



INFUSION DE MÉLISSE

PROPRIÉTÉS INDICATIONS

- COLITES SPASMES INTESTINAUX,
- CRAMPES D'ESTOMAC. DIGESTION DIFFICILE,
- EMOTIVITE, ANXIETE,
- ETATS DEPRESSIFS,
- BOURDONNEMENTS D'OREILLE,
- NAUSEES EN CAS DE GROSSESSE
- TROUBLES NERVEUX ET DIGESTIFS



LA MÉLISSE A UNE ACTION SÉDATIVE ET SOIGNE LES TROUBLES QUI ONT UNE ORIGINE NERVEUSE : SPASMES INTESTINAUX ET DIGESTIFS, COLITES, CRAMPES D'ESTOMAC, ÉMOTIVITÉ, ANXIÉTÉ, PALPITATIONS ET INSOMNIE

UNE ÉTUDE MENÉE EN 1990 PAR DES MÉDECINS A MONTRÉ L'EFFICACITÉ DE L'ASSOCIATION MÉLISSE-PASSIFLORE DANS LE TRAITEMENT DE L'ANXIÉTÉ.

LA MÉLISSE AMÉLIORE ÉGALEMENT LES ÉTATS DÉPRESSIFS. SON ACTION CALMANTE SUR LE SYSTÈME DIGESTIF EST COMPLÉTÉE PAR UN EFFET ANTI-INFLAMMATOIRE ET SPASMOLYTIQUE.

EN FAVORISANT LA SÉCRÉTION BILIAIRE, ELLE CONTRIBUE À UNE DIGESTION HARMONIEUSE ELLE EST AUSSI CONSEILLÉE DANS LES VOMISSEMENTS DUS À LA GROSSESSE ET A UNE ACTION BÉNÉFIQUE SUR LES BOURDONNEMENTS D'OREILLE QUI SONT DES SENSATIONS AUDITIVES DÉSAGRÉABLES

-

INGRÉDIENTS

- 20G DE FEUILLES SÉCHÉES OU FRAICHES
- 1 LITRE D'EAU

PRÉPARATION

- FAIRE BOUILLIR L'EAU
- AJOUTER 20 G DE FEUILLES
- LAISSER INFUSER 5 MINUTES

LES PRINCIPES ACTIFS DE LA MÉLISSE ÉTANT VOLATILES, L'INFUSION DES FEUILLES SÉCHÉES DOIT SE FAIRE DANS UN CONTENANT FERMÉ;

SINON, IL EST PRÉFÉRABLE D'UTILISER DES FEUILLES FRAÎCHES.

APPLICATION UTILISATION

- PRENDRE 2 À 3 TASSES PAR JOUR.
- POUR SOULAGER LES SPASMES, ON CONSEILLE PARFOIS D'AUGMENTER LA CONCENTRATION JUSQU'À 60 G PAR LITRE D'EAU.

MISE EN GARDE :