



# ANTI-INFLAMMATOIRE

» 13 Janvier 2016, 09:43

Citer

Nissaculif

Le cassis (en gérithérapie (bourgeon)) est un bon anti-inflammatoire, mais l'essentiel est surtout de savoir quelle est la cause de ce lumbago. Avec radio puis consult chez un praticien en médecine chinoise, un chiropracteur ou un ostéopathe, un peu de massage, pose de ventouses éventuellement, et manipulations tout rentre dans l'ordre !

①

» 13 Janvier 2016, 10:23

Citer

Chti59

Avis anti inflammatoire AINAT: Harpagophytum Curcuma et Bromelaine  
Moi je prends un mélange de tout ça! Curcuma, Harpagophytum et Bromelaine (parait que c'est la tige de l'ananas!)  
Ca s'appelle AINAT, ca s'achète sans ordonnance en pharmacie ou sur internet.

Sinon un bain chaud tous les jours en cas de crise, c'est naturel aussi et pas besoin de prescription!

①

» 13 Janvier 2016, 11:49

Citer

aude44

Bonjour,  
Renseigne moi sur Ainat qui est un anti-inflammatoire naturel à base d'harpagophytum et de curcuma.  
Courage!

»

Moi je suis à la recherche d'une bonne tisane anti inflammatoire ou des soins remèdes naturels efficaces pour le soulagement d'un tour de rein. Je veux avant tout un anti inflammatoire musculaire sans ordonnance naturel et qui agit vite

①

» 13 Janvier 2016, 12:18

Citer

mutirllr

Bonjour,  
Je suis allergique aux médicaments ainsi qu'aux anti inflammatoire non stéroïdiens et maintenant je ne supporte plus non plus la cortisone (je deviens toute rouge). Cela fait déjà quelques temps et voilà aujourd'hui je suis malade la grippe et donc mon médecin veut me prescrire du solupred et je lui dit que je ne le supporte pas. Je lui demande si il n'existe pas un anti inflammatoire autre que la cortisone et il me répond non. Donc du coup j'ai un demi traitement. Je ne me suis jamais intéressée au traitement naturel et je voudrais connaître votre avis. Merci 😊

①

Liens sponsorisés

Liens sponsorisés

Choisir sa pub

- [Anti inflammatoire](#)
- [Traitement cancer naturel](#)
- [Anti douleur arthrose](#)

①

» 13 Janvier 2016, 12:39

Citer

Maryvonne (Doubs)

A mon avis on ne donne pas le même anti inflammatoire contre les douleurs articulaires que pour la grippe (d'ailleurs vous avez sûrement d'autres symptômes car pas besoin d'anti inflammatoire dans le traitement de la grippe...). Pour toute les pathologies hivernales de la sphère ORL (nez, gorge, oreilles) je vous conseille les infusions de thym. Pour les problèmes articulaires, l'harpagophytum est très bon mais en traitement de fond (il faut en prendre en cure).

Traitement anti inflammatoire naturel gorge efficace et rapide

①

» 13 Janvier 2016, 12:55

Citer

Ventdest

Bonjour,

Je souffre de rhumatismes et j'ai commencé une cure d'harpagophytum depuis 2 jours afin de me soigner plus naturellement, mais voilà il semblerait qu'il faille attendre au moins 8 à 10 jours avant d'en ressentir les effets.  
Est ce que je peux prendre de l'ibuprofène en parallèle avec l'harpagophytum en attendant que ce dernier agisse ? Car je souffre énormément et il m'est très difficile de bouger.

Merci

①

"Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie"



» 13 Janvier 2016, 13:12

[Citer](#)

Brigitte

« Brigitte a écrit:

Avez-vous essayé l'huile d'onagre en capsule additionnée de vitamine E ? C'est très actif pour arthrite, ostéoporose, etc... Je n'ai pas essayé encore la boswellia serrata, mais c'est apparemment magnifiquement efficace aussi.

