PSYLLIUM BLOND BIO 300 g TEGUMENT BON POUR LE TRANSIT

Le tégument de Psyllium blond régularise la fréquence et la qualité des selles et soulage aussi bien la constipation que les selles liquides



Marque : Nature et partage
Référence : 15699
Points de fidélité offerts : 150

Prix : 15.00 €

Descriptif :





DESCRIPTIF

Un colon sain est la première ligne de défense de l’organisme.

Tégument de psyllium blond

On l'appelle plantain des Indes, le tégument de la graine de psyllium blond est considéré depuis des millénaires comme l'ami du côlon. Le tégument de Psyllium blond est utilisé en médecine ayurvédique depuis des milliers d’années. Les propriétés de cette petite plante médicinale (Plantago Ovata) sont véritablement surprenante.. En régularisant la fréquence et la qualité des selles, le tégument de psyllium blond soulage aussi bien la constipation que les selles liquides.

Dans notre alimentation moderne les problèmes intestinaux tels que côlon irritable, constipation, selles liquides ou semi-liquides, diverticulite, rectocolite hémorragique, hémorroïdes...sont devenues courant car nous avons une alimentation déséquilibrée, dévitalisée car le plus souvent nos aliments sont cuits et recuits, et nous perdons toutes les valeurs nutritives comme les enzymes,les vitamines,nous n'avons plus également de fibre, ni de chlorophylle, contenue dans les légumes verts crus... Sans parler de l’abondance d’additifs alimentaires plus ou moins dangereux, et la prise intensive et quasi-généralisée de médicaments et autres drogues, légales ou non, qui détruisent la flore intestinale...

ACTIONS

Le psyllium blond est indiqué pour favoriser

une bonne flore intestinale La constipation selles liquides. maladie de Crohn Colon irritable Hémoroïdes Etats ulcératifs et inflammatoires Réduit le taux de cholestérol sanguin facilite l'élimination des métaux lourds Réduit flatulences et ballonnements favorise le développement des bactéries amies de la flore intestinale

Le tégument de Psyllium blond ne provoque aucune irritation des intestins, et peut donc être utilisé en cure prolongées
Grâce à sa forte teneur en mucilage, il régularise le transit intestinal et améliore la qualité des selles.
le Psyllium blond a un effet purement mécanique, l’organisme ne l’assimile pas : il peut donc être utilisé comme laxatif sans aucun risque de toxicité.
Son action très douce n'excite pas la muqueuse et n'entraine pas d'accoutumance



CONSEILS D'UTILISATION

Comme complément alimentaire, prendre 1 cuillerée à soupe de poudre dans un grand verre d'eau ou de jus.
Bien mélanger et boire immédiatement pour que son absorption soit plus facile et que le gel se forme dans l'organisme plutôt que dans le verre.
On peut aussi mélanger le psyllium à des compotes, des soupes, des laitages, etc.
Renouveller 2 à 3 fois parjour selon vos résultat
Buvez beaucoup lorsque vous prenez du psyllium.
Selon l'Agence européenne du médicament, on peut prendre jusqu'à 40 g de tégument de psyllium par jour, ce qui correspond à 2 CAS 3 fois par jour (EMEA 2006b)

A noter : un surdosage est considéré par les autorités médicales comme "improbable".
Il est conseillé de commencer avec de faibles doses et d'augmenter jusqu'à un dosage personnel optimum en fonction des résultats obtenus.
Si vous ne voyez pas de résultat sur vos selles avec 3 grosses cuillers à soupe de psyllium par jour (c'est rare !), il vous faut consulter un médecin.

* privilégier une alimentation équilibrée, pauvre en graisses favoriser l'utilisation d'huile végétale 1 ere pression à froid (olive, colza, tournesol) et riche en fibres
* faites 30 minutes d’exercice physique par jour.
* Complément alimentaire ne se substituant pas à une alimentation variée et équilibrée, ni à un suivi médical
*Consommer avec modération alcool, café, thé, tabac
* Ce produit n'est pas un médicament.
*Ne doit pas être employé comme source unique d’alimentation.

INGREDIENTS

Tégument de psyllium blond (Plantago Ovata)
produit 100% végétal, sans aucun additif

* Produit hypoallergénique 100% naturel.
* Ne contient ni colorant artificiel, ni conservateur.
* Ne pas laisser à la portée des enfants.
* Ce produit ne peut se substituer à un régime alimentaire varié.
* Eviter de dépasser la dose journalière indiquée.
* Conserver soigneusement fermé dans un endroit frais, à l’abri de l’humidité.
* Femmes enceintes ou allaitantes, demandez l’avis de votre médecin traitant avant utilisation.

PRESENTATION :

Sachet de psyllium 300 g Bio

Lien vers la fiche du produit