

Notre système immunitaire est une véritable armée qui nous protège des envahisseurs. Présent dans tout l'organisme, il nous protège contre les bactéries, les virus et les cellules cancéreuses. Lorsque notre système immunitaire est en bonne santé, nous le sommes aussi. Le système lymphatique est un élément important du système immunitaire, bien qu'on en fasse souvent peu de cas. Le AIM Herbal Release® aide à soutenir cet aspect vital du système immunitaire.

Le système lymphatique

Le système lymphatique englobe les organes lymphoïdes qui sont répartis dans tout l'organisme. Ces organes comprennent la moelle osseuse, le thymus, les vaisseaux lymphatiques, les ganglions lymphatiques et la rate, ainsi que les végétations adénoïdes et les amygdales. Le système lymphatique et les organes lymphoïdes sont ainsi nommés parce qu'ils participent à la croissance, au développement et à la mise en œuvre des lymphocytes, soit les globules blancs qui sont à la base du système immunitaire.

Le système lymphatique joue un rôle central dans l'établissement de la réponse immunitaire. Il permet à l'organisme de se débarrasser des bactéries et des virus, filtre les substances étrangères et les débris cellulaires du sang et produit les lymphocytes. Il élimine les toxines provenant de notre environnement, ainsi que les déchets toxiques produits par le métabolisme des cellules. Si elles ne sont pas éliminées, ces toxines peuvent s'accumuler dans le sang et finir par nous empoisonner.

La moelle osseuse

La moelle osseuse est le tissu mou qui se trouve au centre de tous les os du corps. Elle produit à la fois les globules rouges et les globules blancs. Les globules blancs qu'elle crée se répartissent eux-mêmes en deux types : les lymphocytes et les phagocytes. Ces deux types constituent la première ligne de défense du système immunitaire. La moelle héberge également les lymphocytes B jusqu'à ce qu'ils atteignent leur matu-



rité. Les lymphocytes B combattent les maladies en synthétisant des anticorps dans les liquides physiologiques. Ces anticorps s'attaquent aux bactéries et aux virus.

Le thymus

Le thymus est situé près de la partie supérieure des poumons, derrière le sternum. Il joue un rôle crucial dans la réponse immunitaire. Certains des lymphocytes produits par la moelle osseuse, les lymphocytes T, sont ainsi nommés parce qu'ils développent leur immunocompétence après passage dans le thymus. Ces lymphocytes T contrôlent la réponse immunitaire et attaquent les cellules infectées ou malignes. Le thymus sert également de plaque tournante pour la réponse immunitaire en faisant passer les lymphocytes dans le système lymphatique, lequel les transporte aux parties du corps qui en ont besoin.

Les vaisseaux lymphatiques

Les vaisseaux lymphatiques font circuler les globules blancs dans tout l'organisme. Les globules blancs peuvent également être véhiculés par le sang, mais les vaisseaux lymphatiques sont mieux adaptés au transport des déchets recueillis par les globules blancs. Tout comme des ruisseaux qui se déversent dans des rivières puis des fleuves, les vaisseaux lymphatiques alimentent des canaux de plus en plus grands. Ils se réunissent à la base du cou et leur contenu se décharge dans le courant sanguin, qui transporte les déchets jusqu'aux reins pour y être traités et éliminés.

Les ganglions lymphatiques et la rate

Les ganglions lymphatiques sont de petits points de stationnement en forme de haricots qui sont disséminés dans tout le corps. Ce sont des « salles d'attente » où les globules blancs se réunissent jusqu'à ce qu'ils soient appelés à combattre une invasion pathogène. Il se trouve des grappes de tissu lymphoïde dans la plupart des parties du corps, et notamment dans le revêtement du tube digestif, dans les voies respiratoires et dans les poumons—tous les endroits où les agents pathogènes peuvent pénétrer dans l'organisme. Ces tissus lymphati-



tiques comprennent les amygdales, les végétations adénoïdes et l'appendice. La rate contient également des compartiments spéciaux où les globules blancs se réunissent et font leur travail.

En résumé, le système lymphatique se compose littéralement de centaines de kilomètres de vaisseaux et de ganglions lymphatiques. C'est l'élément clé de l'élimination des déchets produits par tout l'organisme. Les cellules mortes, qui représentent l'un des principaux composants de ces déchets, sont recueillies dans les ganglions lymphatiques d'où elles passent dans le sang, lequel les transporte à son tour jusqu'aux poumons, aux reins, au côlon et à la peau en vue de leur élimination. Tous ces organes, qui constituent le système lymphatique, agissent ensemble pour nous protéger contre les maladies.

Aujourd'hui, grâce à une explosion de la popularité de la médecine alternative, de nombreuses gens savent utiliser les plantes à des fins spécifiques. Tout le monde sait que l'aloès s'utilise pour les soins de la peau, que le soja et l'actée à grappes noires soutiennent la ménopause et que le ginkgo biloba peut améliorer la mémoire.