Je précise que l'huile d'onagre fait partie des omega 6 mais que la prostaglandine E1 qu'elle apporte est anti-inflammatoire. Voici comment : elle empêche la synthèse des omega 6 pro-inflammatoires (prostaglandine E2) dont nous sommes innondés actuellement à la faveur des pesticides et de l'eau. Les prostaglandines E2 seraient cause notamment d'une partie des cancers du sein et des problèmes de prostate pouvant aller aussi jusqu'au cancer.  
Personnellement, j'avais de plus en plus mal à la hanche. Déjà, une semaine après avoir commencé la prise trois fois par jour au milieu des repas, de capsules d'huile d'onagre (additionnée de vitamine E pour sa conservation), je n'avais plus mal à ma hanche. Il faut dire que je réagis très vite à ce que je prends.

①

» 13 Janvier 2016, 13:31

[Citer](#)

PopyVar77

Bonjour,

Je me soigne d'une dilatation des bronches par des cures tous les trois mois d'un anti-inflammatoire le SOLUPRED.

Il est efficace mais ses effets secondaires me sont difficiles à supporter.

Existe-t-il un anti-inflammatoire naturel qui pourrait remplacer le SOLUPRED et si oui lequel ? Il m'en faudrait un à visée pulmonaire.

D'avance merci à l'internaute qui voudra bien me renseigner.

①

» 13 Janvier 2016, 13:52

[Citer](#)

marie1260

Bonjour,

Pour ma part j'ai utilisé un produit naturel de santé de la compagnie Les Herbes Pures. En fait, c'est une huile extraite du romarin. J'ai mise une cuillerée à thé de ce produit dans mon bain. Ça m'a bien aidé à soulager mes douleurs musculaires.

①

» 13 Janvier 2016, 14:27

[Citer](#)

BAILLIF

« Ventdest a écrit:

Bonjour,

Je souffre de rhumatismes et j'ai commencé une cure d'harpagophytum depuis 2 jours afin de me soigner plus naturellement, mais voilà il semblerait qu'il faille attendre au moins 8 à 10 jours avant d'en ressentir les effets.

Est ce que je peux prendre de l'ibuprofène en parallèle avec l'harpagophytum en attendant que ce dernier agisse ? Car je souffre énormément et il m'est très difficile de bouger.

Merci

①

Harpagophytum c'est de loin le meilleur anti inflammatoire je ne suis pas toutefois mais c'est pas très recommandé de prendre simultanément les 2 d'autant plus que l'ibuprofène ça entraîne des brûlures des muqueuses de l'oesophage mais pour un effet immédiat c'est très bon L'ibuprofène traite les symptômes mais pas la cause. Il faut surtout arrêter les épices. L'harpagophytum en Teinture Mère C'est efficace.

**"Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage  
Le bon médecin trouve les causes et guérit  
Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie"**



» 13 Janvier 2016, 15:48

[Citer](#)

fleure

Le meilleur moyen de soulager vos douleurs lombaires, que j'ai moi aussi; acheter un pack de glace en pharmacie on s'en sert en ortho pour douleurs genoux et autres!!! on s'en sert froid ou chaud. Mettre le pack dans l'eau chaude, poser sur les lombaires 1 demi environ, remettre dans l'eau chaude à chaque fois que le pac se refroidit. La chaleur détends les muscles. Voilà c'est tout!! vous pouvez après vous masser avec une crème anti douleurs.

①

» 13 Janvier 2016, 16:57

[Citer](#)

croquet

Alors là je suis tout à fait d'accord avec vous! J'ai eu une vertèbre déplacé et de ce fait énormément de contracture au niveau des muscles lombaires par la suite. C'est une amie kiné qui m'a conseillé de prendre des bains bien chaud et de me masser ensuite avec des crèmes anti inflammatoire. En plus avec la chaleur les pores de la peau absorbe plus la pommade ce qui favorise sa pénétration et son effet....

Pour le meilleur anti inflammatoire naturel il paraît que les épices tels que le curcumin, curry, paprika favorise le traitement des entorses des contractures de toutes sortes...c'est peut-être un truc de grand-mère mais au pire ça vous oblige à vous préparer de bons petits plats! 😊

« fleure a écrit:

Le meilleur moyen de soulager vos douleurs lombaires, que j'ai moi aussi; acheter un pack de glace en pharmacie on s'en sert en ortho pour douleurs genoux et autres!!! on s'en sert froid ou chaud. Mettre le pack dans l'eau chaude, poser sur les lombaires 1 demi environ, remettre dans l'eau chaude à chaque fois que le pac se refroidit. La chaleur détends les muscles. Voilà c'est tout!! vous pouvez après vous masser avec une crème anti douleurs.

