

GUERIR: remèdes d'antan

J'ai quelques reflux gastriques et peut être helicobacter pilory

Et une hernie hiatale

Un vieux remède africain : prendre 2 ou 3 noyaux d'olives, enlever les pointes qui risquent de blesser l'estomac, et les avaler.

Les ulcères, c'est le chou Dans le cas d'un adulte, il devrait boire le jus d'une demi tête de chou par jour pendant environ une semaine le manger, c'est la même quantité (mais cru, car cuit, il n'aura plus de valeur thérapeutique). Par contre, pour un enfant, on ne précise pas la dose. Il faudrait sûrement débiter par de petites quantités, et vérifier la tolérance de l'enfant.

Une plaque de pelade. Cheveux chute : teinture d'iode incolore

### **FURONCLES, PANARIS**

ce vieux truc de grand-mère consiste simplement à faire un mélange des ingrédients et le poser sur le panaris ou le furoncle, le garder minimum 20 minutes, et recommencer 2 fois par jour jusqu'à guérison  
ATTENTION : les vieux trucs de grands-mères ne remplacent pas 1 traitement médical

Ingrédients:

- Huile d'olives
- Safran
- Farine

Cette recette était autrefois très utilisée en Ardèche et je vous la livre comme je l'ai trouvée! Mettez, gros comme un pois chiche, de l'huile d'olive pour adoucir, du safran pour pousser, de la farine pour lier. La guérison se fait sous 24 heures

+ Mal de dent : avec un clou toucher la dent et faire un signe de croix sur la dent et réciter la prière A sainte apolline et planter ce clou dans un arbre.  
Névrologies et les maux de dents.

Par trois fois différentes, soufflez, en forme de croix, sur la joue malade, et dites :

Sainte Apolline,  
Belle et divine,  
Etait assise au pied d'un arbre,  
Sur la blanche pierre de marbre.  
Jésus, notre Sauveur,  
Là passant par bonheur,  
Lui dit: - Apolline  
Qui donc te chagrine ?  
- Je suis ici, Maître Divin,  
Pour douleur, et non pour chagrin :  
J'y suis pour mon chef, pour mon sang  
Et pour mon mal de dent.  
Jésus lui dit : - Apolline a la foi :  
+ Sur ma parole, ô mal, détourne-toi !  
+ Si c'est goutte de sang, elle séchera ;  
+ Si c'est un ver, aussitôt il mourra.  
Cinq Pater et Cinq Ave, en l'honneur des cinq plaies du sauveur.

+ Dents : le clou de girofle à mâcher apaise la douleur ou l'utiliser macéré 24 h dans l'alcool, prendre en bain de bouche

+ Pour la toux et glaires : un radis noir en morceaux avec du sucre  
Quelques cuillérées de jus  
Couper un oignon en morceaux et dans un bocal avec du sucre de cannes fermer et  
Laisser reposer une nuit

+ Diarrhée : 3 X par jour, 1 cuillère à soupe de la confiture de myrtille (boules) ou l'eau de riz

+ les coliques, maux d'estomac, lourdeur, aigreur : faire bouillir 2 à 3 feuilles de laurier ou de fenouil : eau colorée la retirer du feu et mettre du sucre (facultatif) boire chaude

+ Rhume : infusion de thym, sucre, miel et jus de citron

+ Se relaxer : feuille de sauge dans le bain

## Aphtes

\*\* Faire des bains de bouche avec une décoction : soit de guimauve (60 g de racine pour 1 litre d'eau), de ronce (70 g de feuilles pour 1 litre d'eau), de mauve (40 g de plantes fleuries pour 1 litre d'eau) ou d'aigremoine (100 g de plantes pour 1 litre d'eau).

\*\* Faire des bains de bouche avec une décoction de fanes de carottes ( 1 poignée pour 2 verres d'eau).

\*\* Mâcher des feuilles de sauge ou de basilic.

## Ballonnements

\*\* Prendre après chaque repas une infusion : soit d'estragon, de fenouil, de mélilot, de menthe ou de mélisse.

\*\* Croquer quelques grains de cumin.

\*\* Prendre chaque jour un peu de charbon végétal.

## Bouffées de chaleur

\*\* Préparer une infusion de sauge (20 g de fleurs et feuilles pour un litre d'eau bouillante). Prendre 1 tasse 3 fois par jour.

\*\* Préparer une infusion d'aubépine. Prendre 3 tasses par jour.