Les onze plantes dont se compose le AIM Herbal Release® agissent également ensemble dans un but précis, bien que mal connu de la plupart des gens. Elles agissent ensemble pour favoriser la santé lymphatique.

Utilisation du AIM Herbal Release®

- Prendre 2 à 3 capsules par jour avec d'autres produits AIM ou avec un repas, au choix. Vous pouvez augmenter ou diminuer la dose selon vos besoins.
- En période de grossesse ou d'allaitement ou en présence de graves troubles de santé, consulter un professionnel de la santé avant d'utiliser le AIM Herbal Release®.
- Bien refermer après l'ouverture et conserver dans un endroit frais, sec et sombre (20,1-23,8° C; 70-75° F). Ne pas réfrigérer.

Questions et réponses

Qu'est-ce que le système lymphatique et pourquoi est-il important?

Le système lymphatique comprend la moelle osseuse, le thymus, les vaisseaux lymphatiques, les ganglions lymphatiques et la rate, ainsi que les végétations

adénoïdes et les amygdales. Ces organes sont indispensables à l'élimination des déchets physiologiques et au fonctionnement du système immunitaire.

Qu'est-ce que le AIM Herbal Release®?

Le AIM Herbal Release® est un dépuratif à base de plantes qui agit sur le système lymphatique. Il peut aussi favoriser la régularité des intestins.

Dois-je utiliser le AIM Herbal Release® tous les jours?

Les besoins varient d'un individu à l'autre. Certaines personnes considèrent qu'il est utile de prendre le AIM Herbal Release® quotidiennement pendant une courte période (un mois, par exemple). D'autres l'utilisent régulièrement dans le cadre d'un programme général d'entretien de la santé. Le AIM Herbal Release® doit toutefois être pris quotidiennement pendant la période choisie pour son utilisation (et non pas deux fois par semaine ou quand bon vous semblera).

Puis-je prendre le AIM Herbal Release® avec d'autres produits AIM?

Oui. De nombreux membres le prennent avec du AIM Herbal Fiberblend® pour une désintoxication plus complète.

Quelle est la différence entre le AIM Herbal Release® et le AIM Herbal Fiberblend®?

Comme nous l'avons dit plus haut, le AIM Herbal Release® est un dépuratif du système lymphatique. Il cible spécifiquement la santé du système immunitaire. Le AIM Herbal Fiberblend® favorise une désintoxication globale et est aussi une bonne source de fibres. Comme nous l'avons déjà indiqué, de nombreux membres prennent en même temps du AIM Herbal Release® et du AIM Herbal Fiberblend® pour une désintoxication complète.

Est-ce qu'il produit des effets secondaires?

Chez certaines personnes, il peut causer des crampes. Dans un tel cas, il est recommandé de prendre le AIM Herbal Release® avec un repas ou avec du AIM Herbal Fiberblend®.

Plantes médicinales contenues dans le AIM Herbal Release®

Chaque plante contenue dans le AIM Herbal Release® a été sélectionnée avec soin en fonction de sa

capacité à agir avec le système lymphatique pour établir un milieu cellulaire sain. Le AIM Herbal Release® offre ainsi des bienfaits que ne peut procurer aucune des autres formules actuelles à base de plantes.

Racine d'épine-vinette

Agit sur : le foie, la rate, le tube digestif, le sang

L'épine-vinette peut contribuer à traiter l'augmentation de volume de la rate. L'un de ses constituants, la berbérine, aurait des propriétés antibiotiques. D'après les indications de Michael Castleman dans *The Healing Herbs*, l'épine-vinette pourrait également stimuler le système immunitaire et activer les macrophages. D'autres auteurs indiquent qu'elle favorise la circulation de la bile.

Feuilles de boldo

Agissent sur : le foie, l'estomac

Le boldo est un arbuste à feuilles persistantes qui pousse dans la cordillère des Andes. Il passe pour avoir un effet bénéfique sur les troubles de la vésicule biliaire. L'un de ses constituants, l'ascaridole, agirait comme vermifuge pour expulser les vers intestinaux.

Écorce de nerprun

Agit sur : le foie, la vésicule biliaire, les intestins, le sang

Le nerprun est un dépuratif qui favorise l'excrétion des déchets. Il est aussi légèrement laxatif en raison de son contenu d'antraquinone et passe pour favoriser la production de bile.

Racine de bardane

Agit sur : le sang, les reins, le foie

La racine de bardane est depuis longtemps considérée comme un détoxifiant. Dans *herbal Medications*, A.W. et L.R. Priest mentionnent qu'elle peut servir à « ... éliminer les déchets accumulés. » Elle est aussi connue pour son effet bénéfique sur la congestion lymphatique.

