



Chaque jour, chaque cellule utilise mille milliards de molécules d'oxygène pour brûler les substances de l'alimentation et fabriquer de l'énergie. L'oxygène est un catalyseur d'énergie: il facilite l'utilisation des sucres et des graisses par les muscles. Le corps humain a besoin d'avoir une certaine teneur en oxygène pour transformer les carbohydrates, matières grasses et protéines de notre alimentation en chaleur, en énergie et pour la survie. Plus nous aurons d'oxygène, plus d'énergie sera produite. « oxygen + carbon + hydrogen + nitrogen = protein oxygen + hydrogen + carbon = carbohydrates. oxygen + hydrogen = water oxygen + carbohydrates = energy »

Au début d'un effort, les besoins en oxygène montent en flèche. C'est un carburant nécessaire à tout effort physique prolongé (le carburant de l'endurance).

H2Oxygen augmente la capacité immunitaire de l'organisme dans le processus de régénération général. Il existe une relation directe entre le degré de résistance cellulaire et le degré de saturation d'oxygène de l'organisme. L'oxygène est nécessaire dans tous les processus de régénération. Même une faible chute de la capacité de production d'énergie due à un manque d'oxygène peut être responsable de faiblesse, de fatigue ou de difficultés cognitives. Le déclin de la production d'ATP est associé à des défaillances dans le fonctionnement des organes et des muscles. Un manque d'oxygène au cerveau ainsi qu'à d'autres organes peut avoir des conséquences comme le brouillard mental, l'incapacité à se concentrer, le vertige, les nausées. Les symptômes d'un manque d'oxygène peuvent inclure un affaiblissement général, de la fatigue, des problèmes de circulation, une mauvaise digestion, un comportement irrationnel, de l'irritabilité, des brûlures d'estomac ou des complications bronchiques. Lorsque le système immunitaire est affaibli par un manque d'oxygène, l'organisme est plus vulnérable face aux infections opportunistes bactériennes, virales ou parasitaires, aux rhumes ou aux gripes. Chaque jour nous sommes en contact avec 3 millions de bactéries et virus. Constamment des cellules tumorales se forment dans notre corps et sont aussitôt détruites si le système immunitaire est bien renforcé.

Après la prise d'H2OXYGEN, les quantités d'oxygène dans la circulation sanguine sont augmentées de façon très nette.

H2Oxygen est 1460% plus riche en oxygène que l'eau du robinet, les eaux en bouteilles, les jus de fruits, les boissons énergétiques ou sportives, etc... Le niveau d'oxygène d'H2Oxygen peut être mesuré avec un analyseur d'oxygène dissous. H2Oxygen peut-être ajouté à toutes boissons (jus de fruits, boissons énergétiques, thé, etc...). Il peut-être aussi introduit dans les crèmes de beauté ou crèmes de massage pour augmenter leurs niveaux d'oxygène, d'hydratation, de purification tout en allongeant leur durée de conservation.

Les thérapies d'oxygène sont devenues populaires et pratiquées par de nombreux médecins et spécialistes. H2Oxygen n'est que le moyen le plus simple et le plus efficace pour s'oxygéner.

H2Oxygen est 200% naturelle, 200% biologique et organique. Ne contient pas de métaux lourds, pas d'OGM, pas de pesticides, pas d'additifs, pas d'édulcolorants, pas de caféine, pas de sucres, pas d'additifs, pas de conservateurs, pas de vitamines artificiels, n'a pas d'effet secondaire et n'as pas subit de radiation. H2Oxygen est composé de minéraux et d'oligo-élément sous forme catalytique (Calcium (Ca), Copper (Cu), Magnésium (Mg), Potassium (K), Sodium (Na), Sélénium (Se), Fer (Fe), Manganèse (Mn), Zinc (Zn), Nickel (Ni), Cobalt (Co), Vanadium (V), Lithium (Li), Molybdène (Mo), Germanium (Ge), et permet d'éliminer les radicaux libres en excès grâce aux ions d'hydrogène négatifs. H2Oxygen à un niveau d'oxygène dissous de 100.00 part per million. L'eau du robinet et les eaux en bouteilles ont un niveau d'oxygène dissous de ~7 part per million. H2Oxygen est donc 1460% plus riche en oxygène que les eaux en bouteilles.