## Douleurs

\*\* Faire des infusions calmantes et apaisantes soit : de primevère, pavot, mélilot, tilleul, reine des prés ou ballotte.

\*\* Appliquer un cataplasme de thym sur la zone douloureuse.

\*\* Appliquer une feuille de chou écrasée sur le point douloureux.

\*\* Faire un cataplasme d'argile sur les zones douloureuses.

## Digestion difficile

\*\* Prendre après chaque repas une infusion soit : d'angélique, de fenouil, de sarriette, de coriandre, de centaurée, de menthe ou de thym.

\*\* Croquer quelques grains de cumin ou d'anis.

\*\* Laisser macérer pendant 15 jours 200 g de feuilles fraîches de romarin dans 1 litre de vin blanc. Filtrer. Prendre un quart de verre après les repas.

## Engelures, gerçures

\*\* Faire des bains chauds avec une décoction de noyer (2 poignées pour un litre d'eau) ou de céleri.

\*\* Préparer une macération : piler des graines de coing et ajouter un peu d'eau tiède. Faire une pâte et appliquer sur les gerçures.

\*\* Appliquer des compresses trempées dans une décoction d'achillée millefeuilles ou

trempées dans une infusion de feuilles de menthe.

\*\* Préparer une décoction de fanes de carottes, filtrer et appliquer.

\*\* Appliquer un cataplasme de pomme de terre crue.

## Fatigue

\*\* Pendre 2 à 3 cuillères à soupe de levure de bière chaque jour.

\*\* Frictionner le corps avec du vinaigre de cidre.

\*\* Boire chaque matin un verre de jus de carotte.

\*\* Prendre des infusions de thym ou de romarin (ajouter un peu de miel).

\*\* Préparer : 100 g de zeste d'orange et une dizaine de fleurs de camomille dans un litre de vin blanc. (laisser macérer 2 jours). Filtrer. Prendre un demi-verre avant chaque repas midi et soir.

\*\* Laisser macérer une journée 50 g d'angélique dans un litre de vin blanc. Filtrer.

Prendre un demi-verre avant chaque repas.

\*\* Laisser macérer 15 jours 50 g de graines de fenouil dans un litre de vin rouge. Filtrer.

Prendre un demi-verre avant chaque repas.

\*\* Laisser macérer 2 jours 15 g d'écorces de quinquina dans un litre de vin blanc. Filtrer.

Prendre un demi-verre avant chaque repas.

\*\* Laisser macérer une journée 30 g de racines de raifort dans un litre de vin blanc.

Filtrer. Prendre un demi-verre avant chaque repas.

\*\* Laisser macérer 15 jours 40 g de gentiane dans un litre de vin blanc. Filtrer. Prendre

un demi-verre avant chaque repas.

\*\* Faire une infusion soit : de romarin, de thym, de lavande ou de bruyère, filtrer et

ajouter à l'eau du bain.

## Hoquet

\*\* Bloquez votre respiration pendant quelques secondes.

\*\* Boire une grande gorgée d'eau à la bouteille en bloquant sa respiration.

\*\* Tremper un sucre dans du vinaigre de vin.

\*\* Prendre 1 goutte d'huile essentielle d'estragon sur un sucre.

\*\* Mâcher un peu d'estragon.

## Insomnie, nervosité

\*\* Poser un sachet de lavande sous l'oreiller.

\*\* Mettre une feuille de chou écrasée sur la nuque.

\*\* Diluer 1 cuillère à soupe de miel dans un verre de lait chaud.

\*\* Diluer un peu d'eau de fleurs d'oranger dans un verre de lait chaud.

\*\* Préparer une infusion soit : de tilleul, de pavot, de primevère, de ballote, de marjolaine ou de reine des prés. Prendre 3 tasses par jour.

\*\* Faire une infusion de tilleul, filtrer et ajouter à l'eau du bain.

\*\* Faire bouillir quelques feuilles de laitue et les ajouter à l'eau du bain.

\*\* Mélanger 3 cuillères à café de vinaigre de cidre dans une tasse de miel. Prendre une cuillère à café du mélange jusqu'à ce que le sommeil vienne.

\*\* Préparer une teinture de ballote : faire macérer pendant 15 jours une part de plante pour deux parts d'eau de vie. Prendre 1 cuillère à café 3 fois par jour. Ou préparer une teinture de valériane : faire macérer pendant 15 jours une part de racine pour cinq parts d'eau de vie. Prendre 1 cuillère à café 3 fois par jour.

