

TABLE DES MATIÈRES

Avant-propos	1
Chapitre 1	9
Un peu d'histoire	
Chapitre 2	13
Mais qui est cette levure qui prend le contrôle de notre existence ?	
Quel est l'environnement le plus favorable au Candida Albicans ?	18
Questionnaire	24
De quoi est constitué le Candida Albicans ?	26
Le Candida ou l'art de contourner la nature !	31
Chapitre 3	35
Portrait de l'amidon	
Qu'est-ce que l'amidon ?	37
Où trouve-t-on l'amidon ?	41
Assimilation de l'amidon	43
Au sujet des amidons modifiés	44
Les pathologies liées à l'amidon ne sont pas nées d'aujourd'hui !	50
Pourquoi le Candida augmente-t-il la perméabilité intestinale ?	52
Chapitre 4	55
Le sucre, fontaine de jouvence pour les Candida Albicans	
Petite visite aux sucres	57
Que fait le sucre dans notre organisme ?	65
Quelle est la place du sucre dans votre alimentation ?	75
Chapitre 5	79
Comment nos intestins fonctionnent-ils ?	
Chapitre 6	91
L'autre visage du Candida Albicans	

Chapitre 7	105
Recettes pour se concocter une bonne Candidose	
Chapitre 8	113
Les conséquences de la Candidose	
Le stress, la dépression nerveuse et la Candidose	117
La prise de poids et la Candidose	123
L'hyperinsulinisme et la Candidose	129
Le tabac, la candidose et l'hyperinsulinisme	141
Les mycoses vaginales et la Candidose	147
Les infections urinaires et la Candidose	155
La grossesse et la Candidose	161
La candidose mammaire	167
Le muguet et la candidose	173
La candidose à fleur de peau	179
Le Psoriasis	181
Les dermatites atopiques	183
Les polypes nasaux et intestinaux	184
L'acné, une pathologie complexe	187
Le syndrome de fatigue chronique et la Candidose	191
Le système hormonal et la Candidose	197
Les syndromes prémenstruels	200
Les signes d'hypothyroïdie et la Candidose	207
L'endométriase et la Candidose	211
L'andropause et la Candidose	217
À l'âge de la procréation	223
Le Trouble du déficit de l'attention, l'hyperactivité, l'autisme... et la Candidose	225
L'asthme et la Candidose	235
L'arthrite et la Candidose	243
La fibromyalgie	253
Le lupus et la Candidose	255
Les artères et la Candidose	261
Le cancer et la Candidose	269
La Candidose et la maladie de Lyme	279

Chapitre 9	285
La Candidose peut être présente dès les tout premiers jours de notre vie	
Chapitre 10	291
Les groupes sanguins, l'iridologie et la Candidose	
Chapitre 11	325
Préambule à l'alimentation : Le végétarisme et la Candidose	
Chapitre 12	337
Éliminer définitivement le Candida c'est possible, tout à fait réalisable et pour tout le monde !	
Dans les bases du régime anti-Candida, ce qu'il faut éviter	345
Changer ses habitudes, oui, mais comment s'y retrouver ?	347
Chapitre 13	357
Un changement alimentaire n'est pas synonyme de carences	
Chapitre 14	365
À table !	
Chapitre 15	375
Bien choisir sa thérapie	
Chapitre 16	407
L'équipe de Candida au grand complet	
Conclusion	417
Index	421
Bibliographie	427