

Nom de la boutique

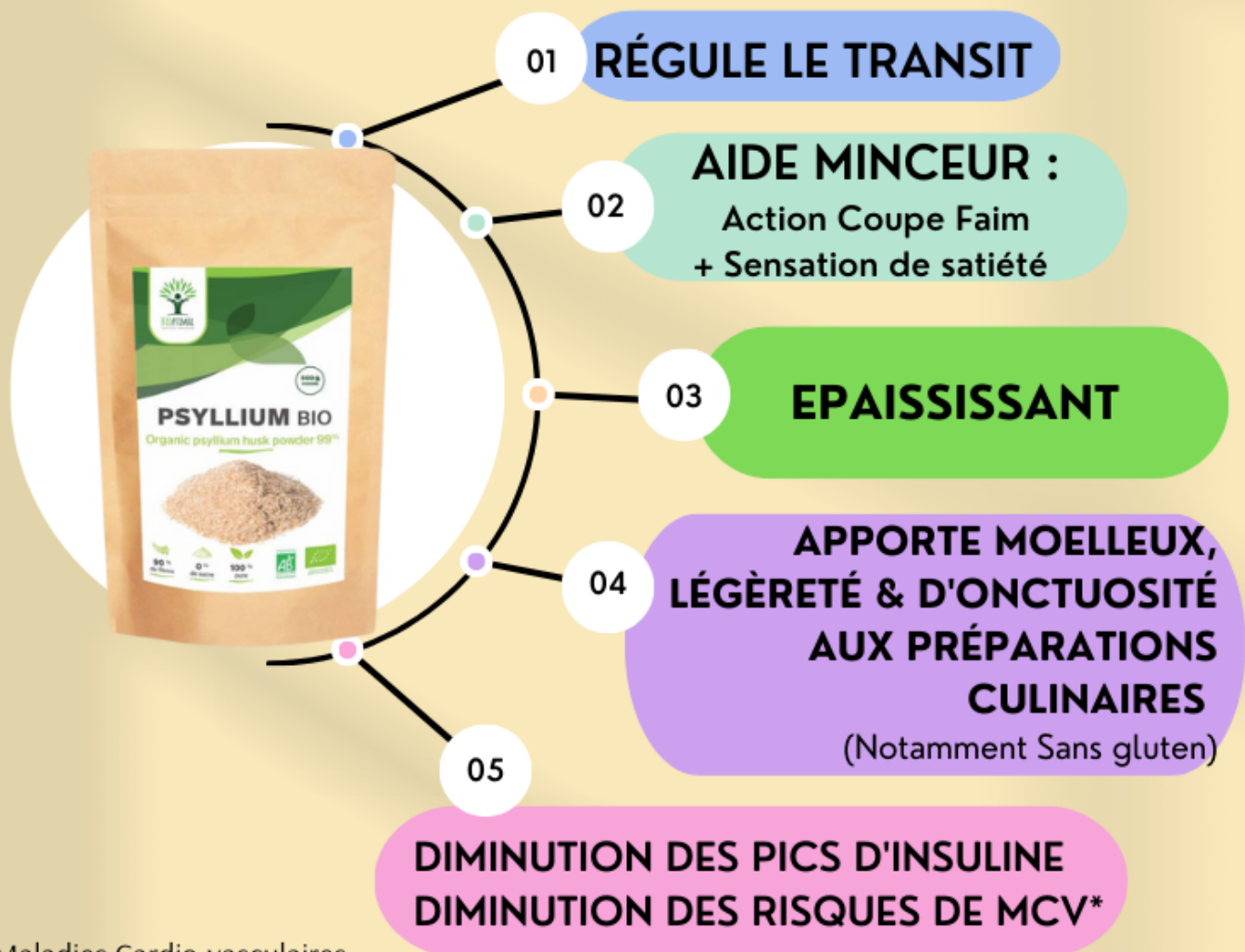
# FOCUS PSYLLIUM

Nom de la boutique



## Les caractéristiques du Psyllium :

= Composé de 90 g de fibres alimentaires pour 100 g : ce sont des glucides dont la particularité est de résister à l'action des enzymes digestives. Elles ne sont ni digérées, ni absorbées au travers de la muqueuse intestinale.



\*Maladies Cardio-vasculaires

## Le psyllium en pratique :



## Posologie selon le symptôme



01

**Constipation:** 1 c à c

matin et soir pendant 2/3 jours

02

**Diarrhée:** 2.5 à 10g par jour,

jusqu'à 40g en 4 prises

03

**Syndrome de l'intestin irritable:**

2 càc par jour, pendant 2/3 jours

04

**Nettoyage du côlon:** 5 à 10 g dans

100ml d'eau, 2 à 4 fois par jour, 3 à 7 jours (Pas plus de 7 jours)

05

**Diminution de la glycémie ou cholestérolémie:** En parler à médecin surtout en cas de traitement en cours.

## Précaution d'emploi :

