

## Mais où sont passés les Morts, cette année ?

### La sécurité des compléments nutritionnels à nouveau confirmée par la plus grande base de données américaine

par Andrew W. Saul, Rédacteur

(OMNS 8 janvier 2019) Le 35e rapport annuel de l'Association américaine des centres antipoison (1) montre qu'il n'y a eu aucun décès dû à la vitamine A, la vitamine C, la vitamine E, la niacine, la pyridoxine (B-6), ou à toute autre vitamine B. Il n'y a eu aucun décès dû à de multiples vitamines, adultes ou enfants.

Une seule allégation de décès par surdose chronique de vitamine D est répertoriée dans le tableau 21, p 170, puis répétée dans le tableau 22-B, page 203 (1b) Elle est décrite comme "AR-D", un effet indésirable, médicament. La contribution relative à la mortalité (RCF) est de 3 (sur une échelle de 6 points où 1 est le plus élevé), ce qui signifie "contributif". Bien que les détails ne soient pas fournis, il semble que l'individu ait pris de la vitamine D à long terme et soit décédé, mais la causalité n'a pas pu être établie.

Il n'y a eu aucun décès dû à un supplément minéral alimentaire. Cela signifie qu'il n'y a eu aucun décès dû au calcium, au magnésium, au chrome, au zinc, à l'argent colloïdal, au sélénium, au fer ou aux suppléments multiminéraux.

Le rapport de l'AAPCC ne montre aucun décès dû aux acides aminés, à la créatine, aux algues bleues, à la glucosamine ou à la chondroïtine. Il n'y a eu aucun décès dû aux herbes. Cela signifie qu'il n'y a eu aucun décès dû à l'actée à grappes bleues, l'échinacée, le ginkgo biloba, le ginseng, le kava kava, le millepertuis, la valériane, le yohimbe, le ma huang/éphèdre, le guarana, la noix de kola ou le yerba mate. Bien que l'Orthomolecular Medicine News Service ne considère pas qu'un certain nombre d'entre eux soient à juste titre des compléments alimentaires, ils sont inclus par l'AAPCC comme ne causant aucun décès.

Aucun décès n'est dû à un remède homéopathique, à la médecine asiatique ou à la médecine ayurvédique. Aucun décès.

Un décès dû à un "ingrédient botanique unique inconnu" et un décès dû à une "boisson énergétique inconnue" sont tous deux signalés à la page 197. L'incertitude évidente de ces listes diminue toute revendication de validité.

Un décès non corroboré attribué à la mélatonine est également signalé. La toxicité de la mélatonine est faible. Pour les souris, la dose orale qui tuerait la moitié des animaux qui la reçoivent (DL 50) est de 1 250 milligrammes par kilogramme de poids corporel. (2) Pour un humain, cela reviendrait à consommer environ 10 flacons entiers de mélatonine ou plus, en une seule fois.

Si les compléments alimentaires sont prétendument si "dangereux", comme le prétendent la FDA, les médias et même certains médecins, alors **où sont tous ces corps ?**

#### References:

1. Gummin DD, Mowry JB, Spyker DA, Brooks DE, Osterthaler KM, Banner W. 2017 Annual Report of the American Association of Poison Control Centers. National Poison Data System (NPDS): 35th Annual Report. *Clinical Toxicology* 2018, Dec 21;:1-203. PubMed PMID: 30576252. <https://doi.org/10.1080/15563650.2018.1533727>

1b, The complete 203-page article is available for free download at <https://piper.filecamp.com/1/piper/binary/3po2-fdldl37j.pdf>

2. Sugden D. Psychopharmacological effects of melatonin in mouse and rat. *J Pharmacol Exp Ther*. 1983 Dec;227(3):587-91. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/6655558>