

Gastro-entérite virale ("gastro")

Exemple de conseil

Mélange d'HE utilisables localement, en massage :

- HE **Menthe poivrée**, *Mentha piperita* (plante entière) 5 ml
- HE **Camomille romaine**, *Chamæmelum nobile* (fleurs) 5 ml
- HV **Macadamia**, *Macadamia integrifolia* 30ml

5 gouttes du mélange en légers massages péri-ombilicaux dans le sens des aiguilles d'une montre, une à plusieurs fois par jour.

Commentaire :

- Le passage trans-cutané des HE est en général rapide, la personne ressentant en général assez rapidement une sensation de soulagement.
- A avaler, en conseil complémentaire, une goutte d'HE **Thym**, *Thymus vulgaris CT linalol* après chaque repas, pendant trois ou quatre jours.

Parfois difficile à conseiller, car la personne qui souffre d'une gastro a souvent des nausées.

