



Un oméga-3 Belge à la conquête de la Norvège et de la Suède

Les Norvégiens sont surpris des résultats obtenus avec les suppléments MorEPA et PlusEPA

L'incroyable histoire de la petite Alexia et de ses crises nocturnes

La petite Norvégienne Alexia avait deux ans à peine lorsqu'elle commença à faire des 'crises' nocturnes inexplicables. Alexia avait toujours eu du mal à dormir et sa maman Katharina soupçonnait que sa naissance quelque peu prématurée pouvait en être la cause.

Au cours de la période des crises nocturnes, Alexia dormait à peine deux heures lorsqu'elle faisait une crise. Elle se mettait à crier et à pleurer de façon hystérique, et elle frappait dans tous les sens, comme si elle se débattait contre une chose qui n'y était pas. Il était impossible d'établir un contact avec elle. Tout ce que Katharina pouvait faire était de regarder, impuissante, et de veiller à ce que sa petite fille ne se blesse pas.

Les nuits agitées d'Alexia avaient des conséquences profondes pour tout le ménage. Ses parents ne fermaient plus guère l'œil de la nuit et se faisaient de plus en plus de soucis. L'idée que leur fille pouvait être un danger pour elle-même leur était quasi insupportable. Les crises étaient toujours plus fréquentes et se prolongeaient de plus en plus. Katharina, qui exerce une pratique libérale d'infirmière, était de plus en plus épuisée et souffrait fort des sentiments d'angoisse et d'impuissance.

De telles crises ne sont pas rares chez de jeunes enfants. Pourtant, Alexia faisait plusieurs crises par semaine, des mois durant. Ses parents commençaient à envisager sérieusement la possibilité d'un problème médical sous-jacent qui en serait responsable. Plusieurs médecins avaient examiné le bambin sous toutes les coutures et tenu compte de toutes les éventualités, mais

n'avaient rien trouvé qui aurait permis d'expliquer ces perturbations du repos nocturne. Les parents d'Alexia se sont entendus dire que les crises disparaîtraient probablement avec le temps. Ce qui n'était évidemment qu'une maigre consolation pour une maman totalement épuisée et un ménage constamment plongé dans l'angoisse par ce qui arrivait à la petite Alexia.

A l'automne de l'an dernier, une amie conseilla à Katharina de chercher de l'aide dans le magasin local d'alimentation naturelle. Elle avait entendu parler d'acides gras oméga-3 spécialement formulés et qui pouvaient soutenir le sommeil des enfants. Katharina a suivi le conseil de son amie et le nutritionniste lui a conseillé MorEPA Mini-Junior de Minami Nutrition. MorEPA Mini-Junior est une source pure et naturelle d'acides gras oméga-3 les plus hautement concentrés, avec un taux élevé d'EPA (l'EPA et le DHA sont les deux principaux acides gras oméga-3).

Le nutritionniste a parlé à Katharina d'une autre maman dont la fille dormait à peine quelques heures par nuit. Le sommeil de

la fillette s'était remarquablement amélioré avec MorEPA. On ne risquait rien. Cela valait certainement la peine d'essayer.

Au début, Katharina a donné à Alexia deux capsules de MorEPA Mini-Junior par jour. Alexia aimait bien les "petites pilules à la fraise". De plus, elle ne devait pas en prendre tellement, le produit étant si hautement concentré. Aucun problème donc pour faire prendre à un jeune enfant une quantité suffisante pour obtenir un effet de soutien.

Initialement, il ne se passait rien. Après quelque trois semaines cependant, Katharina a observé une amélioration incroyable du sommeil de la petite Alexia. Les crises nocturnes se faisaient de plus en plus rares, et elles ont même disparu après quelque temps. Actuellement, Alexia se réveille encore de temps à autre, mais elle se rendort tout aussitôt. Alexia est un enfant tranquille et joyeux et le reste du ménage est enfin à nouveau reposé et soulagé. "MorEPA nous a permis de revivre comme avant", dit Katharina. "Par dessus tout: notre petite fille a retrouvé sa bonne santé."



