



## **La constipation - Solutions naturelles**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# La constipation - Solutions naturelles

*Darrigol Jean-Luc*

**La constipation - Solutions naturelles** Darrigol Jean-Luc

 [Télécharger La constipation - Solutions naturelles ...pdf](#)

 [Lire en ligne La constipation - Solutions naturelles ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne **La constipation - Solutions naturelles Darrigol Jean-Luc**

---

80 pages

Présentation de l'éditeur

Dans ce livre pratique à vocation pédagogique, vous apprendrez : Quelles sont les causes d'un transit intestinal ralenti. Comment se manifeste la constipation, occasionnelle ou chronique. Quelles sont les affections induites : diverticulite, appendicite, péritonite, hémorroïdes. Quels sont les aliments régulant le transit : céréales complètes, légumes, fruits, etc. Comment peut-on agir pour stimuler le transit : respect de bonnes habitudes, respiration abdominale, automassage, gymnastique abdominale, hydrothérapie. Quelles sont les plantes médicinales à fonction laxative : aloe vera, pissenlit, rhubarbe, séné, fenouil, boldo, carvi, cumin. Quels sont les nutriments complémentaires de ces plantes : ferments *Bifidobacterium bifidum* & *Lactobacillus acidophilus*, son d'avoine, inuline, pectine, manne. Biographie de l'auteur

Jean-Luc Darrigol est le fondateur, en 1971, de l'ACRN (Association pour la Connaissance et le Respect de la Nature). Ce pionnier de l'écologie fut l'un des premiers à sensibiliser le public à des préoccupations fondamentales pour l'avenir de notre planète. Depuis 1973, il se consacre entièrement à l'étude des médecines douces, créant en 1978 la collection Santé Naturelle aux éditions Dangles. Il acquiert peu à peu une somme impressionnante de connaissances sur les plantes médicinales, les huiles essentielles, les produits de la ruche et les nutriments, étant l'auteur de nombreux livres visant à informer le grand public sur les méthodes naturelles de santé.

Download and Read Online **La constipation - Solutions naturelles Darrigol Jean-Luc #5GST37J6XRC**

Lire La constipation - Solutions naturelles par Darrigol Jean-Luc pour ebook en ligneLa constipation - Solutions naturelles par Darrigol Jean-Luc Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres La constipation - Solutions naturelles par Darrigol Jean-Luc à lire en ligne.Online La constipation - Solutions naturelles par Darrigol Jean-Luc ebook Téléchargement PDFLa constipation - Solutions naturelles par Darrigol Jean-Luc DocLa constipation - Solutions naturelles par Darrigol Jean-Luc MobipocketLa constipation - Solutions naturelles par Darrigol Jean-Luc EPub  
**5GST37J6XRC5GST37J6XRC5GST37J6XRC**