**LA TROUSSE HOMEOPATHIQUE DES PATHOLOGIES HIVERNALES :**

**LA PREVENTION – LE RHUME**

**En prévention  pour renforcer le terrain immunitaire:**

**ECHINACEA 4CH** : 1 dose tous les mois

**SILICEA 15CH** : 1 dose tous les mois

**THYMULINE 9CH** : 1 dose tous les mois

**OSCILLOCOCCINUM** : 1 dose tous les mois

**INFLUENZINUM 9ch** : en prévention de la grippe : 1 dose 4 semaines de suite puis une fois par mois

**COUP DE FROID par temps sec**  :

Prendre immédiatement 1 dose **ACONIT 15CH**

**RHUMES :**

Selon le type de symptômes prendre l’un ou plusieurs remèdes :

**ALLIUM CEPA 9CH** : écoulement abondant clair avec nez irrité

**EUPHRASIA 9CH** : larmoiement irritant

**NUX VOMICA 9CH** : nez bouché la nuit avec éternuements au réveil

**STICTA PULMONARIA 9CH** : sensation de nez bouché, congestion, toux sèche

**FERRUM PHOSPHORICUM 9CH** : fièvre modérée , douleurs des oreilles

**PULSATILLA 9CH** : écoulement clair avec toux sèche la nuit et grasse le jour

**KALIUM BICHROMICUM 9CH** : écoulement très épais, formant des bouchon

**ALLIUM CEPA COMPOSE** : formule pour tout type de rhume

**Utilisation : 3 granules 4 fois par jour**