

HYDROTHÉRAPIE DU CÔLON

Action détox !

Mesure d'hygiène et de prévention, moyen d'investigation, l'irrigation ou hydrothérapie du côlon est une méthode douce, contrôlée et approfondie de nettoyage du gros intestin. Remontant à l'antiquité, cette pratique bénéficie aujourd'hui d'une technologie qui assure au patient une sécurité parfaite et un très grand confort.

Malgré le fait que vous évacuez chaque jour grâce à vos selles, au fil des années, les toxines s'incrument dans les parois du gros intestin, et celles-ci sont réabsorbées par le flux sanguin. Cette constante auto-intoxication est la cause de maux de tête, fatigue, dépression, douleurs articulaires, allergies, et bien d'autres. L'hydrothérapie du côlon est une technique indolore, inodore, bénéfique et nécessaire pour tout le monde parce qu'elle conserve les parois du gros intestin et sa flore dans d'excellentes conditions. Cela aide à prévenir et à guérir toutes les maladies, et permet d'extraordinaires résultats en ce qui concerne les symptômes allergiques.

Pour qui ?

L'hydrothérapie du côlon est une technique d'hygiène dirigée vers des personnes avec un correcte état de santé, si bien il est vrai qu'elle offre de nombreux bienfaits sur diverses maladies telles que asthme, allergies, troubles de la peau (psoriasis, dermatite, eczéma, etcétera), douleurs articulaires, arthrite, stress, insomnie (on dort mieux dès la première nuit)...

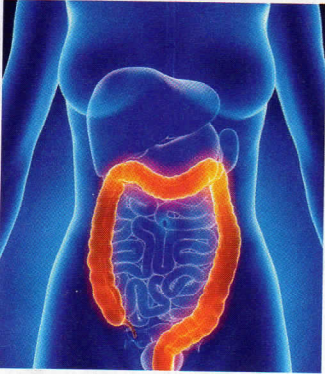


Des enfants aux personnes âgées, l'hygiène du côlon est bienfaisante pour ceux qui souhaitent améliorer leur qualité de vie.

Pourquoi irriguer ?

Tous les jours, pollution, stress et mauvaise alimentation contribuent à encrasser notre côlon, qui perd ainsi de son efficacité. Le corps entier subit une intoxication progressive qui fragilise son capital santé. L'encrassement du côlon peut ainsi être responsable de divers désordres touchant les systèmes digestifs, urinaires, respiratoires, nerveux, ainsi que la peau. L'irrigation du côlon permet d'éliminer les déchets, matières fécales,

résidus irritants, parasites, toxines, de retrouver un fonctionnement optimal, de retrouver son tonus musculaire, de stimuler le système immunitaire, d'avoir un meilleur transit et de perdre quelques kilos disgracieux. Assimilation et élimination se rééquilibrent, donc le capital santé s'en trouve amélioré.



Les intérêts de la méthode

> Une mesure d'hygiène et de prévention

L'hygiène du côlon favorise son fonctionnement, et limite l'apparition de nombreux dysfonctionnements. L'irrigation du côlon est un atout du capital santé. L'intégrer dans une démarche d'hygiène de vie accroît son efficacité : alimentation saine, activité physique, harmonie sur le plan psycho-affectif.

> Un moyen d'investigation

L'irrigation du côlon renseigne sur l'état fonctionnel de l'appareil digestif (aspect et nature des matières fécales, présence de gaz et de parasites).

> Un complément à d'autres pratiques,

utile en cas de cure de détoxification, diète ou jeûne.

Comment se passe une séance ?

> Préparation d'une séance

Deux jours avant, prendre des repas légers en supprimant les protéines animales, les produits laitiers et le gluten (blé, pain, biscuits, viennoiseries), en réduisant les crudités et les fruits crus pour les personnes ballon-

nées. Consommer de préférence des céréales complètes, des légumes et des fruits cuits. La veille au soir du soin, prendre une cuillerée à soupe de graines de lin (préalablement rempées dans de l'eau chaude) pour faciliter l'évacuation. Le jour du rendez-vous, il est recommandé de manger légèrement.

> Déroulement d'une séance

Le patient est allongé confortablement sur le dos. Une canule à usage unique, stérile, est introduite dans son rectum. Le praticien effectue alors des "bains" successifs de 0,5 à 3 litres, à température et débit pré-réglés et stables.