H2Oxygen grâce à un taux élevé d'oxygène permet de détruire et d'éliminer 99.9% des virus et bactéries pathogènes, le chlore, cyanures, etc... dans l'eau en quelques secondes. Il est également utile en voyage en particulier pour purifier l'eau potable.

Comme indiqué par le Prof Otto Warburg, 2 fois prix Nobel de Médecine, les virus et bactéries ne peuvent vivre que dans un environnement riche en oxygène. L'oxygène détruit donc toutes bactéries anaérobies (Salmonelle, E-coli, les Streptocoques, les Pseudomanases et les Staphylocoques) tout en protégeant les bonnes bactéries aérobies essentielles pour une bonne santé, contrairement aux antibiotiques qui endommage la flore intestinale. Aussi on observe une résistance bactérienne aux antibiotiques (du grec *anti* : « contre », et *bios* : « la vie »), aux pesticides, herbicides ce qui demande une augmentation constante de leur utilisation.

H2Oxygen renforce ainsi le système immunitaire.

Avons-nous suffisamment d'oxygène ?

Sans oxygène il n'y aurait ni énergie, ni respiration cellulaire ni vie sur terre à l'exception de quelques bactéries anaérobies. Dans les ambulances, les cliniques et les hôpitaux, l'appareil d'alimentation en oxygène est un équipement capital. L'oxygène supporte le fonctionnement de chaque système dans le corps. C'est pourquoi l'exercice physique est si important pour une bonne santé. Cependant, même si nous nous entraînons régulièrement, nous n'obtenons pas les niveaux optimums d'oxygénation dans notre corps. Pourquoi? Parce que nous vivons dans un environnement déficient en oxygène, saturé par les émanations chimiques, les émanations de gaz carbonique et les émissions industrielles. Comme le montrent les échantillons d'ambre et les carottes glaciaires il y avait de 30 à 35 % d'oxygène dans l'air que respiraient nos ancêtres. La teneur de l'air en oxygène est aujourd'hui de 18 à 20 % et dans certains environnements pollués elle descend jusqu'entre 12 et 14 %, dangereusement près des 10 % requis pour maintenir la vie humaine sur terre. L'oxygène dans nos eaux à également diminué de 50%. L'air ambiant nous apporte théoriquement tout l'oxygène dont nous avons besoin. Cependant, sa composition peut fluctuer en fonction de conditions climatiques ou de la pollution et la concentration en oxygène diminuer. Nos besoins peuvent également augmenter en fonction de nos activités ou de notre état de santé.

Le stress, le surmenage intellectuel, l'hyperactivité, la nervosité cause aussi une déficience d'oxygène.

La caféine, l'alcool, les excès de sucre, etc...épuisent le niveau d'oxygène.

L'oxygène est un agent de désintoxication très puissant et lorsqu'on en manque, les toxines s'accumulent et nous privent notre corps de son énergie vitale.

L'Oxygène aide les poumons à se débarrasser de grandes quantités de déchets métaboliques gazeux dont le monoxyde (CO) et le dioxyde (CO2) de carbone (mais pas uniquement eux). Lorsque, pour une raison ou

pour une autre, il y a moins d'oxygène ou davantage de gaz toxiques dans l'air que vous respirez, votre organisme, vos cellules peuvent manquer d'oxygène.

Le transport de l'oxygène par l'hémoglobine peut être perturbé par l'inhalation de monoxyde de carbone provenant de la fumée de cigarette ou des gaz d'échappement d'un moteur. Le monoxyde de carbone s'attache préférentiellement à l'hémoglobine au détriment de l'oxygène qu'il chasse. En théorie, l'air pur se compose d'environ 21% d'oxygène et 78% d'azote ainsi que de quantités infinitésimales de gaz divers. En réalité, les activités de l'homme comme la combustion de carburants fossiles tels que le charbon, le mazout, l'essence et le diesel amènent le rejet dans l'atmosphère de vastes quantités d'autres substances.

La composition de l'air peut donc fluctuer à la suite de phénomènes de pollution mais, aussi, pour des raisons climatiques (orages, altitude, humidité ambiante). La pollution diminue la quantité d'oxygène disponible. La proximité des villes et des sites industriels modifie la composition de l'air en y ajoutant des gaz résiduels comme l'oxyde de carbone, les oxydes d'azote, du dioxyde de soufre, de la dioxine ainsi que certaines vapeurs d'organochlorés ou d'hydrocarbures. Dans certaines cités industrielles comme Gary, dans l'Indiana, aux Etats-Unis, les niveaux d'oxygène peuvent ne plus représenter que 12 à 14% de l'air, se rapprochant dangereusement de la limite de 10% indispensable à la survie de l'homme.

