

Des solutions naturelles pour combattre la maladie de Lyme en renforçant son système immunitaire, donc ses défenses.

ÉVELYNE DELICOURT



La griffe du chat

> Pourquoi ça peut marcher ?

Immunostimulante, cette plante possède de nombreuses vertus : anti-infectieuse, antibactérienne, anti-inflammatoire, neuroprotectrice, antivirale, antifongique.

> Comment on la prend ?

En complexe à dose très progressive.

Précaution d'emploi : ne pas prendre de griffe du chat en cas de maladie auto-immune, de greffe d'organe ou de peau, si l'on est enceinte ou que l'on allaite.

> Produit prêt à l'emploi

Samento microbial défense, modulateur du système immunitaire, antibactérien et antifongique, 30 ml, 32,90 €, Yvette Bernard produits naturels, www.yvettebernard.com

CONSEILS EN PLUS

Les bons gestes à adopter avant, pendant et après une promenade dans une zone à risque.

- Porter des vêtements longs avec des poignets resserrés et des chaussettes sur le pantalon.
- Vaporiser un répulsif sur les vêtements.
- Inspecter de la tête (y compris les cheveux) aux pieds les enfants au retour d'une balade ou après une colonie de vacances.
- Si on trouve une tique, l'enlever avec une pince à tique en la tournant sur elle-même.
- Désinfecter en appliquant sur la zone touchée 1 goutte pure d'huile essentielle de lavande officielle ou de tea tree, toutes deux anti-infectieuses (surtout pas d'éther ni d'alcool à brûler).

Pour mieux comprendre cette infection

« La vérité sur la maladie de Lyme », Pr Christian Perronne, 21,90 €, éd. Odile Jacob.