①

» 13 Janvier 2016, 17:56

[Citer](#)

Maria

Moi je prends du bambou en cas de crise d'arthrose, c'est riche en silice et ça limite la dégénérescence des cartilages. Il paraît qu'il est bon de l'associer à de l'ortie et du curcuma en cas de crise, j'attends la prochaine pour essayer. J'achète ça en pharmacie en gélules, chez Elusanes (qui a changé de nom). Tant que je peux rester dans les traitements naturels pour me soulager je continue.

①

» 13 Janvier 2016, 18:42

[Citer](#)

sab

Moi celui que je peux conseiller est le Z-Flex du labo Mint-e, à base de Reine des pres et de prêle. La Prele pour la silice, ça ne peut pas faire de mal aux articulations ni au reste... et la Reine des Près contre la douleur (antalgique et anti-inflammatoire). On peut l'utiliser en cure d'entretien ou sur des douleurs aigües comme les crises d'arthrose. C'est super efficace, sans effets secondaires mais difficile à trouver. Des boutiques bio, certaines pharmacies mais maintenant sur le site ma santé bio.  
bon courage

①

» 13 Janvier 2016, 19:02

[Citer](#)

CB

Pour nous, sans aucune hésitation, c'est le curcuma à raison de 3 cuillères à café par jour dans de l'eau chaude avec un peu de miel et du citron pour améliorer le goût; c'est super efficace lorsque l'on a sciatique, lumbago, tendinite ou autres, c'est un puissant anti-inflammatoire; ah oui, il faut il rajouter un peu de poivre noir.

①

“Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie”



» 13 Janvier 2016, 19:32

[Citer](#)

audrey

Dans la liste des anti inflammatoires naturels puissants, il y a les solutions buvables curcumaxx utilisent uniquement le principe actif extrait du curcuma, la curcumine. Les recherches sont confortées par de nombreuses études, parutions scientifiques, résultat consommateurs. Dans le magazine Bio contact de mai, il y a un article écrit par une naturopathe qui conforte leur préparation. Dans la rubrique "recherche" et "message utilisateur" vraiment des infos importantes. Bien à vous

①

» 13 Janvier 2016, 19:42

[Citer](#)

vouverek

Elle a énormément de bienfaits en plus de ses propriétés anti-inflammatoires, je vous recommande ce remède aussi vieux que le monde, il s'agit de la cannelle. Personnellement je la mélange dans un petit yaourt et hop ! plus de douleurs

①

» 13 Janvier 2016, 20:28

[Citer](#)

Pierrot

J'ai les cartilages usés aux genoux et quand j'ai cherché un anti inflammatoire naturel pour genou (puisque les médicaments me font mal à l'estomac), je suis tombé sur l'harpagophytum qui est une plante anti inflammatoire. J'en fais des cures de 15 jours en période de mal aigu. Ca ne reconstruit pas le cartilage mais ça soulage bien la douleur. Je l'achète en pharmacie.

①

» 13 Janvier 2016, 21:15

[Citer](#)

Delphine

J'ai testé un anti inflammatoire naturel gencives qui est la poudre de margousier (Neem). C'est vraiment efficace. J'ai aussi une brosse à dents souple et un dentifrice à la propolis. On m'a aussi conseillé d'y ajouter une goutte d'huile essentielle de clou de girofle mais je n'ai pas encore essayé. Cet anti inflammatoire n'agira certainement pas sur les douleurs rhumatismales mais pour les maux de bouche (dents ou gencives) c'est parfait.

①

» 13 Janvier 2016, 22:26

[Citer](#)

Vanessa

J'utilise des gouttes de raisin d'ours (Uva ursi) en remède homéopathique de chez Lehning, c'est un anti-inflammatoire naturel de la vessie en cas de cystite. Si j'en prends dès le début des symptômes avec de la canneberge (effet antibiotique), je peux me passer des antibiotiques et anti spasmodyques. Par contre il ne faut pas en prendre en cas d'insuffisance rénale. Demandez toujours conseil à un médecin.

①

» 14 Janvier 2016, 07:30

[Citer](#)

RICLES

J'ai essayé le SALIX ALBA (SAULE BLANC EN TEINTURE MERE), en homeopathie en pharmacie pour une tendinite très handicapante pendant 2 ans. Je ne pouvais plus soulever plus le bras. Je vais mieux maintenant. EFFICACE!!!