\*\* Faire une infusion de lavande (500 g pour 3 litres d'eau) filtrer et ajouter à l'eau du bain.

## Mal aux dents

\*\* Mettre un clou de girofle sur la dent malade.

\*\* Appliquer du jus de figue sur la dent malade.

- \*\* Poser une bouillote très chaude sous les pieds.
- \*\* Mâcher du brou de noix ou des feuilles de cresson.
- \*\* Faire un bain de bouche avec un alcool fort ou avec de l'eau salée (2 cuillères à soupe pour un verre d'eau).
- \*\* Mettre une compresse chaude de coquelicot (en infusion) sur la joue enflammée.

### Mal de gorge

- \*\* Mâcher de la propolis.
- \*\* Faire des gargarismes 3 fois par jour avec une infusion soit : de plantain, de sauge (100 g de feuilles par litre d'eau) ou de feuilles de ronce.
- \*\* Préparer une infusion de fenouil, ajouter du lait bien chaud et filtrer.
- \*\* Faire des gargarismes avec du jus de chou.
- \*\* Faire des gargarismes avec de l'eau salée.
- \*\* Appliquer des feuilles de chou sur la gorge.
- \*\* S'entourer la gorge pendant la nuit avec les chaussettes portées la journée.

### Mal de tête

- \*\* Faire un cataplasme d'argile sur le front ou la nuque.
- \*\* Appliquer de l'oignon cru haché sur le front.
- \*\* Appliquer des rondelles de citron sur le front.
- \*\* Faire un cataplasme d'amandes écrasées sur le front.
- \*\* Manger une feuille chaque matin de partenelle.
- \*\* Frotter le front et les tempes avec du camphre.
- \*\* Appliquer 2 épaisseurs de feuilles de chou écrasées sur le front ou la nuque.

### Maux d'estomac

- \*\* Boire chaque jour 2 verres de jus de chou.
- \*\* Boire chaque jour 2 verres de jus de pommes de terre crues.
- \*\* Appliquer 3 épaisseurs de feuilles de chou écrasées sur l'abdomen (à renouveler toutes les 3 heures).
- \*\* Croquer quelques grains d'anis.
- \*\* Prendre 2 à 3 cuillères à soupe de miel avant chaque repas.
- \*\* Appliquer un cataplasme d'argile tiède 2 heures après le repas.
- \*\* Manger quelques amandes chaque jour.

### Mauvaise haleine

- \*\* Croquer un grain de café.
- \*\* Mâcher un clou de girofle.
- \*\* Mâcher quelques feuilles de persil ou de menthe.

### Palpitations

- \*\* Mettre le plus possible d'ail dans la préparation des plats cuisinés.
- \*\* Prendre 3 tasses par jour d'une infusion d'aubépine (30 g de fleurs pour 1 litre d'eau).
- \*\* Mélanger le jus extrait de l'ail à une même quantité d'eau de vie. Prendre 2 cuillères à café par jour.

### Piqûre d'insecte

- \*\* Frotter la piqûre avec soit : une feuille de chou, des feuilles de persil, des feuilles de menthe, des feuilles de cerfeuil, des feuilles de cassis ou des baies de chevrefeuille.
- \*\* Faire un cataplasme de feuilles de mauve.

- \*\* Frotter la piqûre avec un oignon coupé.
- \*\* Appliquer une compresse d'eau très salée.
- \*\* Tamponner la piqûre avec soit : du vinaigre, de l'ail ou du citron.

### Problèmes intestinaux

En cas de diarrhée :

- \*\* Faire une infusion d'ortie (20 g de feuilles pour un litre d'eau). Prendre 3 tasses par jour.
- \*\* Préparer une infusion de bistorte (40 g de racines pour un litre d'eau). Prendre 4 tasses par jour.

En cas de douleurs :

- \*\* Mettre des compresses chaudes de feuilles de chou écrasées sur l'abdomen. Poser une bouillote chaude sur les compresses.
- \*\* Faire un cataplasme d'argile chaud sur l'abdomen.

En cas de gaz :

- \*\* Faire une infusion soit : de fenouil, d'anis, d'achillée millefeuilles ou de camomille. Prendre 3 tasses par jour.
- \*\* Préparer une décoction de persil. Prendre 3 tasses par jour.

