

Le charbon végétal activé : indispensable à la maison

rédigé le 25 février 2014 à 18h10 **Michel Dogna**

N'est-il pas consternant de constater qu'à notre époque où le problème crucial de la santé publique est l'intoxication, l'incroyable efficacité du charbon activé et son mode d'utilisation, médicalement connus depuis plus d'un siècle, ne fasse l'objet d'aucune information dans le domaine public, ni au niveau du cabinet médical ?

L'histoire du charbon végétal commence 1813. Un certain Bertrand, chimiste français, fait une démonstration publique. **Il tient une fiole qui contient 5 g de trioxyde d'arsenic (1 cuillère à thé comble), de quoi tuer 150 hommes.** Il lève le bras et porte le breuvage aux lèvres. Dans quelques minutes, il devrait ressentir les effets inexorables de cette drogue : nausée, vomissement, diarrhée, brûlure intense de la bouche et de la gorge, crampes atroces dans le ventre, déshydratation rapide et mort. Devant les yeux médusés et horrifiés de la foule, Bertrand vaque pourtant tranquillement à ses affaires et ne présente aucun trouble. `

En 1831, un pharmacien de Montpellier nommé Touéry, effectue le même tour mais, cette fois, devant l'Académie française de médecine. **Il avale 1 g de strychnine** (10 fois la dose mortelle). Ce poison foudroie un homme en 10 minutes dans des convulsions incontrôlables et un arrêt respiratoire au milieu d'un rire nerveux effrayant, dont le spectacle ne s'oublie jamais. Pourtant, Touéry reste calme et détendu et n'a aucun trouble, à la stupéfaction totale des professeurs.

Le secret ? Bertrand et Touéry avaient tous deux étudié l'action du charbon végétal sur les poisons, en particulier avec des rats ? et tous deux ont voulu démontrer qu'ils avaient découvert l'antidote universel. Ce qui a pu être vérifié par la suite.

En ce qui concerne Touéry, celui-ci a rapporté qu'**il avait préalablement enrobé la strychnine dans 15 g de poudre fine de charbon végétal.** Il continua ses travaux de recherche jusqu'en 1940. Patience et longueur de temps ? et ce n'est qu'en 1984 (plus de 150 ans après l'expérience de Bertrand !) que le JAMA (Journal of the American Medical Association) publia deux articles sur l'usage du charbon activé contre l'empoisonnement à la théophylline (broncho-dilatateur) et au phénobarbital.

Un déferlement de confirmations à travers l'histoire

- Le papyrus d'Ebers 1550 avant J.-C. mentionne déjà la poudre de charbon.
- Hippocrate (400 avant J.-C.) et Pline (50 avant J.-C.) recommandent le charbon de bois dans le traitement de l'épilepsie, du vertige, de la chlorose et de la « maladie du charbon » contractée par les tanneurs.
- En 1773, Scheele explique le phénomène d'absorption des gaz par le charbon.
- En 1785, Lowitz montre que le charbon est capable de décolorer de nombreux liquides.
- En 1793, D.M. Kehls conseille dans son mémoire l'usage du charbon pour éliminer les

- odeurs de la gangrène, purifier l'haleine, les fièvres putrides et tous les états bilieux.
- En 1846, Garrod publie, en Angleterre, un rapport sur la neutralisation de la strychnine administrée à des chiens, des chats et des lapins, expérimente ensuite la neutralisation de l'opium, de la morphine, de l'aconitine, de l'ipéca, de l'émétine, de la vératrine, la cantharidine, la ciguë, la stramoine, le delphinium, le bichlorure mercurique, le nitrate d'argent et les sels de plomb.
 - En 1848, Rond reprend les expériences de Garrod sur les humains.
 - Entre la fin du XIXe siècle et le début du XXe siècle, on dénombre plus de 40 exposés sur le sujet
 - En 1862, Stenhouse est le précurseur des masques à gaz (au charbon) qui furent utilisés pendant la guerre 14-18.
 - En 1865, Hunter découvre les performances du charbon de noix de coco pour absorber les gaz.
 - **De nos jours**, l'utilisation des filtres à charbon est désormais courante dans toutes les filières industrielles qui manipulent des produits toxiques. En milieu hospitalier, les salles d'opération sont assainies par des filtres à charbon pour neutraliser les gaz anesthésiques (halothane, éther, cyclopropane, métoxyflurane, propanidide, protoxyde d'azote). Les produits d'assainissement de l'eau : chlore, ozone, bioxyde de chlore, permanganate... tous toxiques, peuvent être éliminés facilement par des filtres à charbon.

