

SE SOIGNER AVEC L'ARGILE



L'argile est une roche qui représente environ 15% de l'écorce terrestre et certains chercheurs pensent que la vie serait peut-être apparue dans l'argile et non pas dans l'eau. L'argile est omniprésente dans toutes les civilisations depuis plusieurs milliers d'années pour des usages thérapeutiques et de construction. Certains animaux se dirigent également vers l'argile lorsqu'ils sont blessés ou malades.

On distingue principalement :

- Les argiles à 2 couches comme la kaolinite ou argile « blanche » (utilisées pour leurs actions anti-inflammatoires sur les muqueuses digestives en interne ou sur l'érythème fessier en externe)
- Les argiles à 3 couches comme les Illites et les Smectites ou argile « verte » (utilisées pour leurs actions dépuratives en interne (contrôle d'une diarrhée par exemple) ou e externe.

Pour préparer un cataplasme il faut toujours utiliser des récipients en verre, en bois ou à défaut en plastique mais jamais de métal en contact avec



- Les Actions dépuratives et antiseptiques : capacité d'absorption (éponge) et d'adsorption (aimant)
- Actions antidouleur par effet sédatif
- Actions cicatrisantes : par effet hémostatique et régénérant cellulaire
- Actions revitalisantes : par effet drainant

Par voie interne, en buvant l'eau argileuse (on boit l'argile mélangé à l'eau) ou l'eau d'argile (on ne boit que l'eau dans laquelle l'argile a reposé toute une nuit),

Par voie externe sous forme de cataplasme par exemple.

Contre-indications :



- En usage interne il faut respecter un délai d'au moins 2h entre la prise d'argile et la prise d'un médicament
- Il ne faut pas associer l'argile et l'huile de paraffine car il y a un risque d'occlusion intestinale
- Par précaution on ne fait pas de cataplasme sur les zones où sont implantés des appareils électroniques ou métalliques comme un pacemaker ou un stérilet par exemples