

## Remèdes de grand mère et médecines douces



### Peau

#### Acné

##### > Citron

Prendre un citron, le couper en deux, appliquer plusieurs fois par jour sur le bouton, dès le lendemain, le bouton aura disparu.

##### > Citron, tomate

Mélanger le jus d'un citron et d'une tomate avec une petite quantité de glycérine, agiter fermement jusqu'à obtenir une émulsion, appliquer sur les boutons d'acné en massages circulaires une fois par jour.

##### > Ail

Frictionner la zone atteinte avec des gousses d'ail fraîches pelées.

##### > Prunes

Ecraser la pulpe de quelques prunes rouges bien mûres, ajouter une cuillère à café de poudre de soufre et un peu de jus de citron, étendre sur les zones acnéiques en couche épaisse, laissez agir pendant 15 minutes puis rincer à l'eau citronnée, sécher, à faire 2 fois par jour.

#### Points noirs

##### > Persil frais.

Préparer un jus avec le persil et appliquer directement sur les points noirs, disparition garantie !

#### Piqûres d'insectes

##### Moustique > géranium

Cueillir une fleur de géranium et l'écraser délicatement dans vos mains, appliquer la fleur écrasée sur la piqûre, ce qui la calmera instantanément.

##### > Persil, oseille

Broyer quelques feuilles fraîches et masser doucement la zone piquée.

##### Guêpes > oignon

Prendre un oignon, l'éplucher et le couper en deux, frotter sur la piqûre pendant quelques minutes (au moins 10 minutes).

#### Piqûres d'ortie

##### > Oseille, plantin



Frotter dans la main quelques feuilles d'oseille ou de plantin, frotter les feuilles directement à l'endroit de la piqûre.

#### Brûlures


##### > Aloès


Couper une feuille et l'ouvrir, en extraire le liquide et l'appliquer directement sur la brûlure, cela soulagera immédiatement la douleur.



	<p>&gt; <b>Pomme de terre</b> Coupez une pomme de terre en deux, frotter la chaire sur la brûlure. ou appliquer le même principe en râpant une pomme de terre pour en faire de la pulpe, insérer la pulpe dans une gaze et l'appliquer sur la brûlure.</p>
<b>Coupures, éraflures</b>	<p>&gt; <b>Géranium</b> Appliquer directement sur la zone quelques feuilles de géranium préalablement écrasées, c'est efficace et sans douleur !</p> <p>&gt; <b>Poivre noir</b> Recouvrir la plaie de poivre noir, le sang coagule de suite et la coupure cicatrise alors plus facilement.</p>
<b>Hématome</b>	<p>&gt; <b>Camomille</b> Humecter une gaze avec une décoction tiède de fleurs séchées de camomille, laisser en place sur l'hématome 1/2 heure 2 fois par jour.</p> <p>&gt; <b>Persil</b> Mélanger du persil et du beurre et appliquer sur l'hématome qui s'atténuera lentement.</p>
<b>OEdèmes, foulures</b>	<p>&gt; <b>Sureau</b> Broyer trois poignées de feuilles de sureau, faire cuire pendant 5 minutes dans 20 cl d'eau, écraser pour obtenir une bouillie assez dense, appliquer directement pendant 10 minutes 2 fois par jour.</p>
<b>Coup de soleil</b>	<p>&gt; <b>Concombre</b> Frottez l'intérieur d'un concombre frais sur la partie rougie, cela atténuera la sensation de brûlure.</p> <p>&gt; <b>Tomate</b> Appliquer sur la brûlure une rondelle de tomate bien mûre.</p> <p>&gt; <b>Thé</b> Un sachet de thé préalablement humidifié, qui procure en plus une sensation de fraîcheur.</p>
<b>Furoncle, panaris, abcès</b>	<p>&gt; <b>Poireau</b> Appliquer une feuille de poireau cuite et tiède sur l'abcès ou le panaris, renouveler au besoin l'opération plusieurs fois par jour jusqu'à ce que l'abcès soit bien mûr.</p> <p>&gt; <b>Figue</b> Faire cuire une figue sèche dans un peu de lait pendant quelques minutes, laisser tiédir et appliquer sur le panaris, à renouveler plusieurs fois par jour.</p> <p>&gt; <b>Citron</b> Couper un citron en rondelles, prendre une bande de gaze et envelopper une rondelle dedans, déposer la bande de gaze sur la peau, laisser agir 10 minutes, répéter l'opération 2 à 3 fois dans la journée jusqu'à ce que le furoncle s'ouvre et se vide.</p>
<b>Cors, durillons</b>	<p>&gt; <b>Poireau</b></p>