Même les scientifiques n'ont aucun doute

Aujourd'hui, on possède les preuves scientifiques que le charbon actif absorbe tous les poisons ainsi que les toxines bactériennes dans l'intestin. Depuis 10 ans, plus de 500 articles médicaux (uniquement en anglais !) ont offert plus de 10 000 références scientifiques sur le sujet. Le charbon est probablement l'agent de décontamination le plus simple, le plus valable et le moins cher que nous connaissions. Mais le public et les malades, et même beaucoup de médecins, ne le savent pas.

Comment le fabrique-t-on ?

Pour être au maximum de ses possibilités, le charbon activé est obtenu en deux étapes :

La carbonisation : On calcine du bois en le chauffant à une température variant entre 600 et 900° en l'absence d'air.

L'activation : Le bois est recalciné aux mêmes températures, mais cette fois, en présence de vapeur d'eau, d'air ou de gaz oxydants. Ceci permet le développement d'un réseau de micropores qui seront de véritables pièges à molécules indésirables. L'extrudation de la poussière de charbon développe une surface de contact phénoménale : 1 cm³ de charbon pulvérisé présente une surface totale de 1 km² et 500 g de charbon contiennent 50 000 millions de pores.

Ceci explique ses performances : il peut absorber 97 fois son volume de gaz carbonique, 165 fois son volume d'anhydride sulfureux et 178 fois son volume d'ammoniac... Dans l'intestin, une pompe à poisons

Le charbon activé est aussi efficace pour le mercure, le plomb, les insecticides, les herbicides, les hormones et même certaines substances radioactives. Depuis 15 ans, on utilise le charbon activé

pour désintoxiquer des analgésiques, des fébrifuges, des antidépresseurs tricycliques, des glucosides cardiotoniques, des solvants organiques, de la plupart des médicaments à effets iatrogènes et des produits chimiques.

L'intestin étant une paroi poreuse, il s'y effectue un travail de dialyse par le principe de l'osmose. Ceci veut dire qu'il se produit un équilibre entre les concentrations de produits solubilisés de part et d'autre de la paroi. Donc, si l'intestin est encombré, les réseaux lymphatiques ne peuvent dégorger dans celui-ci. Le charbon, en libérant l'intestin, active la désintoxication de la lymphe et du sang par le biais du pompage osmotique. **La liste est longue des poisons éliminés par le charbon activé :**

- Les stupéfiants,
- Les médicaments dangereux,
- Les alcaloïdes,
- Les additifs alimentaires,
- Les produits chimiques agricoles,
- Les métaux lourds,
- Les gaz toxiques,
- Les détergents,
- Les solvants organiques,
- La chimiothérapie.
- Les toxines bactériennes telles que celles de la diphtérie, du tétanos, du botulisme, du perfringens,
- Les amines toxiques de décomposition.
- Les venins
- L'histamine du thon,
- Les mycotoxines que l'on trouve dans les aliments à cause des antibiotiques
- Les redoutables aflatoxines.