L'appauvrissement de la quantité d'oxygène se répercute à tous les niveaux de l'organisme. La pression en oxygène diminue aussi dans les poumons, le sang et les tissus musculaires. Cela se traduit immédiatement par une baisse du niveau des performances physiques. A 1.800 mètres, nos capacités sont réduites à 90% de celles que nous avons en plaine et à 60% à 5.000 mètres.

Des villes comme Mexico ou Denver cumulent les deux effets qui diminuent les niveaux d'oxygène : pollution et altitude. Les personnes qui viennent d'arriver dans ces cités souffrent fréquemment du mal des montagnes. L'organisme finit cependant généralement par s'adapter à l'altitude.

Dans la cabine d'un avion, malgré la pressurisation de l'appareil, la pression correspond à celle que l'on relève à une altitude de 1.500 à 2.500 mètres. En d'autres termes, l'atmosphère à l'intérieur d'un avion est équivalente à celle que l'on retrouve au sommet d'une petite montagne. Là encore, la quantité d'oxygène disponible dans l'air est diminuée. Le décalage horaire est en partie causé par cette déficience en oxygène.

L'air à l'intérieur des locaux est lui aussi pollué. La pollution urbaine est également présente à l'intérieur des locaux. Il existe aussi des sources de pollution dans les bâtiments et les maisons comme les cuisinières à gaz, les nettoyeurs ménagers, le tabagisme ou le revêtement de surface. Le métabolisme humain, consommant de l'oxygène et rejetant du dioxyde de carbone, participe aussi à cette pollution. Ventiler fréquemment pour renouveler l'air à l'intérieur des bâtiments peut ne pas suffire à apporter tout l'oxygène nécessaire au métabolisme des occupants.

H2OXYGEN ET BIEN-ETRE DE LA PEAU

Quand une peau perd de l'oxygène, elle perd également son éclat et sa vitalité. Une fois atteint l'âge de 25 à 30 ans, la peau peut perdre jusqu'à la moitié de l'oxygène qu'elle contenait quelques années auparavant à cause du ralentissement de la *circulation sanguine*, du *stress*, des *dommages causés par le soleil*, du *tabac* et *d'expositions fréquentes à des facteurs de dessèchement* comme la *climatisation* ou le *chauffage*.

NOTRE EAU, NOTRE ENVIRONNEMENT ET L'OXYGÈNE DISSOUS:

L'oxygène dissous est la mesure la plus ancienne et la plus synthétique réalisée sur l'eau pour apprécier sa qualité puisqu'il permet d'évaluer la capacité des fleuves à maintenir la vie aquatique et à assurer l'auto-épuration des charges polluantes. Les déficits brutaux en oxygène sont les manifestations les plus évidentes des surverses (rejets qui comportent fréquemment une part importante d'eaux usées mélangées aux eaux de

pluie qui ont ruisselé sur les surfaces urbaines) de réseau unitaire par temps de pluie. Les nitrates constituent néanmoins une gêne en tant que sels nutritifs participant à l'eutrophisation de la rivière.

En plus de la pollution chimique, on s'inquiète de la réduction d'oxygène dans les eaux profondes de l'estuaire: l'oxygène dans ces eaux semble avoir diminué de 50 % en moins de 20 ans. Le phénomène d'eutrophisation est mieux connu dans les lacs et les rivières mais il existe dans de nombreuses baies et petits estuaires trop exposés à la contamination organique et principalement aux nutriments (azote, phosphore, ...) provenant de l'agriculture, de l'élevage intensif et des égouts urbains. Il en résulte une prolifération de végétaux, d'algues et de déchets organiques qui stimulent les bactéries et en bout de ligne provoquent une asphyxie du milieu. Dans le cas de l'estuaire maritime, le développement excessif et rapide des microalgues pourrait entraîner des problèmes de carence en oxygène dans les eaux profondes dont le renouvellement est très lent. Une réduction trop importante de l'oxygène au fond de l'estuaire pourrait conduire directement à des modifications profondes de l'écosystème benthique : réduction de la biodiversité et passage vers des espèces plus tolérantes à la rareté de l'oxygène, fuite des poissons et des crustacés vers des sites mieux aérés parce qu'ils sont plus actifs que les vers ou les Échinodermes et ont des besoins constants en eau bien oxygénée. L'utilisation du chlore appauvri également nos eaux en Oxygène

