

L'arthrose est-elle véritablement une usure du cartilage ?

Le **Professeur Lothar Wendt** était un cardiologue allemand réputé. Ses observations et études scientifiques l'ont amené à la conclusion que contrairement au dogme officiel, l'arthrose n'est pas une usure du cartilage.

Naturellement cet aspect des choses n'est pas au goût de la médecine officielle, bien au contraire. Ce qu'il propose n'est ni profitable aux médecins, milieu médical, hospitalier, chirurgical, pharmaceutique, industries pharmaceutiques, élevages d'animaux de consommation, fabricants de compléments alimentaires, alimentation industrielle et même pas à la Sécurité Sociale qui elle aussi vit des malades. Bref sa réforme alimentaire ne profite à personne, n'est rien d'autre qu'une réforme alimentaire dont le bénéficiaire est uniquement le malade arthrosique.

Une association allemande l'« **Arthrose Selbsthilfgruppe** » (Association officielle à but non lucratif pour l'entre-aide des malades arthrosiques) diffuse cette méthode en Allemagne. Son but est de faire connaître cette réforme alimentaire du *Prof. L. Wendt* à travers leur pays et les autres pays germanophones. Elle a un mal fou à toucher la population atteinte par cette terrible maladie si douloureuse car il existe un énorme lobbying qui freine des 4 fers pour ne pas faire divulguer cette possibilité d'amélioration, voir de guérison de l'arthrose. Depuis l'an 2000 cette association fait état à ce jour de 20.000 arthrosiques qui adhèrent avec succès à cette nouvelle forme d'alimentation. Ils parlent de près de 80 % de rémissions, voir de guérisons et sans aucune prise de médicaments. Les 20 % restants sont à un stade trop avancé ou une pose de prothèse devient inévitable.

Quelles sont les actions indispensables primordiales ?

Faire de la carence protéique uniquement ne suffit pas. Il faut faire en plus :

- Une activité physique douce
- Boire abondamment
- Maîtriser son état émotionnel et le stress
- Avoir un intestin avec un biotope au meilleur de sa forme
- Eviter les intolérances alimentaires IgG (gluten et produits laitiers en particulier)
- Respecter un équilibre alimentaire en favorisant les végétaux bio et de proximité
- Eviter l'alimentation industrielle et acidifiante
- Avoir un équilibre acido-basique en bon équilibre

L'étonnante découverte du Professeur Lothar Wendt

Le début des recherches remonte aux années 1940. Aujourd'hui son fils *Thomas Wendt* également Professeur en cardiologie continue à développer silencieusement ce concept.

Le mérite de l'application de la réforme alimentaire revient à « *L'Arthrose Selbsthilfgruppe* » avec monsieur *Eckhard Karl Fisseler* auteur du livre qui en collaboration avec son découvreur a mis en application, après plusieurs années de tâtonnement, la fameuse réforme alimentaire selon la méthode du *Professeur Lothar Wendt*.

On a souvent reproché à ce dernier d'affirmer qu'il existe des dépôts protéiques chez l'humain qui sont de véritables greniers à entrepôts ou sont stockés les protéines. Ce n'est qu'en 1964 lors de l'apparition du microscope électronique que le *Prof. L. Wendt* put enfin démontrer, images microscopiques électroniques et coupes histologiques à l'appui, l'exactitude biochimique de sa découverte, c'est à dire : **Le corps humain a la faculté de faire des RESERVES PROTEIQUES** de la même façon qu'il stocke les hydrates de carbones. Par surconsommation, ces dernières provoquent elles, l'obésité. Dans les deux cas c'est uniquement l'endroit des dépôts qui change. De nos jours, cette découverte de la possibilité du corps humain de faire des réserves protéiques fait toujours encore débat et elle n'est toujours pas officiellement admise par la médecine classique. Pourtant cette dernière refuse obstinément d'en vérifier les preuves. On devine pourquoi !

C'est dans les années 1970 qu'il s'occupa principalement de la perméabilité capillaire et de leurs perturbations. Il trouva des liaisons entre des phénomènes auto-immuns et les stockages protéiques pathologiques. C'est après 35 ans de féroces batailles que très lentement ses découvertes furent plus ou moins connues, admises et que la médecine officielle allemande commença à lui porter un début de crédit, mais uniquement d'une façon indirecte et du bout des lèvres.