Cascara sagrada

Agit sur : le côlon, l'estomac, le foie, la vésicule biliaire, le pancréas

Tout comme l'écorce de nerprun, la cascara sagrada contient de l'antraquinone et est donc légèrement laxative. C'est aussi un tonique général qui favorise le bien-être de tous les systèmes corporels.

Mouron des oiseaux

Agit sur : le sang, le foie, les reins, la vessie

Le mouron des oiseaux est inclus dans de nombreux remèdes traditionnels. On le dit bénéfique pour le sang et les articulations.

Racine de pissenlit

Agit sur : le foie, les reins, la vésicule biliaire, l'estomac, le pancréas, les intestins, le sang

Le pissenlit est renommé à titre de détoxifiant. Dans leur ouvrage intitulé *A Textbook of Natural Medicine*, Joseph Pizzorno et Michael Murray le déclarent un excellent remède pour le foie intoxiqué. Dans *The Yoga of Herbs*, le médecin ayurvédique Vasant Lad et David Frawley indiquent que le pissenlit est également bénéfique pour les ganglions lymphatiques, tandis que Santillo, dans *Natural Healing with Herbs*, le classe parmi les remèdes qui purifient le système lymphatique.

Échinacée

Agit sur : le sang, la lymphe, les reins

L'échinacée était utilisée par les Amérindiens et est reconnue aujourd'hui comme une plante qui soutient le système immunitaire. L'échinacée contient de l'échinacoside, un antibiotique naturel qui lui confère probablement ses propriétés antibiotiques. Des études européennes ont démontré que l'échinacée augmente la production de lymphocytes T. Santillo la classe parmi les remèdes qui purifient le système lymphatique.

Racine de réglisse

Agit sur : les poumons, l'estomac, les intestins, la rate, le foie

La réglisse est une plante réputée pour ses effets puissants. Selon un rapport publié dans *Microbiology and Immunology*, la réglisse stimulerait la production cellulaire d'interféron. Des études effectuées en Asie, ainsi que d'autres publiées dans *Plant Medica* (1984 : 50), montrent qu'elle est bonne pour le foie.

Persil

Agit sur : les reins, la vessie, l'estomac, le foie, la vésicule biliaire

Depuis les années 1850 jusqu'en 1926, le persil était reconnu par la *Pharmacopée des États-Unis* comme laxatif et diurétique. De nos jours, il est surtout utilisé pour rafraîchir l'haleine.

Salsepareille

Agit sur : le sang, la peau, la circulation, les intestins

Comme l'indiquent Joseph Pizzorno et Michael Murray dans *A Textbook of Natural Medicine*, la salsepareille est utilisée en Europe depuis le seizième siècle pour la purification du sang. On pense aussi que la salsepareille se lie aux endotoxines et entraîne ainsi leur évacuation. Si les endotoxines demeurent dans l'organisme, elles peuvent contribuer à un certain nombre de troubles de santé.

Lectures suggérées (en anglais seulement)

Castleman, Michael. *The Healing Herbs*. Emmaus, PA : The Rodale Press, 1991. (*The New Healing Herbs*, 2001.)

Dobelis, Inge, Ed. *Magic and Medicine of Plants*. Pleasantville, NY : The Reader's Digest Association, Inc., 1986.

HerbalGram. Magazine trimestriel de la Herb Research Foundation. Science et recherche récente sur les plantes. Téléphone : 512-926-4900. Télécopieur : 512-926-2345.

Lust, John. *The Herb Book*. New York : Bantam Books, 1974. (Actualisé en 2001.)

Ody, Penelope. *The Complete Medicinal Herbal*. New York : Dorling Kindersley, 1993.

Pizzorno, Joseph et Michael Murray. *A Textbook of Natural Medicine*. Seattle, WA : John Bastyr College Publications, 1985. (2^e édition, 1999).

Santillo, Humbart, N.D. *Natural Healing with Herbs*. Prescott, AZ : The Hohm Press, 1984. (10^e édition, 1993.)

Sites Web

www.all-natural.com/herbindx.html (Herbal Reference Library)

www.botanical.com/botanical/mgmh/mgmh.html (A Modern Herbal)

Bienfaits et propriétés

Bienfaits

- Contribue à entretenir la santé immunitaire
- Contribue à entretenir la santé du système lymphatique
- Purifie le système lymphatique; excellent pour la désintoxication
- Agit comme antiparasitaire

Propriétés

- Plus de sept ans d'usage sûr et bénéfique par les membres de AIM
- 487,5 mg de plantes médicinales par capsule
- Mélange de 11 plantes dépuratives
- 120 capsules
- Capsule végétale

Le AIM Herbal Release® est un produit pour la santé immunitaire. La gamme complète de produits pour la santé immunitaire se compose du AIM Proancynol® 2000 et du AIM Herbal Release®. Utilisez ces produits pour entretenir votre santé immuno-respiratoire.

Distribué exclusivement par