

Éléments MOUTON B6

Table des matières :

Préface anonyme — Pourquoi cette prise de conscience devrait-elle faire grand bruit ?

Introduction — N'y aurait-il pas quelque chose de pourri au Royaume du Danemark ?

Chapitre I — La vitamine B6 est-elle le « chouchou » des compléments alimentaires ?

Chapitre II — Comment une affabulation grossière devient-elle un dogme absolu ?

Chapitre III — Le magnésium et la vitamine B6 ne sont-ils donc pas étroitement liés ?

Chapitre IV — Le magnésium et la vitamine B6 n'agissent-ils pas en étroite synergie ?

Chapitre V — Faut-il s'inquiéter des conflits d'intérêts impliquant le couple Mg/B6 ?

Chapitre VI — N'y a-t-il vraiment aucun lien entre le magnésium et la vitamine B6 ?

Chapitre VII — Quels sont les symptômes révélateurs d'une neurotoxicité due à la B6 ?

Chapitre VIII — Pourquoi nous faut-il passer outre le scepticisme des neurologues ?

Chapitre IX — Les neurologues ne devraient-ils pas se tenir régulièrement informés ?

Chapitre X — Ce témoignage affolant n'impose-t-il pas le retrait de ce complexe B ?

Chapitre XI — Peut-on accorder une quelconque confiance aux annonces des firmes ?

Chapitre XII — Oserait-on garantir sans réserve la sûreté du pyridoxal-5'-phosphate ?

Chapitre XIII — Faut-il craindre des conflits d'intérêts affectant les experts de l'EFSA ?

Chapitre XIV — Comment la toxicité de la pyridoxine n'a-t-elle pas créé un scandale ?

Chapitre XV — Comment expliquer l'indifférence des autorités sanitaires françaises ?

Chapitre XVI — Ne voyez-vous pas des enseignements plus graves à tirer de tout cela ?

Conclusion — La vitamine B6, un nutriment indispensable mais « ni peu, ni prou » !

Épilogue

Addendum A — Les principales causes à rechercher devant toute hypervitaminose B6

Addendum B — Quelques produits mentionnés dans ce livre et d'autres, riches en B6

Addendum C — Où et comment déclarer les effets neurotoxiques dus à la vitamine B6

Postface — Vitamine B6 : petite vitamine, grandes révélations