Zeitschrift: L'ami du patois : trimestriel romand
Band: 24 (1996)
Heft: 93

Artikel: Pensez à votre santé !
Autor: B.Fr.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-243642

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

PENSEZ A VOTRE SANTE !

ILS STIMULENT L'ÉLIMINATION

Remède dépuratif et tonique du Dr Valnet* (Aromathérapie, Editions Maloine)

«Le soir, hâchez deux gousses d'ail avec quelques branches de persil et ajoutez quelques gouttes d'huile d'olive. Le lendemain, en faire une tartine pour le petit déjeuner.» On peut prendre une seule gousse et couvrir la préparation d'huile d'olive. Pour neutraliser l'odeur de l'ail, croquer une pomme ou mâchez quelques grains de café ou d'anis. Si l'ail vous incommode trop ou vous est déconseillé, prenez persil et huile d'olive, éventuellement avec du jus de citron.

L'huile d'OLIVE: (uniquement de première pression à froid). Outre ses usages culinaires, on peut la conseiller contre l'insuffisance hépatique et la constipation. Elle peut remplacer l'huile d'amande douce en usage externe.

Le PERSIL: Stimulant des fibres intestinales, urinaires et biliaires, excellent dépuratif. 20 g de persil couvre la moitié des besoins journaliers en vitamine C.

L'AIL: Une merveille connue depuis l'Antiquité! Contre les piqûres de guêpes, les cors, la surdité, les vers, etc. En usage interne, c'est un antiseptique intestinal et pulmonaire, diurétique, tonique et prophylactique des maladies infectieuses. Contre-indiqué en cas d'hypotension, dermatose, irritation des voies digestives et toux.

LES MÉRITES DE L'OIGNON

Il faudrait plus d'une page pour vanter les mérites appréciés depuis l'Antiquité de ce bulbe facteur de santé et de longévité.

C'est un diurétique puissant, un stimulant général, équilibrant du système glandulaire qui peut être consommé cru en grande quantité contre la fatigue, le surmenage, les œdèmes et autres rétentions liquidiennes, contre les infections génito-urinaires, les troubles de la prostate, les fermentations intestinales, le diabète.

Quelques indications parmi des dizaines:

- contre la grippe, à prendre entre les repas et au coucher, pendant 15 j, de l'eau dans laquelle vous aurez laissé macérer de l'oignon (1 oignon pour ¼ l d'eau);
- contre le rhume: hâchez des oignons et sucrez-les. Laissez les macérer pendant un jour et prenez plusieurs cuillerées par jour;
- pour mûrir un furoncle: faire cuire un oignon au four et l'appliquer le plus chaud possible sur la zone à traiter. Résultat rapide;
- pour éloigner les moustiques la nuit: une moitié d'oignon placée sur la table de chevet.

Selon que l'oignon sera enveloppé d'une ou de plusieurs pellicules, l'hiver sera doux ou rude.

Enfin, savez-vous que «l'encre sympathique», invisible mais apparaissant lorsqu'on expose le papier à une source de chaleur est du pur jus d'oignon? **B.Fr.**