	<p>Faire macérer une journée entière une feuille de poireau dans du vinaigre de vin, appliquer la nuit avec une gaze la feuille de poireau imbibée de vinaigre autour du cor, garder ce pansement toute la nuit, renouveler l'opération jusqu'à disparition.</p> <p>&gt; <b>Citron, tomate</b></p> <p>Appliquez sur le durillon une tranche de citron ou de tomate, en la faisant tenir toute la nuit, sans trop serrer, avec une bande de gaze, tirer délicatement le cor avec une pince à épiler pour ôter la racine fine comme un fil, renouveler l'opération jusqu'à disparition de la callosité.</p>
<b>Verrue</b>	<p>&gt; <b>Oignon</b></p> <p>Couper un oignon en deux et réaliser un pansement avec une des deux moitiés, disposer sur la verrue pendant la nuit.</p> <p>&gt; <b>Citron</b></p> <p>Tremper la peau d'un citron pendant une heure dans du vinaigre blanc, appliquer la peau du citron sur les verrues, répéter l'opération jusqu'à disparition totale de la verrue.</p>
<b>Démangeaisons</b>	<p>&gt; <b>Carotte</b></p> <p>Râper des carottes et faire un cataplasme, appliquer à l'endroit des démangeaisons.</p>
	<b>Bouche, dents</b>
<b>Aphtes</b>	<p>&gt; <b>Carottes</b></p> <p>Prendre environ une poignée de fane de carottes, et mélanger dans environ 2 verres d'eau. effectuer des bains de bouches.</p> <p>&gt; <b>Grenadier</b></p> <p>Préparer une infusion de fleurs séchées de grenadier environ 50 gr par litre d'eau, laisser reposer 10 minutes puis filtrer, faire des rinçages buccaux 3 fois par jour.</p>
<b>Dents</b>	<p>&gt; <b>Clou de girofle</b></p> <p>Appliquer un clou de girofle sur la partie douloureuse de la dent, la douleur devrait s'apaiser rapidement.</p> <p>&gt; <b>Thym et eucalyptus</b></p> <p>Préparer une infusion avec du thym et de l'eucalyptus, deux pincées de chaque, ainsi que deux pétales de rose, une fois tiède, faire des bains de bouche.</p>
<b>Gencives douloureuses</b>	<p>&gt; <b>Menthe verte et ortie</b></p> <p>Faire une infusion bien concentrée de menthe verte et d'orties, passer ensuite sur vos gencives douloureuses, le soulagement est instantané !</p>
	<b>Gorge, nez</b>
<b>Maux de gorge</b>	> <b>Ronce</b>