①

» 14 Janvier 2016, 08:22

[Citer](#)

Marie-line

J'ai une tendinite au bras, j'ai super mal, les anti inflammatoires ne me font rien. J'ai commencé le curcuma il y a 15 jours pas d'amélioration, peut-être un traitement homéopathique ? merci de vos réponses.

①

"Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie"



» 14 Janvier 2016, 08:22

Citer

Marie-line

J'ai une tendinite au bras, j'ai super mal, les anti inflammatoires ne me font rien. J'ai commencé le curcuma il y a 15 jours pas d'amélioration, peut-être un traitement homéopathique ? merci de vos réponses.

①

» 14 Janvier 2016, 09:10

Citer

Pascal59100

Bonjour

je pratique squash, tennis et différents sports, et le produit que j'ai trouvé qui apaise le mieux les inflammations sans prendre de trucs chimiques, c'est le Dolupérine. J'en prends 2 gélules pendant 2 jours avant un tournoi et le jour du tournoi, ça se passe beaucoup mieux que sans. C'est de la curcumine de curcuma et du gingembre à haute concentration . Je trouve ça soit en pharmacie soit sur le net maintenant aussi.

①

» 14 Janvier 2016, 09:30

Citer

Joynnat

Pour moi le curcuma c'est la plante naturelle anti inflammatoire efficace pour mes douleurs. Depuis que j'ai découvert les vertus thérapeutiques de cette plante, je n'hésite pas à prendre des comprimés de curcuma dès que mon arthrose cervicale se rappelle à ma mémoire. Je récupère assez vite la souplesse et la mobilité de mon cou avec l'absorption de curcuma. Mais j'ai aussi conscience qu'il existe plein d'autres plantes naturelles aux bienfaits anti inflammatoires.

①

» 14 Janvier 2016, 09:53

Citer

Danielle DRWa

« Joynnat a écrit:

Le curcuma c'est la plante anti inflammatoire efficace et naturelle contre la douleur. Depuis que j'ai découvert les bienfaits de ces plantes, je prends curcuma en comprimé dès que mon arthrose cervicale me relance. Cela me permet de récupérer la mobilité et la souplesse du cou. Mais je sais aussi qu'il y a d'autres plantes qui ont des vertus anti inflammatoires.

J'ai aussi des problèmes avec mes cervicales et je mets une écharpe en soie qui me soulage pas mal. La chaleur de la soie estompe un peu la douleur mais bien évidemment il faut rajouter les quelques médicaments naturels qui sont à l'honneur dans les messages précédents. Mon ostéopathe a fait tout ce qu'il a pu et je dois dire que l'effet a été génial malheureusement de courte durée mais je continue une fois par trimestre, ça me fait du bien.

Bien du courage à vous tous.

①

» 14 Janvier 2016, 10:53

Citer

Northzee

Bonjour,

J'ai développé une tendinite aux psoas suite à une infiltration (avec hématome) dans la cuisse.  
Le meilleur des anti-inflammatoires est CELEBREX 200, 1 comprimé par jour pendant une semaine puis espacer les prises jusqu'à nécessaire ; que je complète par une Enzyme Forte de chez ENERGICA (3 comprimés par prise, 3 x / jour)

Bon courage à vous.

①

“Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie”



» 14 Janvier 2016, 12:02

[Citer](#)

GRUMINET

Les cataplasmes d'aiguilles de pin sylvestre (plante médicinale) sont très efficaces. Il est préférable de les broyer (ou mixer) pour retirer leur gaine afin d'extraire et donc bénéficier de plus de principes actifs de la plante. Mixage avec un peu d'eau et ensuite le tout dans un gant de toilette à appliquer sur la zone à traiter. Je me fais un cataplasme à chaque fois que j'ai une crise d'arthrose.

①

» 14 Janvier 2016, 12:29

[Citer](#)

Brigitte

Avez-vous essayé l'huile d'onagre en capsule additionnée de vitamine E ? C'est très actif pour arthrite, ostéoporose, etc... Je n'ai pas essayé encore la boswellia serrata, mais c'est apparemment magnifiquement efficace aussi.