Les résultats suivants peuvent être observés suite à l'ingestion d'H2Oxygen :

- Amélioration de la circulation sanguine
- Réduction des radicaux libres
- Réduction des douleurs, maux de têtes et des migraines
- Permet une détoxification et élimination des toxines.
- réduction du temps de récupération après effort
- stimulation des fonctions cérébrales (mémoire, temps de réaction, concentration)
- diminution de l'effet de stress
- amélioration de la défense anti-infectieuse et santé fortifiée
- possibilité d'augmentation de l'espérance de vie et meilleure santé
- raccourcissement des temps de soins nécessaires
- prévention des maladies cancéreuses grâce à l'augmentation du niveau énergétique et diminution de l'hyperacidité de la cellule
- aide dans les traitements de désintoxication du foie
- meilleure efficacité des médicaments et réduction des effets nocifs
- augmente et optimise les performances physiques
- augmente la combustion graisseuse
- renforce le système immunitaire
- contribue à réduire les insomnies
- contribue à diminuer sa consommation de tabac, alcool, drogues, sucres, café, viande, boissons sucrées ou gazeuses (passage d'une production d'énergie anaérobie à une production d'énergie aérobie).
- contribue à augmenter sa consommation de légumes verts, fruits, eau, etc...
- augmente la résistance à l'effort
- aide à la détente du corps et de l'esprit
- crée un sentiment général de bien être

AVIS DES DOCTEURS ET PROFESSIONNELS DE LA MEDECINE SUR L'UTILISATION DE L'OXYGENE COMME TRAITEMENT.

Dr. George H. Sands, M.D. Beth Israel Medical Center New York, New York:

“Le traitement des migraines par l'oxygène avait d'abord été mentionné en 1939.”

Dr. Alvarez de la Mayo Clinique à Rochester a traité de sévères migraines grâce à l'augmentation du niveau d'oxygène dans le sang.

Dr. Kudrow, Dr. Fogan ont traités de nombreux patients atteints de migraines et maux de tête avec l'oxygène.

Dr. Arthur C. Guyton, M.D: « Toutes les douleurs chroniques sont dû à un manque d'oxygène au niveau cellulaire. »

Dr. Otto Warburg a fait de nombreuses recherches pour expliquer pourquoi la cellule saine à besoin de l'oxygène pour créer l'énergie nécessaire à la vie. Il a reçu le prix Nobel de Médecine à deux reprises basé sur ces recherches sur l'importance de l'oxygène.

S'il y a un manque d'oxygène au niveau cellulaire, aucune vie n'est possible et la cellule meure. Il a prouvé que le cancer ne pouvait se développer dans un environnement riche en oxygène. Lors de sa conférence, il a démontré que lorsqu'il y a manque d'oxygénation et d'oxydation, la fermentation est substituée à l'énergie cellulaire.

... « Parmi toutes les maladies, le cancer a d'innombrable causes secondaires. Presque tout peut causer le cancer, et même pour le cancer, il n'y a qu'une cause principale. Résumé en quelques mots, cette cause principale du cancer est le remplacement de la respiration de l'oxygène dans des cellules normales par la fermentation du sucre, toutes les cellules normales rencontrent leur besoin d'énergie par la respiration d'oxygène, puisque les cellules du cancer rencontrent leur besoins d'énergie en grande partie par la fermentation. Toute cellule normale est donc obligée d'être aérobie, puisque toute cellule cancéreuse est partiellement anaérobie. Du point de vue physique et chimique de la vie, cette différence entre des cellules normales et cancéreuses est si grande qu'il serait difficile de s'imaginer que cette différence soit plus grande. Le gaz oxygène, ce fournisseur d'énergie chez les plantes et les animaux, est détrôné dans les cellules cancéreuses et remplacé par une énergie, des réactions résistantes parmi les plus petites formes vivantes. »

...