En cas de constipation :

- \*\* Consommer des pruneaux.
- \*\* Préparer une purée de carotte.
- \*\* Faire une cure de pollen.
- \*\* Boire chaque matin à jeun 1 cuillère à soupe d'huile d'olive mélangée à part égale avec du jus de citron.
- \*\* Prendre 2 cuillères à café 3 fois par jour de confiture de rhubarbe.
- \*\* Préparer une décoction de mauve. Prendre 3 tasses par jour.
- \*\* Boire chaque matin à jeun 1 grand verre d'eau froide.
- \*\* Faire une infusion de liseron. Ajouter 1 cuillère à café de miel. Boire 1 tasse le matin à jeun.
- \*\* Préparer une infusion de chicorée (20 g de feuilles pour un demi-litre d'eau). Boire 1 tasse le matin.

### Règles douloureuses

- \*\* Prendre un bain de siège froid pendant 5 minutes chaque matin.
- \*\* Faire une infusion de sauge (40 g de feuilles pour un litre d'eau). Boire une tasse après chaque repas.
- \*\* Mélanger 2 gouttes d'huile essentielle de sauge à 1 cuillère à soupe d'huile d'olive. Masser le ventre.
- \*\* Faire une infusion de balsamite (30 g de plante pour un litre d'eau). Boire une tasse après chaque repas.
- \*\* Faire une infusion de séneçon (50 g de racine pour un litre d'eau). Boire 3 tasses par jour. A débiter avant les règles.
- \*\* Prendre 2-3 jours avant les règles une infusion de persil (50 g de feuilles pour un litre d'eau). Boire 4 tasses par jour.
- \*\* Préparer un cataplasme de son et de lierre grim pant : faire cuire 5 poignées de son et 2 poignées de lierre dans un peu d'eau. Mettre la préparation dans un linge et appliquer bien chaud sur le bas ventre.
- \*\* Ajouter dans les plats de crudités, des pétales de capucine ou de souci.
- \*\* Faire une infusion de fleurs de souci. Boire 3 tasses par jour. A débiter une semaine avant les règles.
- \*\* Appliquer des feuilles de chou écrasées. Renouveler toutes les deux heures.

## Rhume

- \*\* Prendre des infusions soit : de thym (50 g de plantes pour 1 litre d'eau), de camomille, de mélilot (30 g pour 1 litre d'eau) ou de fleurs de sureau (50 g pour un litre d'eau).
- \*\* Faire une cure de jus de citron.
- \*\* Faire une infusion de sauge, ajouter du lait bien chaud et filtrer.
- \*\* Faire des inhalations 4 fois par jour avec des infusions chaudes de marjolaine ou d'eucalyptus.
- \*\* Respirer profondément une gousse d'ail écrasée.
- \*\* Faire une fumigation : dans un grand bol d'eau bouillante, ajouter 4 gouttes d'huile essentielle de lavande et 4 gouttes d'huile essentielle d'eucalyptus. Rester 10 minutes la tête penchée au-dessus du bol sous une serviette.
- \*\* Faire une infusion de thym, filtrer et ajouter à l'eau du bain.

## Yeux et paupières

- \*\* En cas d'irritation des yeux, faire une infusion soit : de bleuet, de tilleul, de rose ou de camomille, une fois l'infusion tiède, imprégner deux cotons et appliquer sur les paupières.
- \*\* En cas de douleurs, appliquer une feuille de chou écrasée sur la paupière et le front.
- \*\* En cas d'irritation des paupières, faire une infusion d'euphrase, une fois l'infusion tiède, imprégner deux cotons et appliquer sur les paupières.
- \*\* En cas d'orgelet, faire une infusion de fleurs de sureau, une fois l'infusion tiède, imprégner deux cotons et appliquer sur les paupières.
- \*\* En cas d'orgelet, passer plusieurs fois par jour un anneau en or sur la paupière.
- \*\* En cas de paupières gonflées, moudre 2 cuillères à café de graines de fenouil et verser de l'eau bouillante par dessus. Se pencher sur le bol, la tête sous une serviette pendant 5 minutes.
- \*\* En cas de paupières gonflées, faire infuser 2 sachets de thé, les laisser refroidir au réfrigérateur pendant 1/2 heure et appliquer sur les paupières.
- \*\* En cas de paupières gonflées, appliquer sur les paupières une pomme de terre crue préalablement râpée ou une pomme de terre cuite en purée.

+ stress : bain de lavande : macérer 60 g de lavande dans 1 l d'eau laisser 30 minutes et couvrir, laisser refroidir.

Pour bien dormir : mettre quelques gouttes d'huile essentiel de lavande sur l'oreiller.