①

» 14 Janvier 2016, 12:51

[Citer](#)

NaeAn

Comme anti inflammatoire naturel bouton, j'utilise l'huile essentielle de Tea tree (arbre à thé, melaleuca, c'est pareil). Une goutte pure sur le bouton (et non pas sur tout le visage) et l'effet anti inflammatoire et anti bactérien agit. Je fais ça le soir après une toilette du visage et je laisse toute la nuit. C'est assez génial.

①

» 14 Janvier 2016, 13:05

[Citer](#)

La Bazouge Du Desert Aud

Je recherche un anti inflammatoire naturel contre l'acné. Je n'en suis pas couverte mais quand j'ai un bouton il est en général énorme et douloureux. Ca me fait un phare au milieu du visage, boursouflé et rouge, douloureux et qui met longtemps à mûrir et à disparaître en laissant une belle cicatrice rouge. Je cherche un produit naturel à appliquer dessus pour accélérer la guérison et calmer l'inflammation. Merci de votre aide.

①

» 14 Janvier 2016, 13:32

[Citer](#)

78milt

Bonjour,

Je pense qu'il y a un moyen bien plus radical pour parvenir à avoir des gencives qui ne saignent pas.  
Depuis plus de 30 ans je l'applique et je n'ai jamais plus eu un problème de gencives qui saignent pour longtemps.  
Pour moi vos gencives saignent pour une question de carence en vitamines B et PP.  
Et pour combattre cette carence : rien de plus simple : la levure de bière en comprimés type GAYELORD HAUSER que l'on trouve en petits flacons dans la majorité des grandes surfaces.  
Il suffit d'en prendre de 5 à 10 comprimés quelques jours pour que les gencives deviennent en béton.  
A cela il faut ajouter que je prends tous les jours au petit-déjeuner au moins 2 kiwis pour la vitamine C.

Voilà

Et j'insiste ! ça marche absolument  
plus aucune haleine de sang "avarié" ou autre, pas de besoin de produit masquant à pulvériser dans la bouche.  
une haleine naturelle et parfaite.

①

"Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie"



» 14 Janvier 2016, 13:46

Citer

RubJe La  
Roche sur Yon  
Pays de la  
Loire

Je voudrais rajouter que contre l'acné, un anti inflammatoire naturel est l'argile verte. Vous pouvez en acheter en tube prêt à l'emploi (pas cher du tout en grande surface, rayon produit de beauté, avec les masques). J'en applique l'équivalent d'un petit pois que j'étale sur le bouton et je laisse sécher toute la nuit. Le lendemain, le bouton a soit "mûri", soit il a dégonflé. Et au moins tant que vous avez ça dessus, ça vous empêche de le tripoter. Vous enlever l'argile séchée sous la douche et vous ne toucher plus à rien.

?

» 14 Janvier 2016, 14:37

Citer

23Guéret

Mon anti inflammatoire naturel pour les yeux (attention à ne pas passer à côté de quelque chose de plus grave quand même !), c'est d'appliquer des compresses imprégnées de tisane de camomille. J'achète aussi de l'eau de bleuet en pharmacie. Ca apaise et ça soulage quand j'ai les yeux irrités par la pollution ou la fumée. En aucun cas, je ne prétend que ça soigne une conjonctivite !

?

» 14 Janvier 2016, 15:16

Citer

Julie Centre

Comme anti inflammatoire naturel, j'ai utilisé pendant ma grossesse, du cassis sous forme de liquide (*Ribes nigrum*), ça m'a été prescrit par un homéopathe et c'était remboursé. Ça m'a fait du bien. Maintenant je pense que vous devez consulter pour plus de prudence. Ce n'est qu'à partir du 5ème mois que les anti inflammatoires sont contre indiqués chez les femmes enceintes. Ah oui j'y pense, associez aussi un pack de froid (ou de chaud selon vos douleurs), ça calme bien et il n'y a pas plus naturel !

?

» 14 Janvier 2016, 16:29

Citer

danh-  
sang.maryline

Les anti-inflammatoires existant dans la nature: les feuilles d'orties , très efficaces contre l'arthrose ,mais il y a plus puissant la salive des sanguines médicinales qui vient à bout de toutes les douleurs même profondes, même chroniques.  
La thérapie par les sanguines s'appelle l'Hirudothérapie.

?