C'est expérimentalement sur l'animal que le *Professeur L. Wendt* a mis en évidence que les protéines de la surconsommation protéique se déposent dans les capillaires, leurs membranes basales et les tissus conjonctifs. Inversement la même expérience sur l'animal a démontré qu'en cas de carence protéique le phénomène est REVERSIBLE et que les couches protéiques disparaissent à nouveau dans ces tissus après un jeûne protéique.

Explications scientifiques

Les vaisseaux sanguins forment un circuit fermé. Le réseau de microcirculation est un dédale formé de capillaires qui sont les vaisseaux les plus fins chez l'homme.

Les capillaires sont des tubes creux qui ont un diamètre interne bien plus fin que ceux d'un cheveu. Un globule rouge dont le diamètre moyen est plus grand que celui de la lumière du capillaire est obligé de se contorsionner pour se faufiler à l'intérieur. C'est au niveau des capillaires que se fait l'échange entre les systèmes artériels et veineux et entre la circulation sanguine et tous les tissus vascularisés.

On estime qu'aux alentours de 70 ans il ne reste plus en moyenne que 40 % de capillaires qui fonctionnent. Les 60 % restants étant tous bouchés. Or, un capillaire ne fonctionne que s'il est alimenté et s'il peut se détoxifier.

Leurs parois se composent d'une très mince monocouche de cellules endothéliales qui est entourée d'une simple mais très fine membrane basale microporeuse qui joue le rôle de barrière et de quelques fibres de collagène. Cette dernière est traversée par des micropores qui permettent le passage par diffusion entre les interstices des tissus, de l'eau, du dioxygène, du glucose, quelques hormones, certains acides gras libres et les acides aminés ainsi que les échanges nutritionnels et de détoxification des cellules environnantes. A partir des interstices sont nourris les cellules tissulaires. Ainsi nous nous trouvons devant deux forces, la filtration et la diffusion. Le rapport de ces deux forces est dépendant de la porosité, c'est à dire de la perméabilité de la paroi des capillaires.

Le dépôt protéique se forme tout le long des parois internes capillaires sous la forme de micro-fines fibres cristallines qui se collent sur la membrane basale. Ce même dépôt se forme aussi dans le tissu conjonctif entre le sang et les cellules. Ces différents dépôts forment une espèce d'entrepôt ou grenier à protéines. L'endroit de ces dépôts est bien choisi. Le chemin est très court et se trouve très près des cellules qui réclament constamment une nourriture protéique. Ces dépôts peuvent se vider très rapidement en cas de faim mais se remplissent tout aussi vite dès que la nourriture arrive. Le problème est que ce mécanisme s'enraye facilement et devient un véritable danger en cas de nourriture sur-protéinée qui colmate de plus en plus les capillaires. Sous cet effet la paroi capillaire gonfle et s'épaissit, la membrane basale se bouche de plus en plus pour finalement ne plus être capable de laisser passer la moindre nourriture pour les cellules qui sont sous-alimentées. Les produits de dégradation ne peuvent plus être évacués de la circulation sanguine et la détoxification est bloquée. Le système marche donc dans les deux sens : plus de nourriture pour les cellules et plus de détoxification pour celles-ci. Les dépôts protéiques contenus dans le tissu conjonctif provoquent de nombreuses maladies dont les rhumatismales. Les muscles, les articulations et les tendons produisent des calcifications et ne sont plus irrigués par l'oxygène ce qui provoque les douleurs. On prend alors de nombreux médicaments qui sont à leur tour acidifiants et la boucle est bouclée.

Seul des molécules ayant un diamètre inférieur à 80 Angström peuvent passer librement la membrane basale. Des molécules supérieures à cette taille ne peuvent plus sortir du lit capillaire par le flot sanguin. Secondairement se forme de véritables blocages organiques qui conduisent à la sursaturation des dépôts protéiques qui mènent à des mécanismes de compensation et des réactions de défenses organiques. Ce bouchage de la membrane basale et des interstices est la véritable cause des maladies rhumatismales, de l'arthrose en particulier. **Rien ne sert de donner à vie des médicaments « contre » ces maladies, il faut déboucher les capillaires et leurs membranes basales par une simple réforme alimentaire pour leur permettre de retrouver leur fonction primaire.** Seul un jeûne protéique qui force l'organisme à puiser dans la réserve des protéines stockées dans les capillaires permet finalement de vider entièrement ces derniers greniers à protéines et résoudre le problème pour l'ensemble des maladies d'encrassements et ils sont très nombreux et différents.