Les recherches du Dr. Stephen Levine (un respectueux Docteur en biologie moléculaire et génétique) et du Dr. M. Kidd ont confirmées que « ...l'oxygène est à l'origine de la vie de toutes les cellules. Le Dr Steven Levine, un chercheur en nutrition des plus respectés, a déclaré que : « nous pouvons affirmer que la plus grande cause de toutes maladies est un manque en oxygène. » « L'appauvrissement de l'oxygène dans le sang pourrait très bien être le point de départ de la perte du système immunitaire et le début des problèmes de santé pathologiques » « La douleur est le cause d'un manque d'oxygène. Moins l'oxygène est présent dans les cellules, plus nous ressentons des douleurs. »

Le Dr Parris Kid affirme que « L'oxygène était le pivot dans le fonctionnement du système immunitaire; La résistance «à la maladie, aux bactéries et aux virus»

Prof. Dr. Otto Warburg, Prix Nobel, Prof. Dr. h. c. mult. Manfred v. Ardenne, depuis 1934, ont étudié les effets de l'oxygène sur l'organisme sain ou malade.

D'après le Prof. v. Ardenne, la saturation d'oxygène de l'organisme est nettement diminuée par un manque d'activité corporelle, des infections ou des toxines diverses qui engendrent rapidement des crises et des maladies. Une baisse prononcée de la vitalité corporelle et mentale, surtout à un certain âge, peut être observée.

Le manque d'oxygène produit une nette baisse du volume-minute du cœur; le transport de l'oxygène se trouve réduit dans tout l'organisme. Avec l'âge, l'alimentation en oxygène peut baisser jusqu'à ne plus atteindre que 60% de la normale. Une aggravation de l'état général s'en suit, avec une baisse de la défense

immunitaire et des troubles de la fonction circulatoire. Les points faibles génétiques de l'organisme sont les premiers touchés par la maladie. La thérapie à l'oxygène permet de repousser vraiment les échéances critiques; en plus, la phase de régénération en cas de maladie ou d'opération est accélérée.

Le Dr. Freibott explique pourquoi l'oxygénation et l'oxydation sont si vitales : «c'est le manque d'oxygène en quantité suffisante dans l'organisme qui prévient l'oxydation.» Ce phénomène est nécessaire pour permettre à la cellule de se régénérer biologiquement. «le fondement de la vie et de la mort repose sur ce processus» « Si l'environnement normal de la cellule peut être maintenu, celle-ci ne perdra pas son potentiel de croissance et de reproduction. L'oxygène est un puissant désintoxiquant. Lorsque sa quantité est déficiente, des toxines commencent à affecter les fonctions du corps et à épuiser le corps vivant qui fournit l'énergie. »

Dr Bern Friedlender, chiropraticien, entraîneur d'athlète et consultant en nutrition...« Sans oxygène, il ne peut y avoir d'alimentation. Sans alimentation, aucune chaleur ni énergie ne peut être créée et le corps ne peut se purifier par lui-même. Le développement libre de ce processus métabolique est le résultat d'une circonstance que nous appelons la santé sonore » ...

Briand Goulet, herboriste certifié...

« Les anciens savaient qu'un vaste approvisionnement en oxygène dans les poumons, dans le sang et dans les tissus, maintient une santé radiante, un cœur actif, un pouls stable, un teint rosé, une pensée positive, un tempérament et un enthousiasme élevés pour la vie. Réciproquement, un manque d'oxygène entraîne la maladie, un appauvrissement de la vitalité, un affaiblissement de la résistance, des idées noires et un manque de disposition. L'homéostasie cellulaire dépend des approvisionnements appropriés d'oxygène fournis par le sang. »

Dr William Koch, médecin et expert en oxydation...

« La pire sorte de radicaux toxiques libres dans le corps humain est formée de composés qui proviennent des gaz d'échappement des voitures ».

Aujourd'hui, des autorités très en vue insistent sur le fait que la plu part des maladies, spécialement les infections à levures ou champignons comme le Candida Albican, apparaissent le plus fréquemment dans un environnement du corps pauvre ou oxygène.

Les radicaux libres n'ont pas que des mauvais côtés !

Les radicaux libres sont impliqués dans la bonne marche de notre organisme.

Par exemple, les globules blancs utilisent des radicaux libres pour se débarrasser des bactéries et des virus.

Notre système de défense se sert du radical superoxyde pour éliminer ces imposteurs.

Les radicaux libres sont chargés d'éliminer les vieilles cellules pour laisser la place à une nouvelle génération de cellules.