» 14 Janvier 2016, 17:15

Citer

Noe 9

Contre les douleurs dentaires, j'utilise un anti inflammatoire naturel : le clou de girofle que je mâche. C'est assez fort, pas spécialement bon mais très efficace. J'en fais aussi en décoction et je me sers de l'eau pour faire des bains de bouche, c'est antiseptique. Ça ne remplace pas la visite chez le dentiste mais ça permet d'attendre quand le rdv n'est pas immédiat.

?

» 14 Janvier 2016, 18:31

Citer

59Nord

Je mâche des feuilles de menthe fraîche quand j'ai les gencives qui saignent (ça m'arrivent périodiquement). C'est un anti inflammatoire naturel pour gencive et en plus ça donne bonne haleine et ce n'est pas mauvais. Évidemment j'ai commencé par prendre une brosse à dents souple et un dentifrice adapté mais la phytothérapie, quand elle est facile à utiliser, n'est vraiment pas à négliger.

?

“Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie”



» 14 Janvier 2016, 19:06

▶ Citer

Tanguy de Tulle

J'utilise des gommes à mâcher à la propolis comme anti inflammatoire buccal naturel. Suite à un cancer ORL, j'ai toujours la bouche sèche car j'ai moins de salive et du coup j'ai toujours la bouche "en feu". J'ai essayé plein de choses mais c'est de loin ce qu'il y a de meilleur et en plus c'est naturel. Ca m'évite les mycoses à répétition et cette sensation de brûlure. Bon courage dans vos recherches.

①

» 14 Janvier 2016, 19:23

▶ Citer

Joris\_Nanterre

Quand j'ai une cystite débutante, j'essaye de l'enrayer moi même avec de la busserole et de la myrtille en gélules. La myrtille est anti inflammatoire naturel urinaire. La busserole anti septique. Il y a aussi la canneberge qui empêche les bactéries de rester dans la vessie. Dans tous les cas il faut consulter car une cystite guérit rarement toute seule et il y a un risque que l'infection se développe jusqu'aux reins et c'est alors bien plus grave. C'est plutôt un traitement conseillé pour éviter les récidives chez les personnes qui en souffrent chroniquement.

①

» 14 Janvier 2016, 19:40

▶ Citer

Théodore!

C'est marrant j'utilise aussi la propolis comme anti inflammatoire naturel digestif. J'ai la maladie de Crohn et c'est non seulement contre l'inflammation intestinale mais en plus c'est bon pour la flore. D'autres traitements naturels anti inflammatoires intestinaux : l'aloe vera et la mauve. Le tout est de bien savoir les utiliser. Si vous êtes dans mon cas, rapprochez vous des associations de malades souffrant de MCI. Bien à vous.

①

» 14 Janvier 2016, 20:18

▶ Citer

Sa Rennes Ille et Vilaine

J'ai l'habitude de prendre un anti inflammatoire naturel contre la migraine. En fait, si je prends une tasse d'infusion de romarin dès le début des symptômes cela permet d'éviter la grosse crise invalidante pendant laquelle je dois m'enfermer dans le noir et le silence. Rein que les vapeurs quand je fais bouillir l'eau et le romarin, me soulagent déjà. Et pourtant je suis une vraie migraineuse, je prends des triptans et tout. Essayez, ça ne coûte pas grand chose 😊

①

» 14 Janvier 2016, 21:03

▶ Citer

Albane

Je pense effectivement qu'il existe un anti inflammatoire pour chaque organe. Mon anti-inflammatoire naturel pour les bronches est le thym que je prends en infusion en alternance avec de l'eucalyptus. Ces plantes médicinales ont une action AI sur les bronches donc dès que j'ai de la toux, une bronchite ou même un rhume, j'en bois avec du miel l'équivalent de 4 bols par jour.

①

» 14 Janvier 2016, 22:32

▶ Citer

Eloi 2

Je souffre d'une labyrinthite (inflammation de l'oreille interne suite à un mauvais rhume). Je ne peux plus conduire, je perds l'équilibre, j'ai des nausées et mon audition est moins bonne. Le médecin me dit de rester couché dans le silence et d'attendre, que ça va passer. Je voudrais accélérer la guérison, car je dois travailler. Que me conseillez vous, pour l'instant je prends du ginkgo biloba mais je voudrais un anti inflammatoire naturel pour l'oreille. Merci.