> Quelle fréquence ?

Elle est adaptée aux besoins de chacun. Un premier "nettoyage" nécessite 2 à 3 séances assez rapprochées (une par semaine). Ensuite, 1 à 2 séances annuelles d'entretien sont préconisées, à titre de mesure d'hygiène et de prévention.

Des bénéfices nombreux

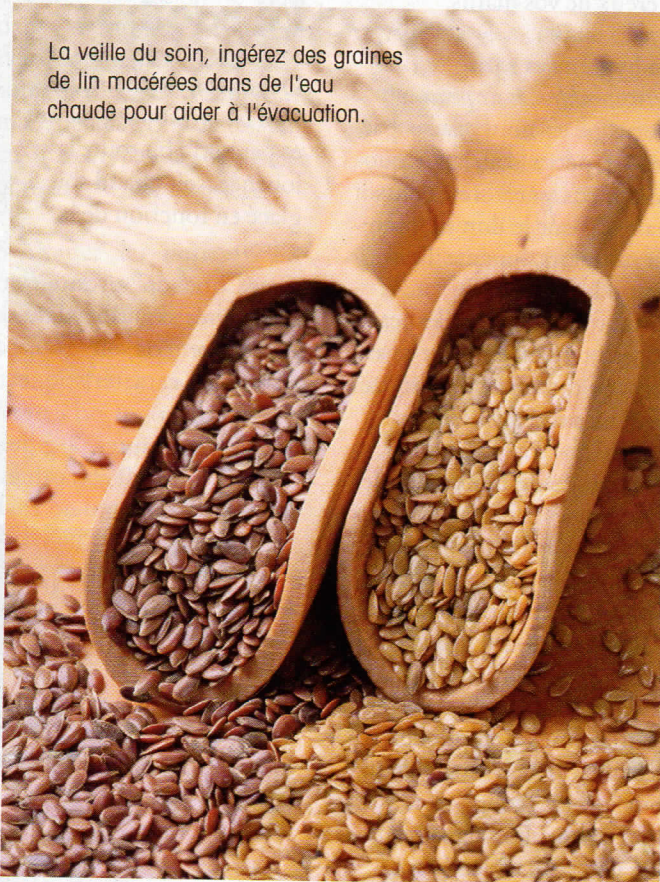
Les effets bénéfiques, directs ou indirects, de l'irrigation du côlon sont nombreux :

- amélioration de l'état général,
- agréable sensation de bien-être et de légèreté,
- amincissement de la taille et éven-

tuellement perte de poids,

- augmentation de la tonicité abdominale et du péristaltisme,
- atténuation des inflammations locales,
- élimination des parasites,
- amélioration de l'état de la peau, de la circulation sanguine dans les membres inférieurs, des fonctions rénales....
- meilleure assimilation des nutriments,
- stimulation de l'immunité naturelle,
- régulation du transit.

La veille du soin, ingérez des graines de lin macérées dans de l'eau chaude pour aider à l'évacuation.



TEMOIGNAGE : Isabelle, 48 ans, Perpignan

« Détox, légèreté & bien-être assurés ! »

J'ai testé cette méthode il y a un mois auprès de Bénédicte Bonnet, praticienne en irrigation du côlon à Perpignan, formée à la méthode Axiomes. J'avais un peu peur au départ, je l'avoue mais une amie m'avait recommandé ce soin car je suis en pré-ménopause avec tous les maux qui vont avec. J'ai fait deux séances espacées d'une semaine et les bénéfices ont été quasi immédiats : une peau plus lumineuse, un transit amélioré, un meilleur sommeil, trois kilos de perdus notamment autour de la taille et des hanches et surtout un sentiment de légèreté et de bien-être. C'est décidé, dorénavant, je ferai ce soin tous les six mois car il est vraiment bénéfique !



Où ?

L'irrigation ou hydrothérapie du côlon est pratiquée en France, ainsi qu'en Europe et aux États-Unis, par de nombreux professionnels de la santé et de l'hygiène : médecins, infirmiers, naturopathes, kinés, hydrothérapeutes... Pour trouver un praticien près de chez vous, consultez les sites internet spécialisés. ■ J.B.

Pour trouver un spécialiste

Sites spécialisés :

> www.axiomes.fr

> www.hydrotherapieducolonparis.com/