

DR FRANÇOISE HEITZ

LA MALADIE DE LYME

Symptômes, diagnostic, solutions

3^e ÉDITION REVUE ET COMPLÉTÉE
AVEC TOUTES LES SOLUTIONS NATURELLES

 *Editions*
Quintessence

Du même auteur :

Soignez vos animaux par les plantes, Françoise HEITZ et Vincent DELBECQUE, Éditions Quintessence.

Vous trouverez la définition des mots avec un astérisque en fin d'ouvrage (voir « Glossaire » page 207).

Les photos et les dessins humoristiques sont de l'auteure.

Les dessins de plantes sont des Drs Christophe HERVET et Hervé JANECEK, avec leur aimable autorisation.

Nous remercions la société OSKAN (médaille Tic-clip®) pour l'autorisation de reproduction de son produit.

© 2015 - Éditions Quintessence

2016 pour la présente édition

Rue de la Bastidonne - 13678 Aubagne Cedex - France

Tél. (+33) 04 42 18 90 94 - Port. (+33) 06 32 54 27 10

www.editions-quintessence.eu

Tous droits de reproduction et de traduction réservés pour tous pays.

ISBN 978-2-35805-170-5

Le nouvel adage de la bactérie borrelia :
« *Personne ne m'attend au tournant, puisque personne ne sait où je vais tourner* »

Michel COLUCCI, dit Coluche (1944-1986)

« *Au grand loto de l'Univers,
J'ai pas tiré l'bon numéro
J'suis mal dans ma peau...* »

Daniel BALAVOINE (1952-1986), SOS d'un terrien en détresse,
Starmania, 1978

Cette troisième édition est spécialement dédiée à certains de mes collègues de l'association Prosantel, qui, tour à tour, m'aident et me soutiennent depuis deux longues années : Chantal grâce à son appareil et ses conseils de naturopathe, Alain grâce à qui j'ai pu vivre sur cette Terre, René et son dévouement journalier sans limites depuis plusieurs mois, Luc pour son aide en urgence, Emmanuel pour ses conseils.

Un grand merci aussi à Paul pour ses remèdes homéopathiques unicistes, à mon ostéopathe, à Emmanuel pour ses conseils avisés et son aide précieuse, à mon éditeur pour son adresse du Dr Lebrun qui m'a mise sur la voie de la guérison et à tous ceux qui m'ont soutenue et aidée.

Remerciements au Dr Cohen pour la relecture du chapitre
« Le diagnostic ».

AVERTISSEMENTS

Dégagement de toute responsabilité :

Toutes les informations contenues dans ce livre sont données à titre instructif. Elles ne peuvent, en aucun cas, remplacer ou invalider les soins donnés par un médecin. Si un lecteur pense être atteint d'une maladie vectorielle à tiques, il doit consulter un médecin informé sur le diagnostic et le traitement de ces maladies.

La maladie de Lyme est l'une des maladies infectieuses les plus graves du XXI^e siècle selon certains et une pandémie mondiale selon le Dr Horowitz.

En aucun cas, vous ne devez utiliser ce livre pour vous soigner seul.

Vous devez trouver le thérapeute qui vous donnera le traitement holistique qui vous convient.

ATTENTION AUX ARNAQUES

Compléments Alimentaires

Nos divers tests ont montré que de nombreux compléments alimentaires sont de piètre qualité énergétique (fabrication industrielle, pollution électromagnétique etc.). Or, pour une guérison optimale, qualité énergétique optimale ! Malheureusement, la législation de 2013 nous interdit désormais de citer tout produit dans un livre. Vous trouverez à la fin du livre quelques bonnes adresses pour vous guider et vous orienter dans votre choix.

Analyses de laboratoires

Certains laboratoires et certains thérapeutes non médecins vous proposent (à prix souvent élevé) des analyses compliquées, par exemple sur le dosage des oligo-éléments. Par expérience personnelle (et vérification par la morathérapie), il s'avère que ce sont souvent des analyses destinées à vous vendre beaucoup de compléments alimentaires, en vous « révélant » un nombre effarant de carences.