	<p>Une poignée de feuilles pour 1 litre d'eau, faire bouillir 10 minutes, laisser infuser 20 minutes, faire des gargarismes plusieurs fois par jour.</p> <p>&gt; <b>Thym</b> Prendre du thym frais, le faire infuser quelques minutes dans l'eau bouillante.</p> <p>&gt; <b>Citron</b> Faire chauffer le jus de 2 citrons, avec une cuillère de miel de lavande, se gargariser et avaler.</p> <p>&gt; <b>Girofle, citron</b> Faire une décoction avec 5 clous de girofle et un zeste de citron entier dans une tasse d'eau, laisser mijoter 5 minutes, presser le jus d'un citron et sucrer avec du miel, mélanger le tout et boire bien chaud.</p> <p>&gt; <b>Camomille</b> Faire bouillir quelques minutes une quinzaine de fleurs sèches de camomille dans un litre d'eau. laisser refroidir, saler au gros sel légèrement et faire des gargarismes trois fois par jour.</p> <p>&gt; <b>Cataplasme pomme de terre</b> Eplucher une pomme de terre et la râper comme du gruyère, faire cuire avec une quantité égale d'eau, laisser tiédir et poser en cataplasme sur la gorge avec un torchon ou un foulard, garder le plus longtemps possible.</p>
<b>Toux</b>	<p>&gt; <b>Oignon</b> Pour diminuer une toux la nuit, prendre un oignon et le couper en deux ou en quatre, essayer de le poser le plus prêt de votre tête, ou faire cuire 5 gros oignons frais, les passer à la centrifugeuse, récupérer le jus, boire à petites gorgées plusieurs fois par jour.</p> <p>&gt; <b>Ail</b> Mélanger de l'ail à du lait chaud (de 8 à 20g par litre). Celui-ci calmera votre toux.</p> <p>&gt; <b>Ail, oignon</b> Faire une préparation avec 4 cuillères à soupe de miel, une gousse d'ail hachée, une rondelle d'oignon hachée, un petit radis coupé en morceaux, laisser reposer quelques heures, avant d'avalier, ajouter quelques gouttes de jus de citron.</p> <p>&gt; <b>Pissenlit</b> Faire confire les jeunes fleurs, encore à l'état de bourgeons à peine éclos, dans un sirop de sucre. Laissez durcir et ..... sucer.</p>
<b>Toux sèche</b>	<p>&gt; <b>Oignon</b> Couper et émincer un oignon, faire macérer dans un récipient avec un peu de miel, pendant deux heures environ, filtrer et boire ce "sirop maison", à raison de 2 à 3 fois par jour, dans un petit verre à liqueur, poursuivre ce traitement jusqu'à ce que la toux devienne grasse, puis guérisse !</p>

	<p>&gt; <b>Gargarismes citron</b>  Alternier : une verre d'eau tiède avec du sel (au moins une bonne cuillère à soupe), un verre de jus de citron+eau tiède, un verre d'eau chaude + miel.</p>
<b>Grippe</b>	<p>&gt; <b>Oignon</b>  Laissez macérer un gros oignon haché fin dans un demi-litre de l'eau (environ ), puis buvez cette potion magique.</p> <p>&gt; <b>Girofle, cannelle, thym, citron</b>  Dans 1 litre d'eau : mettre 10 clous de girofle, 1 bâton de cannelle, 1 branche de thym, faire bouillir environ 5 minutes puis filtrer, ajouter 1 à 2 cuillerées à soupe de miel et un jus de citron, boire chaud ou tiède au long de la journée.</p>
<b>Bronchite</b>	<p>&gt; <b>Radis, navet</b>  Découper de fines tranches de radis noir et de navet, recouvrir de sucre candi, laissez macérer au moins une journée, absorber le jus, une cuillère à soupe toutes les heures.</p>
<b>Sinusite</b>	<p>&gt; <b>Oignon</b>  Couper un oignon, le faire revenir dans l'huile d'olive, appliquer délicatement sur les sinus encombrés.</p> <p>&gt; <b>Menthe</b>  Pour diminuer la congestion nasale, faire une tisane à base de menthe : 1/2 litre d'eau bouillante sur 15g de feuilles de menthe fraîche, laisser infuser de 5 à 20 minutes, ajouter du miel pour adoucir la gorge.</p>
<b>Extinction de voix</b>	<p>&gt; <b>Citron</b>  Prendre un œuf et en extraire le blanc, mélanger le blanc d'œuf avec un jus de citron et 2 cuillères à soupe de sucre, prendre une cuillère à soupe toutes les heures.</p> <p>&gt; <b>Cerfeuil</b>  Prendre une décoction de cerfeuil frais dans du lait.</p>
<b>Saignement de nez</b>	<p>&gt; <b>Citron</b>  Imbiber une ouate de jus de citron, introduire la ouate dans la narine.</p>
<b>Mauvaise haleine</b>	<p>&gt; <b>Persil</b>  Croquer quelques feuilles de persil cru ou des grains de café.</p>
	<p><b>Estomac, digestion</b></p>
<b>Cure gastrique</b>	<p>&gt; <b>Pissenlit</b>  Au début du printemps, rien ne remplace une bonne cure de salade de pissenlits, prendre chaque jour une salade de pissenlits crus, pendant une quinzaine de jours.</p>
<b>Digestion</b>	<p>&gt; <b>Vin blanc</b>  Laisser tremper 200g de romarin dans 1litre de vin blanc pendant 2 semaines, filtrer et prendre en fin de repas.</p>

