

<https://www.amessi.org/les-secrets-de-l-eternite-par-le-dr-dominique-rueff>



Les secrets de l'éternité par le Dr Dominique Rueff

- IMMORTALITE BIOLOGIQUE



Date de mise en ligne : mercredi 1er septembre 2010

Copyright © AMESSI.Org® Alternatives Médecines Évolutives Santé et

Sciences Innovantes ® - Tous droits réservés

Médecin, enseignant, spécialiste de la prévention nutritionnelle et hormonale du vieillissement, il est très clair sur les régimes, et sur la façon dont il rend à ses patients de 70 ans le métabolisme qu'ils avaient à 30 ans. Il est pour l'utilisation de la DHEA (en prend lui-même), de la melatonine et des hormones de croissance.

Peut-on grâce à l'alimentation et aux hormones maîtriser ou ralentir le vieillissement ?

Le but est avant tout de permettre à des gens de 70 ans de retrouver le métabolisme qu'ils avaient à 30 ans. Ou bien de traiter des gens de 50 ans de manière préventive. On voit également des gens qu'on a « supplémenté » par alimentation et hormonothérapie qui perdent à 50 ans la dépression larvée qu'ils avaient à 30 ou 40 ans. Vers 40 ans on commence à faire des petites analyses : la testostérone, les oestrogènes, la DHEA, le fer, le zinc, et on voit comment ils se situent.

Sommaire

- [Les secrets de l'éternité par le Dr Dominique Rueff](#)
- [Dominique Dominique RUEFF, Médecin, spécialiste en Médecine anti-âge et médecine Orthomoléculaire](#)
- [Interview au cours de l'émission télévisée « Sans aucun doute »](#)
- [Pour la DHEA il n'y a aucun risque, on rajoute seulement la dose qui n'est plus produite par la glande surrénale.](#)
- [La restriction calorique doit être nutritionnellement équilibrée.](#)

Les secrets de l'éternité par le Dr Dominique Rueff

Dominique Dominique RUEFF, Médecin, spécialiste en Médecine anti-âge et médecine

Orthomoléculaire

Interview au cours de l'émission télévisée « Sans aucun doute »

On maîtrise pas mal de misères qu'il y a deux générations on considérait comme inévitables : le poids, la cellulite. C'est contre l'idée « c'est normal c'est l'âge » qu'il est important de lutter.

Concernant les traitements, quand les gens ont commencé ils n'ont pas envie de revenir en arrière, car en deux mois de temps ils voient la différence sur leur mémoire, sur le sexe...

Les effets sont donc tangibles ?

Oui, et si vous comparez mon travail à ce qui peut se faire à Palm Springs, je dirais qu'on fait aussi bien et pour moins cher. Mais pour que les résultats soient tangibles il ne faut pas être excessif. Il s'agit de retrouver l'équilibre qu'on a perdu au fil des ans. De tout remettre à niveau. On permet aux gens de récupérer leur masse osseuse et de force musculaire.

Les traitements hormonaux sont-ils dangereux ?

Si on respecte l'équilibre, en dosant bien, et en s'adaptant au patient, il n'y a pas de risques. On a dit que les hormones de croissance favorisaient le développement de tumeurs. En fait les dangers existent en cas d'excès d'hormones, mais on le sait maintenant, également parfois en cas de manque.

Des études ont montré que des déficiences hormonales font le lit des cancers. Je le répète, le but est de maintenir les taux physiologiques sans excès dans un sens ou dans l'autre. Avec les traitements hormonaux on redonne le tonus et le physique. « L'inconvénient » c'est qu'il faut se faire une piqûre pratiquement tous les jours.

Pour la DHEA il n'y a aucun risque, on rajoute seulement la dose qui n'est plus produite par la glande surrénale.

Je pense surtout que les réticences sont d'ordre philosophique, ce sont des réticences judéo-chrétiennes. On a toujours tendance à dire qu'il est normal de vieillir dans la douleur.

Quel est le prix ?

Une unité vaut 80 francs, mais pour certaines personnes, un quart par jour suffit. En France il n'y a pas d'autorisation de mise sur le marché en tant que traitement préventif de l'âge. Les gens doivent acheter en Belgique, en Italie, en Espagne.

Certains régimes favorisent-ils la longévité ?

C'est la base de la santé. Le régime crétois est toujours d'actualité. Il est plus intéressant encore que le régime méditerranéen qui ne repose que sur l'huile d'olive. **Dans le crétois on trouve de l'huile de noix, intéressante pour l'acide gras linoléique.**

Que pensez vous de la restriction calorique ?

Sur l'homme nous n'avons pas assez de recul encore pour conclure. C'est comme pour la DHEA et la mélatonine où les études sérieuses ont été réalisées avec des souris.

La restriction calorique n'est pas dangereuse, uniquement dans le cadre d'un régime nutritionnel équilibré, qui respecte les quantités de glucides de lipides, et quantités nécessaires en minéraux et vitamines. Si on appauvrit en diminuant l'apport nutritionnel on aura l'effet contraire par rapport au vieillissement.

La restriction calorique doit être nutritionnellement équilibrée.

Par exemple, **un des facteurs les plus importants du vieillissement est lié au métabolisme de l'insuline, si l'apport est correct vous n'aurez pas de diabète, qui est l'un des facteurs les plus graves pour le vieillissement.**

Après c'est presque un débat philosophique, est-il intéressant de se priver toute une vie pour gagner trois ans de vie ?

Où en est-on avec le « french paradox » ?

Il est un peu battu en brèche. On sait effectivement que le vin est riche en polyphénols, ce sont des antioxydants particuliers. Mais des études récentes sur le thé ont montré que le thé en possédait beaucoup également. Le thé vert notamment.