

Diarrhées

Les **diarrhées** sont les **infections** les plus fréquentes du **tube digestif**, elles sont un moyen de défense de la muqueuse pour éliminer les toxines et les germes indésirables :

- C'est "*l'émission brutale et fréquente de selles liquides et abondantes*".
- L'origine est bactérienne ou virale (Rotavirus), voire parasitaire dans les pays tropicaux.
- Elle est fréquente, bénigne, et guérit spontanément.

Si elle dure depuis plusieurs jours, s'accompagne de fièvre, ou d'une altération de l'état général, il faut que la personne consulte son médecin.

Exemple de conseil :

- HE **Anis vert**, *Pimpinella anisum* (semences) 1 goutte
- HE **Aneth odorant**, *Anethum graveolens* (semences) 1 goutte
- HE **Sarriette**, *Satureja montana* 1 goutte

En fin de repas trois fois par jour

Commentaire à propos du choix des HE :

- L'anéthole de l'**Anis vert** est anti-diarrhéique, antalgique, spasmolytique intestinal et antifongique.
- L'**Aneth** est antispasmodique, régulateur de la flore.
- La **Sarriette** est beaucoup plus antiseptique.