<b>Aigreurs estomac</b>	<p>&gt; <b>Serpolet, estragon</b> Laisser infuser 10 minutes, un bouquet de serpolet ou d'estrageon, boire cette infusion 3 fois par jour après le repas.</p>
<b>Maux d'estomac</b>	<p>&gt; <b>Cumin, anis</b> Croquer des grains de cumin, ou d'anis.</p> <p>&gt; <b>Infusions</b> Prendre une infusion de camomille, de menthe, de mélisse, de tilleul, d'estrageon, de fenouil ou de fleur d'oranger. A boire très chaud.</p> <p>&gt; <b>Achillée millefeuille</b> Prendre 10 à 20 grammes de sommités fleuries ou de feuilles pour un demi-litre d'eau bouillante. laisser infuser 10 à 15 minutes, prendre une à trois tasses par jour, on peut y ajouter un peu de camomille et de mélisse, <i>se conserve mal, préparer qu'une tasse à la fois.</i></p>
<b>Diarrhée</b>	<p>&gt; <b>Carotte</b> Préparer un plat de purée de carottes, avec du riz blanc.</p> <p>&gt; <b>Pomme</b> Consommer deux pommes râpées crues.</p>
<b>Constipation</b>	<p>&gt; <b>Fruits</b> Consommer beaucoup de jus de fruits, de légumes verts, et de fruits frais, les fruits les plus réputés pour le transit sont les pruneaux, ou la rhubarbe, ....boire un grand verre d'eau froide à jeun, tous les matins.</p>
<b>Gueule de bois</b>	<p>&gt; <b>Grain de café</b> Mâcher lentement quelques grains de café, puis les avaler, boire aussitôt un grand verre d'eau fraîche. La fameuse « gueule de bois » disparaîtra !</p> <p>&gt; <b>Citron</b> Laver 2 ou 3 citrons, les couper en morceaux, sans éplucher, faire bouillir dans 1/2 litre d'eau et une cuillère à soupe de miel, boire un verre.</p>
<b>Crise de Foie</b>	<p>&gt; <b>Citron</b> Couper un citron non traité sans l'éplucher, verser dessus 1 litre d'eau bouillante, ajouter une cuillère à soupe de miel, laisser infuser, boire des petites tasses de cette infusion tout au long de la journée, répéter l'opération le lendemain.</p>
	<b>Tête</b>
<b>Insomnie</b>	<p>&gt; <b>Laitue</b> Préparer une tisane avec 75 grammes de laitue infusée dans un litre d'eau.</p> <p>&gt; <b>Camomille, mélisse et aubépine</b> Une infusion à base de camomille, mélisse et aubépine, en quantités égales, à boire juste avant de se coucher.</p>

