

TOP 10 DES ALTERNATIVES AUX MÉDICAMENTS



Quelles alternatives naturelles contre vos symptômes ?

1

UNE BONNE HYGIÈNE DE VIE

- Le diabète
- Les maladies cardio-vasculaires
- Les troubles digestifs
- Les migraines
- Les insomnies



LA PLEINE CONSCIENCE

- Le stress
- Les symptômes de la ménopause
- Les insomnies
- La migraine
- L'hypertension
- La dépression

2

3

LES PLANTES

- Les bronchites
- L'insomnie
- Les troubles digestifs
- La fièvre



L'ACUPUNCTURE

- Les nausées
- Les maux de tête
- Le rhume
- Les troubles liés aux déséquilibres digestifs mais aussi nerveux ou musculosquelettiques

4

5

LA RÉFLEXOLOGIE

- Les allergies respiratoires
- La dépression
- La constipation
- Les maux de dos



L'HYPNOSE ET LA SOPHROLOGIE

- Les migraines
- Le stress
- L'anxiété
- Les insomnies
- Les troubles alimentaires
- Les addictions

6

7

L'OSTÉOPATHIE

- Les entorses
- Les hernies discales
- Les lombalgies
- Les douleurs articulaires
- Les scoliozes
- Les tendinites
- Les douleurs périnatales
- Les blessures sportives



L'AROMATHÉRAPIE

- Les troubles digestifs et/ou infectieux (orl, angines bronchites...)
- Les maladies de peau

8

9

LES COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

- Les diarrhées
- Les infections urinaires
- Les troubles du sommeil



L'HOMÉOPATHIE

- Les sinusites
- Les otites
- Les rhumatismes
- Les crampes
- Les brûlures d'estomac
- Les allergies

10