

PODCAST 40

Date d'envoi : vendredi 8 à 5 :00

Titre : Anti-inflammatoires naturels

Pour écouter

« Anti-inflammatoires naturels »

[clique ici](#)

Si tu veux que des choses changent dans ta vie, change des choses dans ta vie.

Docteur, change et souviens toi pourquoi tu as choisi ce beau métier !

Bienvenu dans le quarantième audio du défi des 365 jours, que je t'offre avec le soutien de NatureBio Dental, le mouvement qui unit les chirurgiens-dentistes, les médecins et praticiens de santé ainsi que des patients motivés pour remettre la santé bucco-dentaire au cœur de la santé.

Le but : Mettre plus de sens dans ta vie professionnelle !

Je vais te parler aujourd'hui des anti-inflammatoires naturels. Les anti-bactériens naturels dont je t'ai parlé il y a quelques jours ont aussi une action anti inflammatoire et antalgique, donc s'il y a une infection, c'est le traitement anti bactérien et si c'est uniquement une inflammation, nous allons en parler maintenant.

Ici aussi on retrouve en homéopathie une formule de chez Weleda, c'est la formule 374 avec de l'Argentum Nitricum D21, du Belladonna D15, du Silicea D22, 15 gouttes matin, midi et soir, ou matin et soir en fonction de l'intensité de la douleur pendant une dizaine de jours et on peut diminuer les doses en fonction de l'amélioration des symptômes, mais il est préférable de continuer une dizaine de jours pour bien consolider le terrain.

Parallèlement on peut utiliser de la phytothérapie avec la Bromélaïne qui a un effet anti œdémateux et un mélange de Curcuma/poivre noir, ces 2 plantes sont associées dans un même produit pour un effet anti inflammatoire puissant.

On va retrouver ici le fameux « oil pulling » avec l'huile de noix de coco, vous verrez que le mélange huile de noix de coco et poudre de Gencix

www.gencix.com constituent la base de toute une série de bain de bouche dont les huiles essentielles vont varier en fonction de l'objectif thérapeutique. On a déjà vu l'anti bactérien, je vais te donner ici l'anti inflammatoire, mais il existe aussi l'anti mycosique, l'anti-amibe dans les maladies parodontales, la formule antalgique et même une formule spécifique pour le lichen plan. Nous reparlerons de tout ça surement plus tard dans les prochains audios ou dans mes formations.

Dans une cuillère à café d'huile de noix de coco ajouter une pincée de Gencix et 5 gouttes d'un mélange que vous pourrez faire préparer à la pharmacie avec une association à partie égale d'huiles essentielles de Ravintsara Aromatica, de Lavande Officinale, de Tea Tree, de Clou de Girofle et de Laurier Noble. Le principe est toujours le même, le patient met le contenu de cette cuillère dans la bouche et fait une émulsion, donc un « pulling » pendant 10 minutes, en pulsant le produit dans les espaces interdentaires pour faire comme un hydropulseur afin que le mélange pénètre bien dans le sulcus et dans les poches parodontales.

Cet « oil pulling » fait des miracles avant et après le détartrage, il redonne en plus du tonus à la muqueuse gingivale qui retrouve très vite son granité en peau d'orange.

Je te souhaite une belle journée et je te dis à demain, naturellement !