

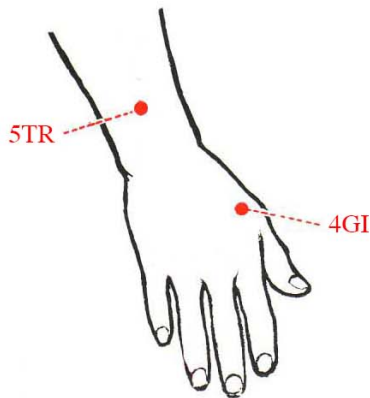
Homéopathie : conseils en prévention des infections

Tout d'abord, gardez à l'esprit que favoriser calme, réflexion et sérénité reste de mise dans les circonstances actuelles !

- Le matin sous la douche, restez une trentaine de secondes avec le jet d'eau sur les points indiqués sur le schéma.
- Vous pouvez répéter la procédure le soir.
- Lorsque vous rentrez, laissez vos vêtements de ville s'aérer au grand air, si vous le pouvez.
- En homéopathie, en prévention si vous ne présentez aucun signe, vous pouvez juste prendre Aconit Napellus 7CH au lever, voir le soir selon les rencontres que vous avez faites.

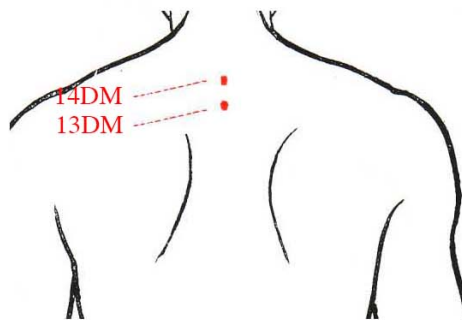
VUE DE DOS

Le 5TR est situé 3 travers de doigts au dessus du pli du poignet
Le 4GI est situé 1cm au dessus de la commissure entre le puce et l'index



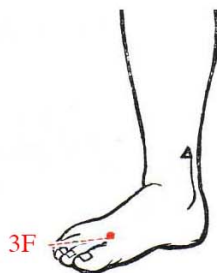
VUE DE DOS

Le 14DM est situé un travers de main sous la racine des cheveux
Le 13DM est situé juste en dessous du 14DM



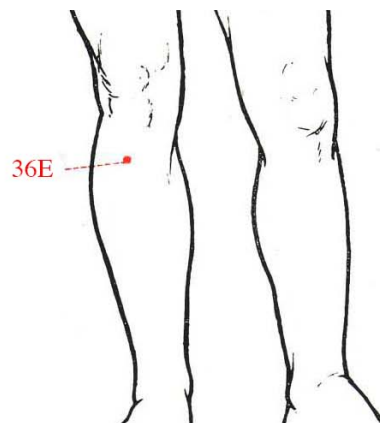
VUE DE FACE

Le 3F est situé en arrière du pli de flexion sur le dos du pied, dans un creux en arrière des 1er et 2e orteils



VUE DE FACE

Le 36E est situé 4 travers de doigt sous la pointe de la rotule



En cas d'infection, dès les premiers signes (fatigue, frissons, toux, fièvre, courbatures, rhinites)
3 fois par jour à toutes les 2 h, selon l'intensité des symptômes :

• Si fièvre sans transpiration	Aconit 7 ou 9CH
• Si fièvre avec transpiration	Belladonna 7 ou 9CH

Si rhinite, en plus des soins habituels :

• Si rhinite claire	Allium cepa 7 ou 9 CH
• Si rhinite jaune, verte, phosphorescente	Pyrogenium 7 ou 9 CH

Si complication pulmonaire, 3 fois par jour à toutes les 2 h, selon l'intensité des symptômes, en plus des soins habituels :

• Si toux pulmonaire avec douleurs aiguës, aggravées au toucher et troubles intestinaux : Bryonia 7CH
• Si toux pulmonaire avec douleurs intenses généralisées, articulaires, douleurs oculaires : Eupatorium 7CH
• Si toux pulmonaire avec encombrement, brûlure dans le thorax et faible expectoration : Antimonium tartaricum 7CH
• Si complication pulmonaire aiguë avec dyspnée excessive : Antimonium arsenicosum 7CH

S'il n'y a pas d'amélioration des symptômes après 6h, on change de remède.

Soit vous prenez 5 granules, soit on respire le tube deux fois sous chaque narine, trois fois par jour à toutes les heures, selon l'intensité des symptômes.

L'homéopathie se prend 30 minutes avant ou après toute substance ayant une odeur forte :
dentifrice, café, tabac, huiles essentielles, inhalations...

Attention :

ne prendre pas d'Influenzinum, ni de Sérum de Yersin parce que cela stimule l'immunité vis-à-vis de germes dont nous ne savons même pas si nous sommes porteurs et que cela immunodéprime plus qu'autre chose.

Prenez soin de vous et conservez recul, bon sens et humour !