Les bons acides gras sont importants pour la santé mentale

Les acides gras oméga-3 contribuent à la production naturelle de la mélatonine. La mélatonine est l'hormone qui contrôle le rythme circadien (le rythme naturel entre le jour et la nuit, qui fait que le cycle du sommeil se déroule normalement). MorEPA est un produit naturel, qui contient un taux élevé d'acides gras oméga-3 purs et concentrés, provenant d'huile de poisson de la plus haute qualité. Ces acides gras essentiels de MorEPA sont facilement absorbés par l'organisme. Les acides gras oméga-3 purs et concentrés, en particulier l'EPA, soutiennent non seulement l'humeur, mais aussi les facultés d'apprentissage et de concentration, tant chez les enfants que chez les adultes. Les acides gras essentiels sont des acides gras que l'organisme ne peut produire lui-même, et que nous devons donc puiser dans notre alimentation. Pour être certain que votre organisme reçoive suffisamment d'acides gras essentiels, dans le bon rapport, les suppléments oméga-3 sont d'une utilité incroyable. Au cours des derniers mois de la grossesse, la future maman cède d'importantes quantités de ces acides gras au bébé à naître. Les nouveau-nés nourris au sein extraient des quantités importantes d'acides gras du lait maternel. Leur développement mental et leur acuité visuelle profitent ainsi d'un soutien optimal.

Un intérêt croissant

Ces dernières années, les acides gras oméga-3 (EPA et DHA) jouissent d'un intérêt croissant. Leurs avantages pour la santé et pour la circulation sont connus de tous. Ces derniers temps apparaissent des preuves de plus en plus convaincantes que ces acides gras oméga-3 sont particulièrement importants pour le développement mental. L'intérêt croissant pour les acides gras oméga-3 a évidemment stimulé énormément l'industrie des acides gras oméga-3. C'est pourquoi il importe de choisir soigneusement vos produits oméga-3 pour être certain qu'ils sont de la plus haute pureté. MorEPA est garanti exempt d'impuretés et de substances toxiques comme le plomb et les PCB. Les capsules (soft-gels) sont confectionnées à partir de gélatine de poisson, d'eau purifiée et de glycérol. MorEPA existe en versions pour adultes et pour enfants. Pour apporter la quantité quotidienne voulue d'EPA et de DHA, une capsule par jour suffit pour les adultes et les adolescents, à prendre de préférence avec le repas. MorEPA Mini-Junior est spécialement développé pour de jeunes enfants et les capsules sont donc plus petites. Deux capsules par jour suffisent.

Que sont les crises nocturnes?

Les crises nocturnes peuvent survenir dès l'âge de deux ans et persistent généralement jusqu'à ce que les enfants atteignent l'âge de 10 ans environ. Il ne faut pas les confondre avec des cauchemars ou certaines manifestations de l'épilepsie. Il est d'ailleurs préférable de rechercher une aide professionnelle afin d'exclure toute possibilité d'épilepsie. Les crises nocturnes se produisent généralement deux à trois heures après que l'enfant s'est endormi. Au cours de celles-ci, il semble être éveillé. Il est assis ou debout dans son lit et crie ou pleure violemment et de façon hystérique. Il semble se fâcher et fait des mouvements comme s'il se battait contre un ennemi invisible. La crise dure habituellement entre 5 et 15 minutes. Pourtant, l'enfant n'est pas éveillé, mais en état de sommeil profond. C'est pourquoi il ne réagit guère aux tentatives de le calmer. Il vous repousserait plutôt. Au cours d'une telle crise, il est préférable de ne pas réveiller l'enfant ni de tenter de le calmer. Il n'en deviendrait que plus agité. Le mieux est de rester près de son lit et de veiller à ce qu'il ne se fasse pas de mal. Après la crise, la plupart des enfants se rendorment et ne se rappellent plus de rien le lendemain.