

Remèdes naturels du monde



Chine

Lei gong teng : ce nom cache une racine de vigne. La médecine traditionnelle chinoise l'utilise en extrait pour combattre l'inflammation et freiner une suractivité du système immunitaire. Particulièrement indiquée dans les cas de polyarthrite rhumatoïde, en ingestion ou en application, elle peut, mal préparée, s'avérer très toxique,



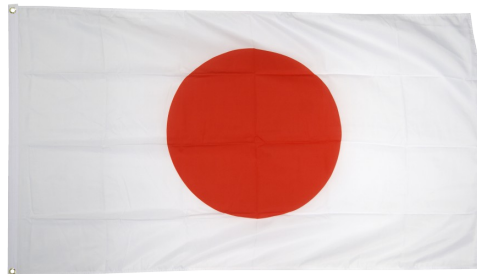
Russie

Le venin de vipère : traditionnellement, il était utilisé en petites doses dans des préparations antidouleur. Une intention pas si baroque aux yeux de scientifiques qui voient aujourd'hui dans le venin de serpent une alternative à la morphine dans les traitements, sans les effets secondaires.



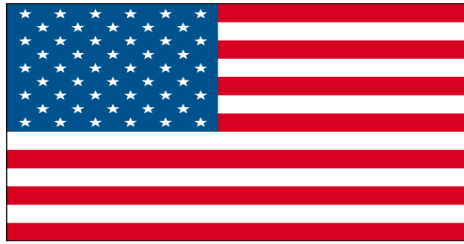
Europe de l'Est

Le thé d'oignon : l'oignon, riche en quercétine, un antioxydant, est le remède préféré de nos cousins de l'Est. Ils plongent le bulbe pelé 20min dans de l'eau bouillante avant de boire le liquide additionné de gingembre, mile, citron... Pour adoucir le goût.



Japon

Les cerises griottes : au pays du Soleil-Levant, on considère que consommer 6-8 griottes par jour (nature, en poudre, en jus...) atténue les douleurs de l'arthrose. L'action anti-inflammatoire est attribuée aux antioxydants et anthocyanines, très présents dans le fruit.



États-Unis

Les raisins imbibés de gin : utilisée en Angleterre contre la peste au Moyen-Âge, la recette a immigré aux USA en panacée anti-arthrosique. Il suffit de faire tremper 2-8 jours les raisins blonds et secs dans du gin. L'efficacité ? Elle serait due à l'action antioxydante du resvératrol, bien connu des vignerons.



Afrique du Nord

Les bains de sable : de mai à septembre, les habitants du désert enfouissent leur corps dans le sable. Il pratiquent ce sauna naturel une dizaine de minutes afin d'emmagasiner la chaleur du soleil susceptible de désintoxiquer le corps.



Pérou

La liane du Pérou : couteau suisse de la forêt amazonienne, cette plante grimpante est utilisée pour traiter l'arthrite, l'ulcère, la dysenterie, les virus, la fièvre, l'arthrose, l'herpès... Et s'avère très efficace pour calmer les douleurs du genou.