



« **Respirer pour mieux se connaître** »

— Selon la Méthode du Dr. Donatini —

Ballonnements, constipation, diarrhée, colites, gêne digestive, reflux, hypertension et prise de poids

Tout est géré par nos intestins... notre deuxième cerveau est le berceau de notre système de défense ! Un intestin propre et une fonction d'absorption rétablie améliorent la qualité de vie de manière globale. Pour évaluer le fonctionnement de nos intestins, un moyen existe : le test respiratoire, une méthode développée par le Dr Bruno Donatini.

À l'origine

Toute bactérie de notre intestin se nourrit des différents sucres (lactose, fructose, glucose) contenus dans notre alimentation. Suite à la digestion de ces sucres, des déchets sont créés et absorbés par notre sang. Ils remontent ensuite dans notre foie puis sont éliminés par nos poumons.

Cependant, notre capacité d'absorption peut être dépassée par plusieurs facteurs :

- Consommation de trop grandes quantités d'aliment riches en sucres et en conservateurs
- Atteinte virale chronique
- Intolérance alimentaire non-dépistée
- Insuffisance pancréatique
- Système digestif ayant beaucoup de séquelles (chirurgie, parasitose, atteinte virale ou bactérienne)

En conséquence, la prolifération bactérienne peut s'installer dans notre organisme et provoquer les différents troubles : ballonnements, constipation, diarrhée, colites, gêne digestive, reflux... Au final, des risques de diabète, hypertension, excès de poids et performance réduite de notre système de défense.

La méthode du Dr Donatini

Pour évaluer la situation, le médecin et gastro-entérologue Bruno Donatini a développé et amélioré le test respiratoire à hydrogène expiré, en y ajoutant la mesure d'autres gaz comme l'iso-butylène (méthane), l'hydrogène soufré, le monoxyde d'azote ou le méthyle-acétate, améliorant ainsi le test et permettant de déterminer le stade et le lieu de fermentation de chaque individu. Cette technique apporte une prise en charge sur mesure et précise. Le fait de pouvoir mesurer les différentes fermentations apporte au patient et au praticien une vision claire.

La technique de dépistage des différentes fermentations intestinales (issue des recherches du Dr. Bruno Donatini) permet de se fixer des objectifs entre praticien et patient :

- Travailler intelligemment sur les fermentations digestives en les mesurant et en adoptant un traitement sur mesure
- Évaluer l'efficacité du système digestif et la malabsorption
- Rétablissement de la fonction d'absorption des intestins
- Dépister d'éventuelles intolérances alimentaires

Ce test apporte :

- Prise en charge pour les pertes de poids « résistantes »
- Régulation des troubles digestifs : mauvaises digestions, constipation, diarrhée, colites, ballonnements, reflux, syndrome du colon irritable, inappétence, boulimie...
- Prévention du syndrome métabolique : diabète, hypertension
- Amélioration de la déprime, des troubles du sommeil et de la fatigue chronique
- Diminution des parodontoses
- Modulation et amélioration des performances du système immunitaire : baisse des allergies, ralentissement des poussées des maladies auto-immunes, diminution de la prévalence des cancers.

Durée du test et prix :

**test effectué le matin à jeun, puis 1h30 après le premier test
(après ingestion de fructose et de lactulose)
pour 75€**

Recommandations pour effectuer le test :

- Être à jeun (pas de petit déjeuner), dernier repas la veille avant 22h (sans excès)
- Boissons permises avant le test : eau ou petit café (sans lait, sans sucre) ou thé vert (sans lait, sans sucre, sans citron)
- Vous pouvez vous brosser les dents avant le test