Bonjour Dr CYMES

Double Grosses têtes M  RUQUIER pour vos invités

URGENT

Info erronée ce jour la vit D3 n’est pas synthétisée par la lumière mais seulement par le UVB (émission dimanche 12/04)

Il ne faut plus dire aux patients de se mettre au soleil pour la synthèse de vit D3 le risque est trop important sur le long terme cancers, lucite …, vieillissement… , cataracte, DMLA …

Vous pouvez Dr CYMES constater les dégâts croissants en 30 ans dans nos spécialités (explosion carcinomes baso et spinocellulaires)

C’est entre 11 h 16 h en été qu’il y le plus de UVB et encore plus en altitude (moment où les UV sont les plus cancérigènes)

Il faut apport er des petites doses régulièrement été comme hiver plus de grosse dose 1 fois / hiver

Proposition 3 gtt / jour 15 goutte 2/ semaine ou 50000 u / 2 mois avec un aliment lacté en fin de repas (Vit lipophiles A **D** EK )

EN hiver Il n’y a pas assez d’UVB à Paris ou à Besançon en hiver pour faire de la vitamine D Les rayons sont trop rasants , il n’y a que des UVA (cancer Baso spino et rides)

 L’apport alimentaire est possible +++ avec le poisson gras (graisse, foie) mais c’est le lieu de stockage des toxiques de la pollution marine .. La bonne huile de foie de morue de nos anciens

Voir notre site : <https://www.asfoder.net/protection-solaire-adaptee-et-vitamine-d-un-dilem/>

Merci pour remettre de l’ordre dans la tête de vos auditeurs

Merci pour votre travail

Bonne santé à tous **Sortez couvert +++ CHEMISE CHAPEAU et crème mais en complément**

Dr Hervé Van landuyt ASFODER Besançon 03 81 81 45 20