AVANT-PROPOS

La maladie de Lyme n'est pas une maladie quelconque transmise par les tiques. C'est une pandémie mondiale annoncée par le Dr Horowitz, tout comme le SIDA.

Pourquoi ? Parce que nous sommes intoxiqués de toutes parts : par les airs (chemtrails), par l'eau (chlore, nitrates, pesticides, médicaments...), par la terre (pesticides, engrais), par les métaux lourds (mercure pour le plus connu, mais aussi aluminium, fluor, etc.), par l'alimentation (OGM, ionisation, etc.). Attaqué de toutes parts et affaibli par des vaccinations répétées, par l'alimentation industrielle, les pollutions électromagnétiques croissantes, notre système immunitaire devient incapable de se défendre face à cette redoutable et rusée bactérie. C'est surtout la rupture de l'intégrité intestinale qui va permettre à la bactérie *Borrelia* de se faufiler jusqu'à la barrière hématoencéphalique puis de la franchir et de provoquer les symptômes rapides de troubles cognitifs témoins de la neuroborréliose.

La maladie se révèle un véritable calvaire pour la personne atteinte dans son intégrité physique, psychique et mentale. Les douleurs insupportables se succèdent d'un organe à l'autre, les médecins impuissants ou ignorants renvoient aux spécialistes X ou Y, les amis et la famille sont exaspérés du comportement cyclothymique du malade.

Cette maladie portant atteinte à tous les systèmes de la personne malade (mental, émotionnel, spirituel et physique), il conviendra de la traiter selon un programme « holistique », c'est-à-dire par une approche globale de tous les aspects de la personne et de toutes les expressions de ses souffrances.

C'est pourquoi, après l'étude de la biologie des tiques, celle de la bactérie et l'exposé des symptômes, je présente toutes les médecines alternatives (que j'avais développées à mon cabinet, certaines en « pionnière » telles la gemmothérapie et les élixirs floraux), afin de permettre à chacun d'y trouver les moyens thérapeutiques dont il a besoin.

Enfin, comme pour toute maladie, il faut se poser la question : pourquoi suis-je malade ? Pourquoi cette maladie ? J'ai la conviction qu'il y a toujours quelque chose à comprendre

pour évoluer vers la guérison, comme se débarrasser de lourds fardeaux (familiaux, pensées négatives, schémas répétitifs, etc.).

Quelquefois, ce long travail peut se faire seul grâce à l'aide de quelques livres bien choisis, mais le plus souvent il doit être accompagné de thérapeutes compétents (kinésologues, thérapeutes énergéticiens, thérapeutes de décodage biologique etc.). Ce travail de longue haleine n'est pas toujours compris par l'entourage sceptique, voire hostile (...). Il faut tenir bon : la guérison de cette redoutable maladie est à ce prix.

Comment choisir son thérapeute

Comme nous le dirons à maintes reprises, chacun fait son Lyme. Je ne parle pas de la phase aiguë où un à deux mois d'antibiotiques semblent nécessaires, mais de la phase chronique.

Donc, chacun doit trouver la thérapie qui lui convient et donc le thérapeute. Quelques thérapeutes (et ils sont rares) ont de bons résultats sur une bonne partie de leurs patients, mais il y a six mois de délai d'attente ! Alors, comment faire ?

Une méthode intéressante, à condition que le testeur soit de qualité irréprochable (ce qui est rare aussi) est la radiesthésie. Au scandale, allez-vous dire ! Mais je vous rappelle quand même que le Pr Yves Rocard, physicien de renom ayant à son actif les bombes atomiques A et H françaises (https://fr.wikipedia.org/wiki/Yves_Rocard) et père de Michel Rocard, a passé sa retraite à étudier la radiesthésie (et le magnétisme) et essayé d'expliquer le « signal du sourcier » (celui-ci s'explique très bien en physique quantique maintenant). Il a montré l'existence de cristaux de magnétite dans certaines parties du corps (cerveau, articulations dont le poignet, ce qui explique certainement le cimetière de montres dans ma table de nuit). Le biologiste américain Joseph Kirschvink a confirmé que nos cellules possèdent des récepteurs magnétiques et que notre cerveau est doté d'aimants microscopiques.

