Préface du Dr Stéphane RÉSIMONT

Je me présente : Dr Résimont, diplômé en médecine en 1985, spécialisé en ORL et chirurgie cervico-faciale à l'ULB de Bruxelles. J'ai également obtenu un diplôme en acupuncture à la faculté de médecine Beaujon à Paris et je me suis formé en nutrition auprès du Dr Curtay, ainsi qu'en hormonologie avec le Dr Hertoghe.

Depuis des années, j'écris des articles dans différents domaines – ORL, allergologie, nutrition, hormonologie – et je donne des cours et conférences sur ces sujets.

Je suis fier d'avoir sauvé des dizaines de vies en alertant, dès juillet 2020, sur l'arnaque à venir de la « vaccination Covid » : une thérapie génique déguisée en vaccin, responsable à ce jour de plus de 24 millions de morts, soit quatre à cinq fois plus que le virus lui-même.

La thyroïde ? Je peux dire que je connais bien le sujet : plus de 140 conférences données en une trentaine d'années, sur l'hypothyroïdie, l'hyperthyroïdie, les thyroïdites auto-immunes, les liens entre dysfonctionnements cérébraux et hypothyroïdie, les dysbioses, le SIBO, le SIFO, et leur impact sur la fonction thyroïdienne et vice versa.

La maladie auto-immune thyroïdienne, connue sous le nom de maladie d'Hashimoto ? J'en voyais un cas toutes les quelques semaines il y a vingt ans ; aujourd'hui, j'en vois trois à quatre… par jour.

Les causes sont multiples : carences en micronutriments, pollution, perturbateurs endocriniens, déficience surrénalienne (cortisol, dysfonctionnement de l'axe hypothalamo-hypophyso-surrénalien), carence en vitamine D – encore trop rarement corrigée –, dysbioses intestinales non prises en charge, causées par la consommation d'aliments toxiques : gluten, avoine, lait (fait pour les veaux, pas pour nous !), édulcorants, et j'en passe.

Lorsqu'Albéna Gauthier m'a sollicité pour relire son mémoire de fin d'études, qu'elle m'a dit avoir écrit en partie grâce à l'inspiration que je lui ai transmise, je ne m'attendais pas à découvrir un travail aussi complet, rigoureux et utile – non seulement pour le grand public, mais aussi pour les professionnels de santé, y compris les médecins.

Honnêtement, je connais très peu de médecins qui possèdent les connaissances développées dans ce mémoire, devenu un livre.

J'ai souri en lisant les noms de nombreux confrères que je connais bien : beaucoup ont été formés grâce à mes conférences, mes cours, mes écrits (les Drs Fogel, Garofalo, Nuñez, pour ne citer qu'eux).

Quant à d'autres (Dr Reliquet, Dr Cosserat, Dr Hertoghe, Dr Renaud, Dr Wetchoko, Dr Bassier), nous avons donné des conférences ensemble.

Albéna Gauthier commence son livre par son propre parcours. Et je la comprends bien : je suis moi-même un hypothyroïdien profond, un insuffisant surrénalien, un andropausé parfaitement pris en charge hormonalement, et donc, à 64 ans, je « pète » la forme.

L'hypothyroïdie, qu'elle soit auto-immune ou non, doit être prise en charge étape par étape, *step by step* jusqu'à disparition complète des symptômes hypo et non pas en fonction d'une biologie dite « normale ».

Cela commence par la micronutrition. Si nécessaire, on ajoute des extraits glandulaires. Et pour les cas les plus sévères, on prescrit un traitement hormonal, souvent à vie, combinant T4 et T3, voire T1, T2, T3, T4 et TG – mais jamais de T4 seule (Levothyrox, Euthyrox, Tcaps), qui, au mieux, sera inefficace (dans 80 % des cas), et au pire aggravera l'hypothyroïdie (dans 10 à 15 % des cas).

Rarement, cela suffit à faire disparaître les symptômes – j'ai quelques cas chaque année.

Bien sûr, chez une femme, ne pas prendre en charge la (pré)ménopause – qui débute souvent dès 35-40 ans – en phytothérapie ou en hormonothérapie bio-identique, c'est prendre le risque de l'hypothyroïdie. Pourquoi ? Parce qu'une carence en progestérone empêche la conversion de la T4 inactive en T3 active. C'est ainsi : on ne peut pas gérer la thyroïde sans gérer l'ensemble du système hormonal.

Et parfois, c'est en étant malade qu'on apprend le mieux à prendre en charge sa propre maladie, grâce à ses lectures et à ses études.

Bonne lecture à *toutes* et à tous !

Dr Résimont