

Fibromyalgie

D'origine encore méconnue, c'est un syndrome avec des douleurs musculaires diffuses accompagnées d'une grande fatigue sans que ne soient constatés de lésions ou de processus inflammatoires, d'où la difficulté de diagnostic et de traitements.

Quelques conseils, aide pour améliorer:

Fleurs de Bach n° 96 Douleurs Musculaires chroniques Tensions Musculaires.

Fleurs de Bach n° 95 Fatigue chronique

Fleurs de Bach n° 120 Mélancolie, Désespoir, Dépression

4 x 4 gouttes par jour minimum directement sur la langue ou dans un peu d'eau, séparer les mélanges d'une demi heure.

Gémothérapie:

Cassis, Vigne, Airelle

Pour leur action respectivement cortisone-like qui va soutenir les glandes surrénales généralement épuisées, anti - inflammatoire pour les douleurs chroniques et réparatrice de la muqueuse intestinale.

Traitement de fond 20 gouttes de Cassis le matin, 20 gouttes de Vigne le midi et 20 gouttes d'Airelle en soirée.

Aromathérapie :

HE Epinette Noire, HE Pin Sylvestre sont cortisone - like.

Or dans la fibromyalgie, il y a une grande fatigue et un épuisement fréquent des glandes surrénales qu'il convient de booster.

A masser: dans un flacon de 50 ml teinté, verser 10 ml d'Epinette Noire, et 10 ml de Pin Sylvestre, compléter avec de l'huile végétal de macadamia. Appliquer quelques gouttes dans le dos, au niveau des reins matin et après-midi (avant 17 heures de préférence).

les HE de Lavande vraie, Eucalyptus Citronné, Clou de Girofle, Basilic Exotique et Menthe Poivrée constituent une bonne synergie antidouleur.

La Lavande vraie pour son action contre les névralgies électriques et son rôle psychoactif anti déprime; l'Eucalyptus Citronné contre les douleurs lancinantes et profondes des muscles; le Clou de Girofle avec son effet anesthésiant; le Basilic Exotique pour son rôle antispasmodique des douleurs neuromusculaires ; la Menthe Poivrée vasoconstrictrice et rafraîchissante.

A maser: dans un flacon teinté de 10 ml verser 3 ml de Lavande vraie, 3 ml d'Eucalyptus Citronné, 1 ml Clou de Girofle, 2 ml de Basilic Exotique, 1 ml de Menthe Poivrée.

Appliquer quelques gouttes sur les zones douloureuses. Contre indications: femme enceinte ou allaitante, enfant de moins de 8 ans, épileptiques.