L'autre méthode, plus « rationnelle » est la kinésiologie*. On cherche la réponse musculaire à une question. Quoi de

plus simple pour choisir un produit dans un magasin bio. Vous levez discrètement votre jambe ; vous appuyez dessus et vous résistez. Si vous touchez de votre main gauche un produit qui vous convient, votre jambe résistera à votre appui. Si vous touchez un produit mauvais pour vous, votre jambe s'affaîssera, impossible de la maintenir. J'ai ainsi « scotché » deux éleveurs très costauds qui étaient sceptiques sur mes méthodes. Ils se sont précipités pour ensuite faire les installations !

Un bon kinésologue pourra ainsi faire le choix d'une thérapie, des compléments alimentaires qui vous conviennent et d'un thérapeute.

Travail de développement et nettoyage complémentaire indispensable

Comme annoncé dans l'avant-propos, la guérison (ou plutôt « la vie avec ») de la maladie de Lyme ne se borne pas à la prise de granules homéopathiques ou huiles essentielles ou compléments alimentaires. Tout un paradigme d'environnement psycho-affectif et émotionnel, de schémas négatifs de pensées, « d'encombrement » par des mémoires enfouies (de l'enfance, de vies antérieures, de pollution transgénérationnelle) est à changer pour affronter ou vivre avec cette bactérie sans doute aussi vieille que l'humanité, puisqu'elle a été retrouvée dans le corps momifié de Ôtzi qui vivait il y a 5 000 ans.

La première étape primordiale est un esprit « sain » qui saura affronter et gérer stress et peurs, éliminer les colères qui abîment le foie, retrouver confiance en soi.

Pour cela, je vous conseille l'excellentissime livre de Michèle Freud (nom prédestiné...) et ses exercices pratiques de sophrologie cité en bibliographie. Vous pouvez graver le CD sur votre ordinateur ou encore mieux comme moi sur votre smartphone pour pouvoir faire les exercices partout où vous vous trouvez. Sinon, la méditation est une technique approuvée et éprouvée depuis longtemps pour ceux qui peuvent la pratiquer.

La deuxième étape est un « nettoyage complet » des mémoires enfouies. Lisez le best-seller d'Anne Ancelin-

Schützenberger « Aie mes aïeux » qui traite des mémoires transgénérationnelles, du syndrome d'anniversaire (rôle des dates), des secrets de famille (viols, incestes, mariage arrangés, pères connus mais « inavouables », etc.).

Vous pouvez vous aider de livres (notamment de mon éditeur Quintessence spécialisé dans ce domaine), dénicher des thérapeutes efficaces en décodage biologique, des ostéopathes de haut niveau capables de déloger les mémoires cellulaires de votre colonne vertébrale.

La troisième étape est la guérison des organes lésés par la technique de visualisation développée dans le livre du médecin oncologue Dr Yann Rougier évoquant la delta médecine pour compléter le traitement classique du cancer.

L'idéal est d'imprimer un dessin de l'organe (facile avec internet) afin de mieux le visualiser.

Puis vous envoyez mentalement sept fois de la lumière blanche dessus pour demander sa guérison. À répéter chaque jour pendant votre séance quotidienne de sophrologie.

Enfin, certaines personnes auront peut-être besoin de séances de thérapie énergétique, de magnétisme, etc. Bref, chacun doit trouver toutes les aides possibles, afin de retrouver un esprit sain dans un corps sain, avec l'alimentation comme première médecine. Bonne chance !

*« Yes there are two paths you can go by, but in the long run,
There's still time to change the road you're on. »*

Oui il y a deux chemins possibles, mais en fin de compte, Il est encore temps de changer de route.

