



「FLATULENCE」

- Par le Dr Y. DONADIEU -

Exemple de conseil

On complétera l'action du miel par celle des Huiles Essentielles.

En prescrivant un aromiel à base de:

- Miel de Romarin
- H.E. d'Arbre à thé (*Melaleuca alternifolia*)
- H.E. de Romarin à verbenone (*Rosmarinus officinalis*)

Et également ...

- Du pollen frais : 40 g par jour.

Posologie : 1 cuillère à soupe (20 g) à jeun et une au coucher.

Propriétés des composants de l'aromiel

- On associe aux **propriétés cholérétique** et **cholagogue** du miel de **Romarin**, les propriétés anti-infectieuses de l'H.E. de **Tea Tree** et hépato-protectrice de l'H.E. de **Romarin ct verbenone**.

Conseil

Toujours réduire la consommation de **farineux**, **d'hydrate de carbone**, de **viandes rouges**, et augmenter les **fibres**