

Rimedi Naturali

per una

Estate Serena

di Sonia Verri
Naturopata



INDICE

I malesseri dell'Estate

Modalità di assunzione dei principali rimedi naturali

Elenco Alfabetico dei Disturbi

Affaticamento	Ipertensione
Candidosi	Ipotensione
Cattivi odori	Irritabilità
Chinetosi (mal d'auto)	Mal di gola, raffreddore
Cistite	Mal di testa
Coliche intestinali	Meteorismo, gas intestinali
Congiuntiviti	Nausea e vomito
Colpo di calore	Otite estiva
Diarrea	Palpitazioni
Distorsioni	Punture di insetti
Digestione difficile	“Punture” di Meduse
Dolori muscolari	“Punture” di Ricci Marini
Ematomi	Stipsi
Emorroidi	Sudorazione eccessiva
Eritemi ed ustioni solari	Traumi
Ferite di lieve entità	Svenimento
Gambe gonfie e pesanti	Varici
Herpes Labiale	Verruche
Insonnia	