Led ZEPPELIN, Stairway to Heaven, 1971

LA MALADIE DE LYME DE A À Z

INTRODUCTION

Encore assez peu connue des médecins jusqu'à ces deux dernières années, occultée par les autorités sanitaires françaises, la maladie de Lyme est en progression dans notre pays. Elle est surnommée par le Dr Horowitz « la grande imitatrice », car ses symptômes sont très variés et évoquent souvent d'autres maladies. On pourrait aussi l'appeler « la maladie qui rend fou »... On a mal partout, et quand une douleur disparaît, une autre prend immédiatement la place. On se fait traiter d'hypocondriaque, de stressé, voire de névrosé dans le pire des cas et commence alors la valse des examens pour essayer de mettre un nom de maladie sur des symptômes aussi variés que désagréables.

J'ai eu la malchance de me faire piquer par une tique en avril 2013 car, ce jour-là en randonnée, mon flacon d'huiles essentielles répulsives était vide. À cause d'un système immunitaire déficient, j'ai présenté presque tous les symptômes de la maladie et j'ai donc essayé presque tous les traitements conventionnels ou non. C'est pourquoi j'ai eu l'idée de mettre mon expérience au service de chacun, afin de faire connaître toutes les méthodes alternatives et surtout celles qui donnent des résultats positifs! Bien sûr, une partie du livre sera consacrée à l'étude précise de cette maladie, afin que vous soyez au courant de son évolution et de tous les symptômes possibles, surtout en phase chronique. Tous les protocoles de soins existant à l'heure actuelle sont présentés en détail, tout en rappelant sans cesse que tout doit se faire sous contrôle médical. En effet, la maladie perturbe énormément le système endocrinien par exemple et des analyses poussées sont souvent nécessaires. Enfin, tous les grands principes de précaution et de prévention sont exposés en fin d'ouvrage, ainsi que des fiches de plantes intéressantes.

LE CALVAIRE DES MALADES

« Non, monsieur, vous n'êtes pas malade, c'est psychosomatique, allez voir un psychiatre. »

« Pendant seize ans, les médecins m'ont dit : "C'est dans votre tête." »

Voilà quelques phrases relevées dans l'excellente émission de France 5 diffusée le 20 mai 2014 « La maladie, de Lyme, quand les tiques attaquent ». C'est pourquoi j'ai voulu débiter ce livre par quelques témoignages, dont certains positifs heureusement. Mon propre parcours est emblématique des problèmes de mauvaise connaissance de la maladie, d'incompréhension, voire de dénigrement que peuvent rencontrer les malades.

MON PARCOURS AVEC LYME

En tant qu'ancienne randonneuse, j'essaie de me préserver de ces tiques grâce à l'application d'huiles essentielles (*lavande officinale* et *géranium rosat*). Malheureusement, en avril 2013, j'avais oublié de remplir le flacon qui reste dans mon sac à dos et mes amis et moi avons fait halte pour pique-niquer dans un lieu où l'un de nous vit deux tiques sur son sac à dos.

En stage à Paris, je découvre une jolie tique plantée dans mon flanc gauche. Hélas, je n'ai qu'une mini-trousse de toilette, sans mon tire-tique habituel, donc impossible de la dévisser et je ne pense pas pouvoir trouver un tire-tique dans une pharmacie à Paris. La tique se décroche seule très vite après sa découverte. De retour chez moi, je dépose quelques gouttes d'huile essentielle comme je le fais d'habitude.

Le mardi 7 mai, je cale dans une petite randonnée : essoufflement, sueurs et douleurs articulaires, surtout dans les articulations ayant subi fractures ou chocs (à ce jour, j'ai trente-deux accidents à mon actif !). J'appelle immédiatement mon médecin qui me prend le jour même en consultation. Je lui fais part de la tique qui est tombée, de mes premiers symptômes qui correspondent bien à la maladie de Lyme. Je lui parle également des problèmes de sérologie, puisque le gouvernement français

a fait fermer le laboratoire de Viviane Schaller qui faisait un diagnostic sérieux de cette borréliose et déclarait la méthode classique Elisa peu fiable et donnant beaucoup de faux négatifs (un résultat négatif n'est pas synonyme d'absence de maladie). Malgré cela, elle me rédige alors une ordonnance pour une sérologie Lyme et rickettsioses, alors qu'**il n'y a pas d'anticorps au début de la maladie**, comme me l'apprendra plus tard le spécialiste.

