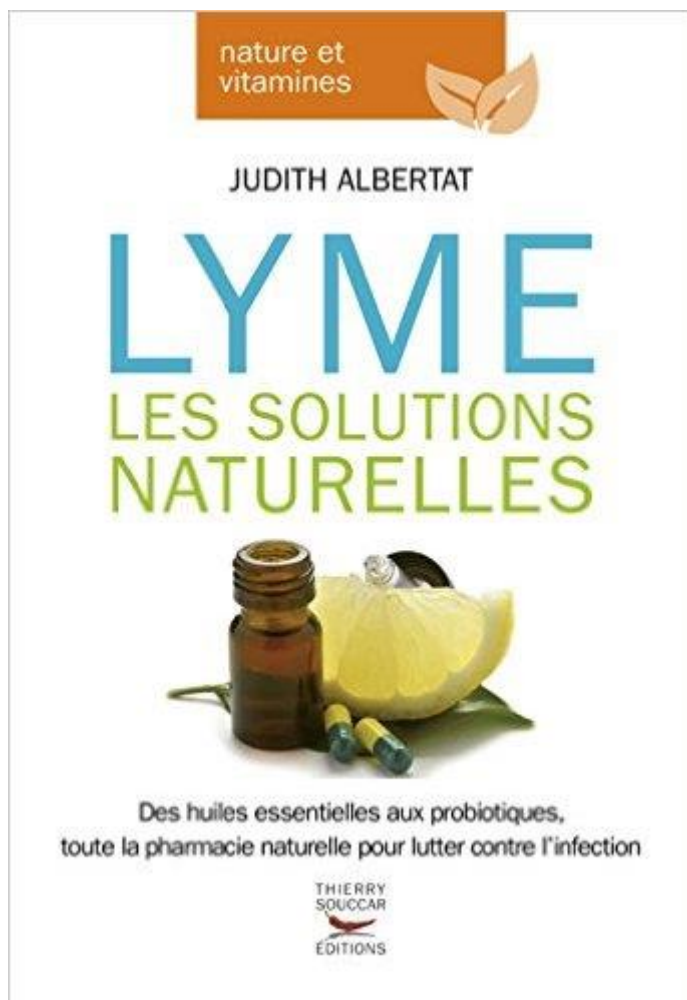


LYME, les solutions naturelles

de [Judith Albertat](#)



Biographie de l'auteur

Judith Albertat est ancienne pilote de ligne et formatrice. Lanceuse d'alerte, elle milite depuis des années pour une meilleure prise en charge de la maladie de Lyme en France. Elle a fondé l'association Lyme sans frontières et le fonds de dotation I FOR LYME.

Introduction

À l'été 2011, dans Maladie de Lyme, mon parcours pour retrouver la santé, Judith Albertat dénonçait les difficultés rencontrées par les malades pour avoir un diagnostic fiable et trouver un médecin aguerri.

Formée depuis à la naturopathie, la nutrition et l'aromathérapie, elle a rassemblé ici tout ce qu'il faut savoir pour se soigner naturellement, une mine de conseils qu'elle tire de son expérience auprès de dizaines de malades mais aussi des découvertes scientifiques récentes. Son message : oui on peut sortir d'une maladie de Lyme chronique, mais les antibiotiques ne suffisent pas toujours, d'autant qu'ils peuvent entraîner des effets secondaires sérieux. Il faut restaurer en profondeur son « terrain », en particulier les systèmes immunitaire et digestif, et surtout recourir à des traitements naturels ciblés, puissants et sans risque.

Dans cet ouvrage, elle explique concrètement :

Quels examens permettent de faire le point sur son état de santé réel,
Comment combler les déficits en vitamines et minéraux et lutter contre

l'inflammation,
Comment se désintoxiquer des métaux lourds et renforcer son système immunitaire,
Comment rétablir la perméabilité intestinale,
Quelles huiles essentielles utiliser et à quelles doses,
L'alimentation à adopter pour en faire une alliée de sa guérison.