Des cellules appelées peroxyosomes nous protègent de la toxicité de l'alcool ou des graisses en produisant des radicaux libres.

Les traitements anti-cancers viennent à bout des cellules cancéreuses en bombardant de radicaux libres les tumeurs.

Le monoxyde d'azote, un radical indispensable participe activement aux fonctions physiologiques du corps, particulièrement au niveau du sang, il dilate les vaisseaux et fluidifie le sang. Au niveau du cerveau, le NO joue un rôle primordial dans les fonctions sensitives : vue, odorat... mais aussi dans les fonctions d'apprentissage et de mémoire. Il est également impliqué dans le mécanisme de l'érection. Le sildénafil, plus couramment appelé Viagra, utilise les propriétés vasodilatatrices du NO pour obtenir et prolonger une érection.

Au niveau cellulaire, les radicaux libres semblent être impliqués dans la croissance, la différenciation mais aussi la communication entre les cellules.

Article de la nutrition

MANQUE EN OXYGÈNE, INFECTIONS À LEVURES ET AUTRES MALADIES

Cas d'infections aux levures (*Candida Albicans*, candidoses). Ces dernières se développent avec beaucoup de facilité dans un corps dont l'oxygène est déficient. Dans un tel environnement, les cellules de levure génèrent de très grandes quantités d'acétaldéhyde, endommageant la cellule. La présence d'acétaldéhyde sur la paroi de l'intestin et du foie empêche l'absorption intestinale et diminue les fonctions des globules rouges et blancs. Lorsque les cellules de levure sont privées d'oxygène, elles deviennent encore plus résistantes au système de défense immunitaire car elles sont capables de se régénérer sans oxygène (métabolisme anaérobie). Un bas niveau d'oxygène est le facteur majeur qui contribue à la prédisposition des maladies à levure.

En plus, les tissus qui sont privés d'oxygène peuvent générer les désordres suivants : maladies du cœur, attaque, diabète et des déficiences dans la périphérie artérielle. Une réserve insuffisante d'oxygène va contribuer à la perte de mémoire, étourdissement, perte d'équilibre et des dépressions chez les personnes qui ont une diminution de circulation sanguine cérébrale.

Les niveaux d'oxygène sont essentiels pour maintenir l'équilibre des «bonnes» bactéries sur les bactéries causeuses de maladies et pour les autres organismes de notre corps.

H2OXYGEN ET PERTE DE POIDS

1- **H2Oxygen favorise l'absorption des nutriments stimulants le métabolisme.**

De nombreux éléments nutritifs sont nécessaires pour stimuler le métabolisme. Ces nutriments sont absorbés au niveau des villosités de la paroi intestinale. Pour que cette absorption se fasse de façon optimale, une grande quantité d'oxygène est requise au niveau des cellules intestinales. Si l'oxygène n'est pas présent en quantité suffisante, il peut y avoir une perte d'absorption allant jusqu'à 70%, entraînant un ralentissement proportionnel du métabolisme. Dès que la quantité d'oxygène disponible augmente, il s'ensuit une augmentation importante du métabolisme, ce qui signifie plus de gras brûlés et éliminés.

2- **H2Oxygen favorise la combustion des gras.**

L'oxygène alcalinise le liquide cellulaire, une qualité essentielle à la transformation de nutriments en ATP (adénosine triphosphate) un carburant essentiel à la production d'énergie. Les respirations profondes et complètes augmentent aussi la production d'ATP et favorisent l'élimination des gras suite à la production d'énergie.

3- **H2Oxygen élimine les toxines qui favorisent l'engraissement.**

L'élimination rapide des toxines et résidus de la pollution présents dans l'organisme, est importante pour favoriser la perte de poids. Lorsque ces produits se retrouvent en trop grande quantité dans le système sanguin, ils ralentissent le fonctionnement de certaines glandes, comme la thyroïde et les surrénales. Le corps a tendance à fabriquer plus de gras pour emprisonner les éléments toxiques et protéger ces organes vitaux. Heureusement, plus de 70% de ces éléments toxiques peuvent être transformés par l'organisme et être éliminés lors de respirations profondes et complètes ou l'ingestion d'H2Oxygen.

