

Équilibre Transit

Équilibre du transit intestinal.

Un ralentissement du transit intestinal peut être à l'origine de :

- constipations aiguës et chroniques,
- constipations atones,
- ballonnements, gaz souvent malodorants,
- déséquilibre de la flore intestinale.

Composition : Aloès du Cap (Feuille fraîche), Ispaghul (Graine), Rhubarbe (Rhizome), Extrait de Tamarin (Pulpe fruit), Psyllium (Semence), Extrait de Casse muette (Fruit), Papaye fermentée (Fruit).

Associations conseillées : Équilibre **Flore**, Équilibre **Chlorophyllin**, Équilibre **Hépatique**.

Conseils d'Utilisation :

Commencer à **2** gélules, de préférence au repas du soir et augmenter progressivement à **4** et à **6** gélules par jour réparties en 2 ou 3 prises (2 gélules le soir puis 2 gélules le lendemain matin et à nouveau 2 gélules le soir) si nécessaire selon les cas.

Boîte de 180 gélules

Les causes des troubles du transit sont multiples :

- Alimentation,
- médicaments,
- flore intestinale,
- stress, sédentarité, anxiété.

Notre flore intestinale est constituée de plusieurs types de bactéries, chaque famille ayant des rôles différents.

La flore bactérienne du colon gauche, appelée flore de putréfaction, est chargée de transformer les déchets protéiques (viandes, protéines incomplètement transformées dans l'intestin grêle). Une consommation excessive de viande ou d'excitants (café, thé, chocolat, alcool et tabac) peut provoquer une augmentation de la flore de putréfaction (colon gauche) et, à terme, une constipation.

La flore du colon droit, appelée flore de fermentation, s'attaque plus spécifiquement aux sucres. Un excès de sucres (pains gâteaux, produits laitiers, féculents, confiserie) entraîne une augmentation de la flore de fermentation (colon droit).

Le déséquilibre de la flore du colon droit peut entraîner alors la diarrhée.

Dans les deux cas un déséquilibre des flores, colon droit et/ou colon gauche conduit à un trouble du transit.

Médicaments : de nombreux médicaments peuvent également provoquer la constipation. C'est le cas des anxiolytiques, antidépresseurs, anti-inflammatoires, relaxants musculaires, antihypertenseurs, diurétiques... et les laxatifs eux mêmes, s'ils sont pris sur de longues périodes.

Dans tous les cas, la constipation doit être prise très au sérieux car l'accumulation de matières fécales dans le gros intestin peut entraîner de graves conséquences : la réintroduction de toxines fécales dans le circuit sanguin notamment et à terme une occlusion intestinale.

En cas de constipation, **Équilibre Transit** favorise l'évacuation des matières fécales accumulées, de la façon la plus douce et naturelle possible, sans irriter les parois intestinales car il contient des plantes soigneusement sélectionnées qui apportent une solution douce, efficace et sans accoutumance.

Il sera également utile d'associer **Équilibre Flore** et **Équilibre Chlorophyllin** afin de :

- rééquilibrer les flores du colon gauche et du colon droit,
- réduire les ballonnements,
- diminuer les gaz mal odorants,
- aider à l'apaisement des inflammations de la muqueuse provoquées par la stagnation des selles dans le côlon.

Les plantes sélectionnées dans **Équilibre Transit** favorisent donc :

1. Une amélioration de la transformation des aliments

Aloès (Aloe Vera) Aide la digestion des aliments grâce à sa richesse en enzymes digestives et possède un effet laxatif doux.

Papaye Fermentée (Carica Papaya) Contient des enzymes qui améliorent la digestion des protéines ce qui régule le déséquilibre de la flore intestinale de putréfaction et favorise le transit.

2. Une aide à la progression des selles dans le côlon

Ispaghul A une action laxative lente, douce et naturelle et n'engendre pas d'accoutumance. Dans la constipation, l'Ispaghul accroît le péristaltisme (mouvement permettant de faire progresser les aliments dans le tube digestif) et favorise l'évacuation des selles.

Psyllium Le plus doux des laxatifs pour les intestins. En se liant à l'eau, les fibres gonflent, ce qui aide à former des selles molles et volumineuses. Leur volume déclenche le mouvement des intestins qui fait avancer les selles vers le rectum.

Tamarin La pulpe de Tamarin, de couleur brun rougeâtre et de saveur douce et sucrée, contient des fibres qui possèdent des propriétés laxatives douces et permettent d'améliorer la constipation chronique. L'action de la pulpe de Tamarin repose sur l'augmentation en eau de la masse fécale. Les selles deviennent plus molles et progressent plus facilement

Rhubarbe Augmente la sécrétion du mucus favorisant ainsi l'élimination des selles.

3. Un apport en fibres et mucilages

Casse Muette Riche en mucilages, gommés, fibres et tanins lui conférant des propriétés laxatives douces et une action apaisante sur l'intestin.