Comment utiliser le charbon activé

En cas d'intoxication sévère

La dose préconisée est de 50 g pour un adulte, de 1g/kg pour un enfant. Mélanger à de l'eau froide. Cela n'a aucun goût. Répéter les prises de 20 à 50 g de charbon activé toutes les 4 à 6 heures pendant 1 ou 2 jours selon la sévérité de l'intoxication. La quantité théorique du charbon activé doit être au minimum égale à 8 fois le poids de toxique ingéré. La marge de 10 fois est souhaitable. Toutefois, dans les intoxications suicidaires, et chez les sujets comateux, la quantité du toxique est impossible à connaître. On administre alors entre 100 et 120 g de charbon d'office. À savoir qu'une cuillère à soupe contient en moyenne 5 g de charbon.

Pour une cure de drainage

Les posologies sont évidemment modulables en fonction de chaque cas. En moyenne, on peut opter pour le protocole de 2 cuillères à soupe aux 3 repas pendant 15 jours pour un adulte (soit 30 g par jour), puis continuer à raison de 3 cuillères à soupe par jour pendant le mois qui suit si l'on veut obtenir un drainage cellulaire profond. Pour un enfant, remplacer les cuillères à soupe par des cuillères à café, et s'en tenir à 15 jours en tout pour des cas courants. *Petit truc pour ne pas avoir les*

dents noires : boire l'eau charbonnée avec une paille.

Y a-t-il des inconvénients à un usage prolongé du charbon ?

De multiples expérimentations ont été réalisées sur des rats, des moutons, et autres pour voir si le charbon absorbait les nutriments et provoquait des carences à la longue. Leur sang conservait toujours le taux adéquat de calcium, cuivre, zinc, fer, magnésium, phosphore, vitamines... et le pH de l'urine reste constant.

Par contre, il arrive que le charbon ait un effet constipant sur certaines personnes. On adjoint alors des prises de sorbitol. Il faut savoir aussi que le charbon inhibe les contraceptifs oraux et l'action de nombreux médicaments. Il faut donc le prendre plusieurs heures après avoir absorbé une autre substance chimique.

Par exemple : si vous prenez la pilule ou un médicament le matin, prenez le charbon à l'heure du déjeuner. Mais le charbon peut être pris pendant la grossesse.

Quelques inepties commerciales

C'est à croire que l'on invente tout pour saboter ce précieux remède : - Pendant des années j'ai préconisé le charbon du Dr Belloc vendu en pharmacie. Et puis un jour j'ai appris qu'on le sucrat à l'aspartame....

Sont vendues aussi en pharmacie des gélules de charbon mélangé à de l'argile fine, prétendant que l'on additionne ainsi les propriétés adsorbantes des deux produits. Il suffit de les avoir essayées pour constater leur consternante inefficacité ? ce qui est logique car l'argile fine colmatant les micropores du charbon neutralise son action, et se trouve elle-même bloquée. Stupidité ou malveillance ?

On trouve aussi du charbon activé en gélules ? Eh oui, les gélules sont à la mode, parce que pratique ! Et pourtant c'est une bien mauvaise affaire pour trois raisons :

- 1 - les quantités de produit en jeu sont minimes et très insuffisantes
- 2 - le prix au kilo de produit est multiplié par X (peut-être par 10 ou plus)
- 3 - Il existe deux sortes de gélules : classiques à la gélatine de peau de cochon, soit à la gélatine d'origine végétale dont les traitements chimiques durs attaquent l'estomac ? alors?.c'est vous qui voyez ! (sic. Laspales)

Mon conseil : acheter du charbon activé en poudre, c'est la solution la plus économique et la plus efficace. En général, ceux qui en prennent le mélangent à un yaourt au soja. Cela fait un yaourt noir - et il faut surmonter son appréhension - mais cela passe très bien, cela n'ajoute aucun goût. Seule la texture est différente (un peu épaisse) mais on s'en accommode fort bien.

PS : On peut se procurer ce produit dans un grand nombre de boutiques bio ou sur Internet. Faites cependant attention aux dénominations : Prenez plutôt du super activé et du "2000" plutôt que du "1000" qui indique la surface d'absorption du charbon par gramme de poudre (2 000 mètres carrés/gramme pour du "2000")

Attention : Les conseils prodigués dans cet article ne vous dispensent pas de consulter un praticien des médecines alternatives.