



Pourquoi on tousse ?

Ça fait maintenant deux heures que le petit tousse sans arrêt. Deux heures! Et vous, vous essayez tant bien que mal de dormir... ou encore ça fait maintenant 2 jours que vous êtes aux prises avec une vilaine toux. Et on dirait qu'il n'y a rien à faire, la toux veut persister... Qu'est-ce qu'on fait dans ce temps-là?

La culture populaire est responsable de la plupart de nos réactions vis-à-vis de notre santé. Les réflexes que nous avons par rapport à la toux n'ont pas échappé à ce conditionnement. Dans le cas de la toux, la culture populaire nous a appris que celle-ci apparaît généralement après avoir attrapé une bactérie ou un virus. « J'ai attrapé la grippe donc je tousse. » Et puisque c'est un virus ou une bactérie qui cause notre toux, il va de soit qu'il est impératif de limiter les dégâts au maximum, d'autant plus que cette toux rend notre vie insupportable, en nous empêchant de dormir particulièrement.

*On choisit donc habituellement de prendre un médicament contre la toux, comme du Bénylin, Robitussin, Sinutab-Nuit, Tylenol-Grippe, Contact-Toux, etc. Pourtant, l'édition de juillet 2004 du journal médical *Pediatrics* nous indique que tous ces médicaments, malgré leurs nombreuses promesses à la télévision, ne sont pas mieux qu'un placebo (un faux médicament) pour arrêter la toux des enfants pendant la nuit. En plus, la même étude démontre que ces mêmes médicaments ne résultaient pas en un meilleur sommeil pour les parents non plus, parce qu'ils ne sont pas efficaces. Hmm...*

Si la meilleure et plus récente solution proposée par la culture populaire n'apporte pas de résultats, que faut-il conclure? Qu'il faut attendre la sortie du prochain nouveau médicament miracle? Un nouveau médicament super-extra-méga-fort, qui goûte deux fois plus mauvais qu'avant tellement il est fort? Ça vous fait sourire? Probablement parce que vous savez comme nous que c'est ce qui s'en vient.

Quelle est la solution alors? Nous proposons que la solution consiste à commencer par comprendre ce qu'est la toux. La culture nous apprend que c'est la bactérie ou le virus, la maladie qui nous fait tousser. C'est là une faille fondamentale de notre façon de penser, car C'EST FAUX!

Si c'était la bactérie ou le virus qui produisait la toux, on tousserait continuellement, car à tous moments nous avons dans notre bouche, notre trachée, nos bronches et nos poumons des centaines de milliers de microbes. Et pourtant, on ne tousse pas tout le temps.

Ce n'est pas le microbe qui fait tousser, mais bien le corps qui « choisit » de tousser. Dès que le corps perçoit un changement dans sa flore microbienne qui lui fait savoir qu'il est temps de « faire le grand ménage », il entraîne une cascade de réactions qui produisent ce que nous appelons un rhume ou une grippe.

Quels sont les symptômes de cette fameuse grippe?

- Toux (expulser les bactéries des voies respiratoires, et changer les cellules superficielles de l'épithélium respiratoire)
- éternuements (expulser les bactéries des voies respiratoires à 185 km/h!)
- larmolements (les larmes contiennent des substances anti-douleur et nettoient les yeux des microbes qui pourraient s'y être installés)
- parfois un peu de fièvre (pour chaque degré celsius d'augmentation, il y a augmentation de 115 % de l'efficacité du système immunitaire).

Lorsqu'on vit ce qu'on appelle un rhume, il survient aussi d'autres changements que vous ignorez peut-être. Par exemple, le corps produit une protéine appelée P53, qui est une substance anti-tumorale (protège contre le cancer) et de l'interféron (une autre substance anti-cancéreuse.)

Bref, si le rhume nous paraît peu agréable, c'est pourtant une réaction normale et bénéfique de l'organisme qui veut se protéger des microbes, qui nettoie en même temps toute sa tuyauterie, et qui en profite pour éliminer tout début de tumeur cancéreuse. N'est-ce pas génial ? Pourtant, la culture nous enseigne à étouffer tout ça avec du sirop contre la toux. Qui ne fait même pas ce qu'il devrait faire!

La chiropratique Network est une science vitaliste, ce qui veut dire qu'elle vise à permettre au corps de s'exprimer pleinement, que ce soit avec ou sans symptômes inconfortables. Si les symptômes sont généralement inconfortables, ils ont toujours leur raison d'être.

En permettant au système nerveux d'être plus efficace, les soins Network permettent au corps d'effectuer toutes ses fonctions plus efficacement. C'est pour cette raison que souvent avec les soins, les symptômes désagréables durent moins longtemps. Pourtant, nous ne voulions pas les enlever, mais leur permettre de s'exprimer à leur maximum d'efficacité, aussi longtemps que nécessaire.

Vous toussez présentement? C'est le meilleur temps pour profiter d'un ajustement Network, qui va vous aider à être plus efficace dans le grand ménage de vos voies respiratoires.