Depuis la fin de la guerre, dans les pays industrialisés, on assiste à une suralimentation générale avec augmentation spectaculaire de la consommation de produits animaux.

De ces protéines, seule une partie peut être utilisée pour le fonctionnement de l'organisme. Le reste est dégradé. Une partie est éliminée par les urines et le restant est stocké dans les capillaires. **Comme conséquence nous avons un épaissement des parois des capillaires et des interstices et le blocage par colmatage plus ou moins total de la membrane basale qui finit par devenir imperméable.** Suite à ces effets plus rien ne circule, même plus les globules sanguins d'où des problèmes circulatoires. Tout échange avec l'extérieur devient impossible et est supprimé.

Quels sont les problèmes majeurs ??

Il y a deux 3 problèmes fondamentaux qui engendrent l'arthrose :

- Nous consommons trop d'aliments en quantités
- Nous surconsomons des protéines, surtout animales
- Nous engendrons un véritable déséquilibre acido-basique suite à notre alimentation acidifiante industrielle moderne.

La mauvaise alimentation facteur de risque chez les arthrosiques

- Une alimentation riche en protéines est riche en purines.
- Les purines élèvent le taux d'acide urique.
- La réserve alcaline est dépendante du pH qui est lui-même le reflet des dépôts cristallins d'acide urique dans les articulations.

Importante prévention de l'arthrose et des maladies à dépôt protéique

A partir de la vingtième année de notre existence le *Prof. L. Wendt* donne les conseils importants suivants:

- *Un repas par jour sans viande.*
- *Une journée sans viande par semaine.*
- *Un mois sans viande par année.*
- *En supplément pour les hommes : 4 dons du sang annuels.*

L'hématocrite LE facteur important à surveiller

Au début de ce changement alimentaire vous allez perdre de poids qui va se stabiliser par la suite. Objectif à atteindre, une cible d'hématocrite de 40 - 42 % pour les hommes, 36 – 38 % pour les femmes Ceci relève naturellement du domaine médical. Ce facteur est le meilleur moyen de surveillance du remplissage de nos entrepôts protéiques.

Pourquoi les protéines animales sont-elles principalement en cause ?

Dans les protéines animales les acides aminés soufrés (AAS) comme la méthionine et la cystéine sont plus présentes que dans les protéines végétales et ces éléments soufrés sont plus acidifiants pour l'organisme et leurs tissus. Nous sommes donc en plein dans le déséquilibre acido-basique.

Les protéines animales comportent une structure d'acides aminés comparables à celles de l'homme. Ceci signifie qu'après décomposition de ces aminoacides en ses composants élémentaires, elles peuvent être transformées directement en protéines humaines ressemblantes. En contre partie il manque à chaque fruit et légume une autre partie caractéristique du spectre des acides aminés ce qui les dissocie de ceux de l'humain. Par combinaison de différents légumes, un végétalien peut parfaitement se nourrir sainement en bénéficiant de tous les acides aminés dont il a besoin. En raison du volume consommé il n'est pratiquement pas possible d'attendre d'un végétalien qu'il soit en régime sur-protéiné. Et même là, le site des végétariens français alerte ses derniers sur les dangers d'une surconsommation en protéines végétales.

Quelles solutions ?

La solution est très simple. Adopter une carence protéique stricte le temps nécessaire pour obtenir la disparition du colmatage protéique des capillaires et forcer le corps à consommer ses stockages et ensuite réduction drastique de l'apport en protéines dans son alimentation. Nous parlons ici de la réduction ou d'une épargne des aliments comportant beaucoup de protéines. D'ailleurs il n'existe aucun aliment qui ne contient pas un minimum de protéines. Une alimentation végétarienne est conseillée par la suite. Manger équilibré avec beaucoup de fruits et de légumes et peu de protéines et d'hydrates de carbone.

Il n'est pas question de ne plus jamais manger de protéines ce qui serait mortel mais d'en manger beaucoup moins par la suite. Eviter de reporter le manque de protéines en mangeant plus d'hydrates de carbone ce qui favoriserait une prise de poids.

D'après le *Professeur Lothar Wendt* il n'existe pas d'inconvénients ni d'effets secondaires à ce changement alimentaire. Les effets salutaires se font sentir au bout de 3 semaines chez certains sujets, au bout de 3-4 mois chez d'autres. C'est tout à fait personnel et dépend de l'encrassement protéique chez chacun.