À cause d'un cafouillage sur les anticorps « rubéole » au laboratoire et d'une absence de diagnostic Lyme chez mon médecin « alternatif » qui connaît pourtant bien la maladie, je traîne mes douleurs et ma fatigue pendant trois semaines de plus. Mais divers symptômes apparaissent : réveils nocturnes à trois ou quatre heures du matin alors que je suis une très bonne dormeuse, pertes de mémoire et surtout perte de concentration devant l'ordinateur (je ne peux plus regarder que des documentaires). Je fouille alors de nouveau Internet et je tombe enfin sur une liste complète des symptômes de Lyme : tout correspond. Je retourne avec ma liste de douze symptômes chez mon médecin traitant qui me donne enfin, sans y croire, les noms des deux spécialistes de la maladie de Lyme

Je me rends chez l'un deux début juin avec mes symptômes. En un quart d'heure de consultation, ce médecin confirme mon diagnostic de Lyme et me donne le traitement complet (américain), c'est-à-dire : deux antibiotiques (biothérapie actuelle), un antipaludéen* censé renforcer l'action des antibiotiques et un antimycosique* au cas où. Or, j'apprendrai plus tard que cette molécule d'antipaludéen (hydroxychloroquine) a une liste impressionnante d'effets secondaires indésirables : troubles oculaires avec rétinopathies, troubles gastro-intestinaux, troubles hépatiques (alors que le foie est déjà fortement sollicité) et autres ! Mieux vaut soigner le paludisme par l'artémisine ou la tisane de Quassia !... Aucune mesure diététique d'accompagnement ne m'est recommandée (mais consultation courte d'urgence cependant).

Heureusement que je pense à prendre des probiotiques mais, j'oublie de drainer mon foie, alors que je le répète dix fois dans la journée lors de mes formations aux éleveurs... La maladie de Lyme, ça coince les neurones !

Dans le Var, malgré une crème écran total, je fais rapidement une réaction de photosensibilisation* à cause des tétracyclines, puis une réaction d'Herxheimer due à la libération des toxines des bactéries tuées. N'ayant pas été avertie de ce syndrome*, j'arrête alors le traitement, car les deux amies qui viennent me voir au fond de mon lit disent que je suis verte ! Mais je fais peut-être aussi une réaction à l'hydroxychloroquine.

Je pars mi-juin pour participer à l'Assemblée générale de mon groupe de confrères et là, insomnie totale, le chaos : un confrère me donne alors la moitié de son dernier flacon du célèbre traitement anti-Lyme à base d'huiles essentielles interdit en France, en me conseillant de faire une sérologie Western Blot avant de démarrer le traitement. La sérologie revient totalement négative. Pas étonnant dans mon cas, je n'ai jamais de fièvre et je fabrique peu d'anticorps (je le sais pour avoir participé à un essai clinique de vaccin lorsque j'étais encore étudiante). Comme me le dira un autre médecin spécialiste de Lyme plus tard, je suis « immuno-incompétente », à cause de ma mère qui m'a gardée auprès d'elle pendant six ans (pas de développement du système immunitaire) du fait de sa phobie des microbes. Après quelques essais désastreux en dernière année de maternelle, l'entrée directe en CE1 fut le début d'une longue série de rhinopharyngites et otites, sans oublier la mode des années soixante de l'ablation systématique des amygdales et végétations, en plus sous masque d'éther... !

