

PARTIE UTILISEE : Plante entière

ELEMENTS : Eau-yin et yang Terre-yin
Métal-yang

SAVEURS : Acide-froid Doux-chaud
Salé-chaud

Par sa saveur acide-réfrigérant et sa richesse en sels minéraux, la prêle renourrit un foie crispé engendrant des spasmes musculaires (spasmodophiles), crampes y compris cardiaques, raideurs musculaires (tétanie), rhumatismes chroniques.

Par son aspect doux-chaud et sa richesse en sels minéraux, elle renourrit le couple rate-pancréas :

- Diabète de type 1 insulino-dépendant,
- Insuffisance immunitaire,
- Insuffisance respiratoire chronique,
- Insuffisance lymphatique avec ganglions enflammés.

Par son aspect salé-chaud, la prêle convient autant pour des reins froids, faibles :

- Oliguries,
- Lithiases uriques,
- Albuminurie (protéines dans les urines),
- Oedèmes, ascites.

que chaud

- Infections urinaires,
- Cystites,
- Troubles de la minéralisation osseuse suite à une fracture,
- Ostéoporose,
- Sueurs nocturnes,
- Absences de règles.

Par sa richesse en sels minéraux, la prêle a une action reconstituante du sang.

Elle provoque la formation des globules rouges :

- Hémorragies,
- Sang dans les urines et dans les selles,
- Saignement de nez,
- Sclérose circulatoires (veines, artères, capillaires.),
- Régulation de la tension artérielle.

La prêle est particulièrement riche en vitamine C (25mg/100gr) et se retrouve spécialement dans la teinture mère.

CONSEIL D'UTILISATION :

Nous préconisons le nombre de gouttes par rapport au poids de la personne (60 kg – 60 gouttes /jour).

Soit dans une bouteille de ¾ litre d'eau à boire sur la journée.

Soit dans un petit verre d'eau ou de lait de céréale à répartir 3x/jour avant les repas.

Ne se substitue pas à une alimentation variée et équilibrée ni à un style de vie sain.