Quelles autres maladies peut-on traiter avec cette réforme alimentaire ?

Toutes les maladies de la civilisation moderne :

- Cardio-vasculaires.
- Infarctus du myocarde.
- Accident vasculaire cérébral. (AVC)
- Artériosclérose.
- Problèmes circulatoires, varices...
- Hypertension.
- Allergies
- Hypercholestérolémie.
- Triglycérides
- Fibromyalgie.
- Toutes les maladies rhumatismales, arthrose, arthrite, polyarthrite, goutte...
- Diabète de type 2. (C'est une maladie de compensation bien expliquée par *L. Wendt*)

- Maladies rénales
- Ostéoporose (Journal of Nutrition) (*Dr. John McDougall* expert en ostéoporose dit qu'il ne sert à rien de consommer plus de calcium)
- Adénome prostatique (les protéines animales produisent des amines biogènes et des poisons forts : phénols, indole et ammoniac)
- Et probablement d'autres maladies encore !

D'après le *Prof. Lothar Wendt* et très curieusement ce mode alimentaire marche parfaitement bien dans beaucoup d'autres pathologies différentes. Rendez-vous compte de l'économie que pourrait faire la Sécurité sociale si nos autorités sanitaires voulaient conseiller un minimum de prévention par un changement alimentaire.

Conclusion

Les lobbyings pharmaceutiques, industries alimentaires, agricoles, de l'élevage animal de consommation, sont immense. Ces différents lobbies sont trop puissants pour que nos autorités officielles décident de faire appliquer l'enseignement d'office de la prévention alimentaire active à l'école et parmi la grande masse de la population. Hélas les sbires de Big Pharma et tous les autres lobbies de tous bords veillent au grain. Ce n'est pas demain que nous verrons un changement d'attitudes de nos autorités sanitaires officielles. C'est donc finalement au particulier seul, sans aide d'aucune sorte de prendre sa propre santé en main pour soigner son arthrose sans dépenser d'argent.

« Non, l'arthrose n'est pas causée par l'usure des cartilages mais par un excès d'apport protéique dans notre alimentation »

Pour que chacun puisse essayer cette réforme alimentaire je suis entrain de finaliser un livre donnant encore plus d'explications sur le sujet et qui facilitera la mise en ouvre pratique de cette méthode alimentaire.

« Soignez l'arthrose naturellement »

Richard Haas

Editions Grancher

Sortie de ce nouveau livre courant septembre 2014

Richard HAAS.

Bibliographie

Il n'existe sur ce sujet que deux livres uniquement en allemand.

« **Die Eiweisspeicher-Krankheiten** »

Prof. Lothar Wendt

(ouvrage médical épuisé de 473 pages avec bibliographie de plus de 900 références scientifiques, disponible uniquement en photocopies chez « L'arthrose Selbsthilfegruppe » <http://www.prof-wendt.de/profdrllotharwendt/index.php>

« **Arthrose, der Weg zur Selbstheilung** »

Eckhard Karl Fisseler

Hans Nietsch Verlag

(ouvrage pour tous de 218 pages) <http://www.arthroseselbsthilfe.de/index.html>

Professeur Thomas Wendt (fils du Prof. Lothar Wendt)

(Contact en allemand et anglais)

Innenstadtpraxis am Kardiozentrum

Roßmarkt 23

D - 60311 Frankfurt

Tel.: 00 49 69 - 91 30 91 0

E-Mail: info@prof-wendt.de

[http://www.prof-](http://www.prof-wendt.de/profdrllotharwendt/daskonzeptdereiweisspeicherkrankheiten/index.php)

[wendt.de/profdrllotharwendt/daskonzeptdereiweisspeicherkrankheiten/index.php](http://www.prof-wendt.de/profdrllotharwendt/daskonzeptdereiweisspeicherkrankheiten/index.php)

<http://www.prof-wendt.de>

Arthrose Selbsthilfe (ASHG) (Association d'entraide pour l'arthrose » ou AEA)

(Contact en allemand)

Am Mühlenberg 2,

D - 34587 Felsberg

Tel.: 00 49 56 62 40 88 51

E-Mail: fisseler@arthroseselbsthilfe.de

<http://www.arthroseselbsthilfe.de>