

POLLUTION ATMOSPHERIQUE

- Nous faisons 22000 respirations / j
- A chaque respiration, nous sommes en contact avec 6000 particules potentiellement contaminantes ou allergisantes.
- Influence sur les maladies cardiaques, les jours de pic de pollution, on note une augmentation de 161% d'infarctus du myocarde.
- L'asthme infantile est en progression constante.
- On constate plus de 30000 décès prématurés dus à l'exposition chronique aux pollutions contre 5000 décès par accidents de la circulation.

SOURCES DE POLLUTION INTERIEURE

- Peintures, colles, contreplaqués
- Revêtement de sols, tapis, tissus
- Produits d'entretien
- Appareils électriques
- Poussière
- Pollen
- Mites, acariens
- Poils d'animaux...

LES IONS POSITIFS

- L'ion positif en manque d'électrons capte les grains microscopiques de poussières, de fumées, de micro-organismes...Il est chargé d'électricité positive.
- Malaises au changement de saisons, par temps lourd et orageux, à la nouvelle lune, par grand vent, dans des montagnes, par temps humide ou de brouillard, par l'air confiné ou conditionné (la clim. génère des ions positifs)

NOCIVITE DES IONS POSITIFS

- Les modifications de notre environnement nécessitent une adaptation trop rapide pour les rythmes biologiques de nos organismes, d'où les maladies...
- Le Dr canadien Romero Sierra signale que « *toute pathologie entraîne un changement des champs électrique et magnétique de l'organe ou de l'ensemble de l'être vivant atteint* » En vertu de la réciprocity de l'induction électrique, toute modification de l'ionisation de l'environnement altère notre propre électricité et par conséquent l'ensemble de notre organisme.

Conséquence de l'abondance d'ions positifs

- Maux de tête
- Nausées
- Irritabilité
- Diminution de la vitesse des réflexes
- Fatigue
- Rhumes, rhinites, sinusites... affections ORL
- Asthme et maladies de peau

Les ions négatifs

- « Vitamines de l'air » : la charge négative de l'ion est due à la surcharge d'électrons négatifs. Les ions négatifs sont petits et mobiles. Les ions négatifs sont presque exclusivement des ions d'oxygène.
- Ils proviennent des gaz radioactifs du sol, de la fonction chlorophyllienne, des rayons ultraviolets, des gouttelettes d'eau de la pluie, des vagues, des cascades, des éclairs et des orages...

Concentration d'ions négatifs

- Quantité d'ions négatifs par cm³ d'air :
- Cascades 10000 à 50000
- Montagne 8000
- Mer 4000
- Forêt 3000
- Villes 300
- Villes polluées 50
- Locaux habités 25
- Voitures 15

Effets positifs des ions négatifs

- **Les micro-organismes** sont tués en présence d'ions (bactéries, spores et moisissures), stérilisation de l'air, dépoussiérage (50% après 1h d'ionisation), suppression des microbes inclus dans les poussières : *ionisateurs dans les blocs opératoires*
- Croissance accélérée **des plantes**
- **Chez l'homme**, action sur le sang, diminution de l'acidité, augmentation du nombre de globules rouges et de leur teneur en oxygène, fluidifie le sang et diminue le mauvais cholestérol
- Régulation de la tension artérielle
- Protection du système respiratoire par l'accélération des cils vibratoires et la stimulation de sécrétion du mucus, suppression des spasmes bronchiques : effet bénéfique sur l'asthme
- Augmentation de l'appétit et de la vitalité, amélioration du sommeil, meilleure concentration
- Puissance et rapidité de la contraction musculaire accrues, récupération à l'effort
- Stimulation des glandes hormonales : *surrénales* (cortisone :les allergies, l'arthrite, la fatigue,les rhumatismes, équilibre des sels), *hypotalamus* et *hypophyse*, *thyroïde*, *gonades* : stimulation des testicules et des ovaires, régularisation du cycle menstruel, les ions positifs étant des inhibiteurs de l'ovulation.
- Stimulation du système immunitaire (contre les infections), stimulation de la diurèse du rein

bibliographie

- Dossier environnement de la *revue CAPITAL* pollution et réchauffement climatique
- *Guide équilibre, santé* de l'Institut Pasteur
- *Ionisation, santé, vitalité* Dr Hervé Robert
- *The ion miracle the benefits of negative ions on physical and mental well-being* Jean-Yves Coté
- *Les oxions* Comment améliorer votre santé sans drogues ni médicaments grâce aux « vitamines de l'air » Pr Jacques Métadier