4- **Les corps gras se combinent à l'oxygène pour être éliminés lors de la respiration.**

Cependant, aussi incroyable que cela paraisse, et selon une étude de l'Institut Boulder du Colorado, la plupart d'entre nous n'utilisons que 25% de notre capacité respiratoire! Ce simple fait suffit à rendre difficile toute perte de poids et à réduire les kilos pouvant être perdus. Le simple fait de passer d'une respiration limitée à une respiration complète, permet de doubler la quantité de gras oxydés et brûler lors de la respiration. H2Oxygen permet aussi de doubler la quantité de gras oxydés, brûlé et éliminé.

5- **L'oxygène réduit le niveau de stress et diminue la production d'hormones favorisant l'accumulation de corps gras dans l'organisme.**

Lorsque le taux d'oxygène sanguin est élevé, il y a une grande sensation de calme, les hormones du stress sont neutralisées, le pancréas produit moins d'insuline, une des hormones favorisant le stockage des graisses.

Comment pratiquer la respiration complète?

Pour plus d'information sur la respiration complète, merci de nous contacter. Avec un peu de pratique il est très facile de pratiquer une séance de respiration complète. Une séance de 20 minutes, 2 fois par jour, est amplement suffisante pour obtenir des résultats. Avec le temps et la pratique, votre taux d'oxygénation augmentera considérablement.

H2OXYGEN ET SPORT

La présence d'oxygène détermine les lieux où la vie est possible. Au niveau de l'effort, sa présence est indispensable à un effort de longue durée. Par ailleurs, plus l'effort est intense, plus sa consommation augmente et le corps devra s'adapter pour en fournir une plus grande quantité.

Diminution de l'oxygène = Diminution des performances

Quand l'oxygène a une concentration élevée, il pénètre dans le sang. Une fois dans le sang, l'oxygène est transporté selon deux moyens différents:

- par dissolution dans le liquide

Le sang est essentiellement constitué d'eau ou plus exactement de plasma. Or l'oxygène est capable de se dissoudre dans le liquide. L'oxygène dissout à l'avantage d'être très facilement utilisable par les cellules.

- combiné à l'hémoglobine

La capacité de transport de l'oxygène dépend, de sa concentration dans le sang. H2Oxygen agit en amenant suffisamment rapidement l'oxygène aux cellules, aux tissus et au sang.

Plus de 95% de l'énergie contenue dans les aliments est transformée par la filière aérobie.

Le vivant ayant bien fait les choses, le niveau d'énergie séparant l'hydrogène de l'oxygène est le plus grand que la chimie puisse trouver. Ce n'est donc pas un hasard, si les sauts qui mènent de l'un à l'autre dégagent la majorité de l'énergie dont l'organisme à besoin pour vivre.

Le rendement énergétique de la transformation anaérobie (sans oxygène) du glucose est extrêmement faible.

La suite de 10 réactions qui compose la voie acide produit un total net de seulement deux ATP par molécule de glucose. Par comparaison, la seule partie aérobie (en présence d'oxygène) de dégradation du glucose fournit 34 ATP. La filière aérobie est le plus important fournisseur d'énergie, utilisant et oxydant complètement toutes les substances nutritives.

La conséquence est double :

- 1 - la quantité totale d'énergie pouvant être délivrée est assez faible.
- 2 - Une dépendance trop grande au métabolisme anaérobie causerait rapidement un épuisement des réserves en glucose et en glycogène

Le muscle continue à utiliser les molécules de glycogène, mais leur transformation se fera grâce à l'oxygène contenu dans le sang

La quantité d'énergie fournie, par unité de nutriment, est bien plus importante en aérobie. La voie aérobie utilise ainsi mieux les ressources énergétiques. D'autre part, c'est la dégradation des glucides qui fournit la plus grande quantité d'énergie par unité de nutriment.

- Dégradation des glucides: 38 ATP en aérobie versus 3 seulement en anaérobie
- Dégradation des lipides : importante source d'énergie en aérobie mais absente en anaérobie

Le 2ème inconvénient de la filière anaérobie acide, est l'accumulation des protons H⁺ entraînant l'acidité du milieu. L'acidité, limite l'activité de la glycolyse anaérobie, elle bloque la contraction musculaire et limite l'utilisation de l'ATP, elle favorise la détérioration des tissus, elle engendre des douleurs et courbatures difficile à soutenir, fatigue extrême et l'épuisement. Cependant, l'acidité est inhérente à transformation de l'énergie; elle lui est intimement liée. Sans transformation d'énergie pas d'acidité, sans acidité pas de production d'énergie.