<b>Mal tête du au soleil</b>	<p>&gt; <b>Menthe, camomille</b> S'allonger un petit moment dans l'obscurité, les yeux fermés, ou.... préparer une infusion de camomille.</p>
<b>Névralgies</b>	<p>&gt; <b>Persil</b> Broyer une poignée de persil frais pour en extraire le suc, mélanger avec 5 cl d'alcool à 70°, masser sur la zone douloureuse 2 fois par jour.</p>
<b>Anxiété</b>	<p>&gt; <b>Basilic</b> Porter à ébullition 25 g de feuilles fraîches de basilic dans un ½ litre d'eau, couvrir, laisser frémir 10 minutes, filtrer, laisser refroidir avant de boire (avant le coucher de préférence).</p>
<b>Stress</b>	<p>&gt; <b>Thym</b> Faire une décoction avec une grosse poignée de pétales de coquelicots, mettre au réfrigérateur, boire un demi-verre en cas de stress, plusieurs fois par jour si nécessaire.</p>
	<b>Yeux</b>
<b>Yeux fatigués</b>	<p>&gt; <b>Camomille</b> Préparer une infusion avec 50 gr de fleurs de camomille pour 1/2 litre d'eau, laisser tiédir et ajouter une cuillère à soupe de jus de persil frais pour 10 cl d'infusion, appliquer pendant 10 minutes à l'aide d'une compresse imbibée de cette lotion.</p>
<b>Conjonctivite</b>	<p>&gt; <b>Pétales rose</b> Infuser 50 g de pétales de roses sèches dans 1 litre d'eau bouillante, laisser infuser 15 minutes, imbiber des compresses de cette infusion, poser les compresses sur vos yeux.</p>
	<b>Membres</b>
<b>Arthrite et rhumatismes</b>	<p>&gt; <b>Lavande</b> Faire macérer 20 gr de fleurs de lavande dans 10 cl d'alcool à 30° pendant 8 jours, broyer pour bien exprimer le suc puis filtrer, faire des massages doux et profonds 2 fois par jour pendant 6 jours.</p>
<b>Lumbago</b>	<p>&gt; <b>Poireaux</b> Faire cuire quelques poireaux dans 1 litre d'eau pendant 20 minutes, laisser tiédir, appliquer en cataplasme sur les zones douloureuses jusqu'à refroidissement 3 fois par jour.</p>
<b>Pieds gonflés</b>	<p>&gt; <b>Romarin</b> Faire cuire quelques branches de romarin dans un demi-litre de vin blanc, laisser tiédir avant d'imbiber une compresse dans laquelle on enveloppera le pied gonflé.</p>
<b>Sciatique</b>	<p>&gt; <b>Verveine</b> Préparer une décoction avec trois poignées de feuilles et fleurs</p>

	séchées de verveine officinale, dans 1/2 litre de vinaigre d'alcool, faire cuire jusqu'à obtention d'une pâte dense, laisser tiédir et appliquer en cataplasme sur la zone douloureuse, à faire 2 fois par jour pendant plusieurs jours.
<b>Torticolis</b>	<p>&gt; <b>Camomille</b></p> <p>Hacher bien une poignée de feuilles et fleurs de camomille, mélanger avec 5 cl d'huile d'olive, appliquer en frictionnant les parties douloureuses pendant quelques minutes.</p>
<b>Transpiration pieds</b>	<p>&gt; <b>Laurier</b></p> <p>Préparer une décoction de fruits de laurier, en proportion d'une poignée pour 1 litre d'eau, faire bouillir pendant 20 minutes, broyer et extraire le suc, filtrer et ajouter à 4 litres d'eau chaude au suc, faire des bains de pied, ou de mains, pendant 15 minutes 2 fois par jour.</p>
	<b>Divers</b>
<b>Hémorroïdes</b>	<p>&gt; <b>Camomille</b></p> <p>Préparer une infusion de fleurs de camomille, laisser tiédir, faire des bains de siège pendant 10 minutes 2 fois par jour.</p> <p>&gt; <b>Oignon</b></p> <p>Hacher un oignon frais et mélanger avec une grosse noix de beurre, appliquer sur les parties atteintes pendant une demi-heure, sécher avec du coton hydrophile, répéter 2 fois par jour.</p>
<b>Cystite</b>	<p>&gt; <b>Thym</b></p> <p>Jeter 20 à 30 g de thym dans de l'eau bouillante, laisser infuser 15 minutes, filtrer le tout, boire une tasse toutes les 4 heures environ.</p>