Je commence donc le traitement, mais bien vite, les douleurs d'estomac, qui avaient démarré avec le traitement antibiotique, s'amplifient de façon insupportable. En conséquence, je ne supporte pas non plus le complexe prescrit par le Dr Penoël, médecin aromathérapeute. J'arrête alors les huiles essentielles et je retourne chez le spécialiste Lyme qui me garde un seul antibiotique, en supprimant les tétracyclines photosensibilisantes pour la saison ensoleillée mais en laissant toujours l'antipaludéen... Comme je ne prends plus aucun médicament allopathique depuis trente ans, j'oublie totalement de lire la notice.

Je retourne chez mes parents dans le Var où je peux me baigner mais là encore, réveil chaque matin à 5 h 30. De retour chez moi, les crises d'angoisse apparaissent et s'amplifient. Je retourne chez le spécialiste Lyme qui juge ma maladie de Lyme terminée et me met sous psychotropes suite à une histoire ancienne liée

en fait à mon précédent travail (un jour, j'écrirai peut-être le roman de ma drôle de vie...). Mon médecin alternatif me dit à juste titre d'arrêter ces médicaments et d'être « positive », mais néglige de me prescrire du Griffonia pour les remplacer.

Et je voudrais insister sur ce point : la maladie de Lyme affecte tellement le psychisme que vous devenez incapable de réfléchir ; car je connais parfaitement les plantes, mais atteinte de cette maladie, je n'arrive plus à penser correctement, à réfléchir logiquement. Les neurones semblent « disjoncter » et tout votre entourage ne sait plus quoi faire de vous, alors même que les douleurs qui se succèdent d'un organe à l'autre deviennent insupportables. C'est pourquoi il est tellement important de trouver LE thérapeute capable de vous mettre sur le chemin de la guérison.

Je passe un mois d'août épouvantable. J'arrive à me traîner à mon stage de physique quantique, puis aux Journées Toulousaines de l'Eau où je présente deux conférences et où je rencontre d'autres « lymeux ». Enfin, l'amélioration se fait sentir. Je vais enfin en Ardèche chez monsieur L. pour une séance de morathérapie* qui confirme la maladie de Lyme (car il a les tiques infestées en témoin). Le poumon gauche est pris, les intestins, le foie et le rein aussi. Seul le pancréas (méridien Rate/Pancréas) a échappé au massacre.

Le mois de septembre se passe bien, avec randonnée, gymnastique et chorale. Je prends le traitement homéopathique de la séance de morathérapie, ainsi que les remèdes Samento et Cumanda que nous reverrons. Je vais voir mon ostéopathe qui remet mon poumon en place et tout le reste... Je me crois sauvée.

Hélas, mi octobre, rechute brutale avec fatigue énorme, mal au ventre et surtout extrasystoles*. Le week-end, c'est la débâcle diarrhéique avec des crises incessantes d'extrasystoles. Je prends alors des huiles essentielles, car je me doute que je fais une rechute de Lyme, mais je me rends aux urgences de l'hôpital pour une prise de sang et un ECG (électrocardiographie afin de vérifier l'absence de myocardite*). Le lundi matin, je vais en urgence chez mon médecin traitant, dont l'associé ne trouve rien à redire sur la prise de sang et l'auscultation (alors que le médecin urgentiste a détecté un souffle cardiaque). Je démarre toutefois par précaution les huiles essentielles du Dr Penoël,

car je crois à une rechute de Lyme. En octobre, je travaille difficilement avec toujours un essoufflement important, des extrasystoles, des palpitations et des crises de tachycardie*. Fin octobre, nouvelle crise brutale de diarrhée, mais comme j'avais rendez-vous chez mon ostéopathe, elle m'arrête tout avec ses doigts de fée. De plus, mon confrère homéopathe uniciste me trouve mon remède (China). Je peux partir travailler. Mais très vite, les troubles cardiaques reprennent. Je vais alors en consultation chez le cardiologue de mon père, puisque sur la côte varoise, on a un rendez-vous sous deux jours, alors qu'il faut attendre un mois chez nous en insistant ! Il me détecte une fuite aortique sans conséquences hémodynamiques, tout va bien. Décidément... Par contre, la cardiologue de la clinique, qui essaye de me faire une échographie par voie interne sans succès (j'ai une anomalie au niveau du pharynx, une parmi d'autres) est la seule qui relie mes troubles à une pathologie infectieuse.