Quand il y a un nombre excessif de ions hydrogène +, ils se combinent et utilisent l'oxygène, se qui résulte en un déficit d'oxygène. Quand les cellules sont en déficit d'oxygène, l'acide lactique s'accumule et l'environnement cellulaire devient acide. Cela réduit l'oxygène disponible pour les fonctions primaires du métabolisme puisque l'apport d'oxygène est nécessaire pour neutraliser l'acide. L'utilisation régulière d'H₂Oxygen peut fournir aux cellules un apport abondant d'oxygène pour aider à neutraliser l'acide lactique et contribuer à des cellules saines.

Consommation maximale d'oxygène (VO₂ max)

La consommation maximum d'oxygène (VO₂ max = "capacité maximale des systèmes respiratoires et circulatoires à transporter l'oxygène aux muscles actifs"¹) est atteinte quand tous les processus aérobie sont sollicités. VO₂ max détermine donc l'intensité maximum de l'effort en aérobie. H₂Oxygen augmente la VO₂max.

H₂Oxygen permet à l'oxygène d'accéder aux cellules de façon à ce que celles-ci puissent l'utiliser de manière optimale. Quand l'oxygène accède à nos cellules, il est transporté aux mitochondries, les centrales électriques dans les cellules. Il y permet des processus de brûlure avec notre « essence », les molécules-carbohydate. Ainsi se produisent des molécules d'énergie, comme ATP ; c'est une molécule fournissant l'énergie nécessaire pour tous les processus de vie.

La mitochondrie est l'un des organites les plus importants de la cellule puisque c'est la centrale productrice d'énergie. L'individu ne compte pas moins de dix milles milliards de mitochondries responsables, chaque jour, de la production d'environ 40 kilos d'ATP (acide adénosine triphosphorique), la monnaie énergétique universelle qu'utilise la cellule pour effectuer tous les travaux nécessaires à son maintien en vie.

L'ATP est créée dans les mitochondries que l'on trouve dans chaque cellule de chaque organe. Mais c'est probablement dans le cerveau qu'elles travaillent le plus. Le cerveau utilise pratiquement 20 % de l'oxygène de l'organisme pour répondre à ses besoins constants d'énergie. La production énergétique mitochondriale combine l'hydrogène avec l'oxygène pour générer des quantités encore plus importantes d'ATP. Il en produit près de dix fois plus que le cycle de l'acide citrique.

Lorsqu'une interruption dans l'apport des substances productrices d'énergie intervient (comme l'oxygène ou les nutriments transportés par le sang, par exemple en cas d'infarctus ou d'accident vasculaire cérébral), la production d'ATP est affectée et une cascade de dommages radicalaires débute.

En augmentant l'oxygène dans l'eau donc l'énergie cellulaire et le flux sanguin, cela entraîne une supplémentation en ATP qui est bénéfique pour la santé dans son ensemble, pour le bon fonctionnement de la circulation sanguine ou la santé mentale.

Des effets bénéfiques pour les athlètes

De plus, l'augmentation de l'oxygène dans l'eau donc de l'oxygène de la circulation sanguine, produit un accroissement du flux sanguin dans les muscles squelettiques – apportant davantage de nutriments et d'oxygène tout en éliminant les déchets cataboliques. Cela est particulièrement intéressant pour les athlètes. En élevant les stocks d'ATP intra et extra-cellulaires, la supplémentation en H2Oxygen fournit une énergie accrue susceptible d'améliorer les performances athlétiques. L'ATP est également bénéfique pour la croissance, la force et la récupération musculaires, et atténue la perception de fatigue et la douleur associées à l'exercice.

H2Oxygen améliore les performances des athlètes et :

- assure une délivrance optimale d'oxygène aux muscles qui travaillent en normalisant les valeurs hématologiques,
- diminue le rythme cardiaque indiquant une course plus économique,
- diminue l'accumulation du lactate sanguin (10 à 15 %),
- augmente la VO2 max,
- augmente efficacement les stocks de fer dans l'organisme, indispensables pour des épreuves d'endurance.

Informations complémentaire sur H2Oxygen en Juin.

Cordialement

Frantz Jacquet

Vital Energy Group

Optimum Health and Performance

info@H2Oxygen.net

Tel : 06-59-00-05-52