En décembre, je subis une période dépressive liée à la maladie de Lyme et au choc de l'annonce de l'AVC de mon père. Je consulte à Grenoble un médecin homéopathe qui pratique la micro-immunothérapie indiquée sur le site du Dr Luc Bodin comme étant une méthode intéressante en cas de maladie de Lyme chronique. Cela permet de stimuler électivement le système immunitaire. Ce médecin détecte un problème de thyroïde (pourtant les analyses demandées précédemment sont normales) confirmé par l'échographie (goitre multinodulaire) et me prescrit une prise de sang (électrophorèse des protéines et immunochimie).

En même temps, je change de médecin traitant et nous démarrons des séances d'acupuncture, avec des remèdes homéopathiques correspondant à mes divers symptômes.

Enfin, relisant avec attention le très bon livre d'aromathérapie de Michel Faucon, je finis par dénicher l'huile essentielle de marjolaine à coquilles, anti-infectieuse, tonique et rééquilibrant général, qui me permet de niveler mes sautes d'humeur. J'essaie aussi l'huile essentielle d'estragon, fabuleux antispasmodique neuromusculaire qui arrête enfin mes extrasystoles.

L'année 2014 démarre sous de meilleurs auspices. Mon éditeur accepte mon idée de livre sur la maladie de Lyme. Me voilà partie pour un nouvel ouvrage.

Hélas, la préparation d'une longue tournée de travail déclenche à nouveau une petite crise avec spasmes et sueurs nocturnes que j'arrive à peu près à juguler (remède homéopathique *Lycopodium* et huile essentielle d'estragon). Lors d'une formation dans le Jura, région fortement contaminée, je rencontre une élève atteinte de cette maladie qui se fait suivre par un médecin alsacien. Nous décidons de rester en contact ! Elle m'apprend aussi que de l'autre côté de la frontière en Suisse, la maladie de Lyme n'est pas un tabou... On informe les enfants dans les écoles des dangers des piqûres de tiques et autres insectes. On randonne avec des guêtres enduites d'un produit répulsif et on se prémunit contre la MET (méningo-encéphalite à tiques). Bizarrement, cette maladie n'a pas traversé la frontière franco-suisse... tout comme le nuage de Tchernobyl !

Je rechute début mars avec sueurs nocturnes, énorme fatigue et crise d'angoisse insurmontable. Mon médecin traitant me met sous amoxicilline ; je rajoute, bien sûr, un traitement hépatoprotecteur* drainant et des proferments intestinaux. Malgré cela, je deviens jaune comme un coing ; je dois m'aliter et doubler la dose d'artichaut, prendre de l'hydrolat de romarin à verbénone et de l'huile essentielle du Ledon du Groenland, afin de régénérer le foie et retrouver le sommeil. Je reprends contact avec le médecin de Grenoble qui ne m'avait pas conseillé au téléphone en janvier le produit de microimmunothérapie. Je démarre donc le 1^{er} avril la microimmunothérapie et je reprends l'extrait de pépins de pamplemousse (EPP) pour continuer le traitement anti-infectieux*, en attendant la consultation avec un médecin alsacien qui a un protocole anti-Lyme. Avant la prise des antibiotiques, je me dépêche de faire une prise de sang par un laboratoire alsacien recommandé par l'élèveuse du Jura. La prise de sang ressort négative mais les taux IgM de deux bactéries sont supérieurs à 0,1 et pratiquement positifs pour *B. burgdorferi* en Western Blot.

Je suis de nouveau en pleine forme et je commets l'erreur funeste d'en faire trop. Je rechute alors une nouvelle fois, cette fois-ci complètement épuisée. Je trouve toutefois le moyen de m'en sortir et depuis le mois de juin jusqu'à l'heure d'été où j'écris ces lignes de la première édition, je fais attention à me ménager.