①

"Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie"



» 15 Janvier 2016, 07:43

Citer

mika2555

Le meilleur anti inflammatoire naturel est sans hésiter le curcuma ! Regardez par vous même sur Google !

①

» 15 Janvier 2016, 08:13

Citer

Edo.Barry

Suite à une fracture, on m'a conseillé cet anti inflammatoire naturel : l'harpagophytum. C'est une fracture d'un orteil que l'on ne m'a pas ni plâtré, ni bandé, ni immobilisé. J'avoue que ça me soulage. Comme je suis allergique à l'aspirine, je ne prends pas non plus d'AINS. Je prends aussi de la prêle pour accélérer la consolidation osseuse, c'est un reminéralisant naturel.

①

» 15 Janvier 2016, 09:11

Citer

sophieaminah

Les huiles essentielles marchent vraiment ? Est-ce que quelqu'un a déjà essayé ? Un petit retour d'expérience ?

①

» 15 Janvier 2016, 09:26

Citer

tea tree et thym

bonjour, on m'a dit que le meilleur inflammatoire : le mal contre le gorge et aussi la vessie c'est tea tree et aussi thé de thym avec du citron. En fait on peut préparer contre le mal de gorge un pot avec du gingembre (râper) et ajouter 10 tranches de citron , ajouter du miel (deux cuillères à soupe ) . Laisser agir deux jours dans le frigo , après mélanger une cuillère de ce pot avec un thé de thym et du miel. Ce pot reste deux mois bien dans le frigo. Ce n'est pas bon pour boire mais c'est efficace.

①

» 15 Janvier 2016, 09:55

Citer

annemarie

Bonjour Cristel,

Moi je prenais entre 2 et 6 gélules par jour selon l'intensité des douleurs. Je l'ai pris pendant deux mois. Cela m'a fait beaucoup de bien, j'espère que ça ce sera efficace sur toi aussi.

①

» 15 Janvier 2016, 10:55

Citer

marie agnès

Bonjour,

J'ai des coliques néphrétiques, c'est terrible comme douleur!!!

J'ai donc un calcul dont il n'est pas certain qu'il s'en aille seul.

le médecin m'a proposé une hospitalisation sous morphine tellement la douleur était terrible!

J'ai refusé!

Elle m'a donc prescrit des anti douleurs, des anti inflammatoires, anti spasmotique, médicament pour ne pas trop abîmer tout l'intérieur de ce ventre...; je fais des allergies assez fréquentes à ces médicaments; et là je commence déjà à avoir des démangeaisons...Il y a quelques années j'ai été hospitalisée pour une grave intolérance. En même temps, cette fois j'ai dit oui à ces médicaments tellement la douleur était terrible!

Quelqu'un saurait il me dire ce que je peux prendre comme anti inflammatoire naturel dans cette circonstance?

Merci de vos réponses.

①

"Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie"



» 15 Janvier 2016, 11:58

Citer

Armand G

Le meilleur anti inflammatoire naturel semble etre le Cucuruma en application systemique ( Tout l'organisme). Cependant le clou de girofle est tout aussi efficace lorsqu'on a une dent trouée.

①

» 15 Janvier 2016, 12:07

Citer

Manu

Bonjour,

Le meilleur anti-inflammatoire naturel et efficace que j'ai trouvé est orialgic, une huile thérapeutique des laboratoires dermagynes à Nice, elle est efficace au bout de quelques minutes, mais elle est assez chère !

Manu

①

» 15 Janvier 2016, 12:36

Citer

Roseline

Bonjour

J'ai guéri une polyarthrite inflammatoire avec Inflakin. La cortisone ne faisait rien.

ça m'a été conseillé par mon médecin homéopathe acupuncteur.

Au départ pendant 6 jours : 2 comprimés le matin et 2 le soir et ensuite 1 le matin et 1 le soir.

J'ai payé la boîte de 10 comprimés 8,90 euros en pharmacie mais quand on va sur Internet on trouve bien moins cher et aussi en boîte de 30.

Bon courage et écoutez moi! ça vaut vraiment le coup de se soigner naturellement!!!!

①

» 15 Janvier 2016, 12:58

Citer

monika

Quel est le meilleur anti inflammatoire pour polyarthrite rhumatoïde.

Merci de votre attention.

Cordialement

①

» 15 Janvier 2016, 13:12

Citer

Flo13

Bonjour roselyne vous avez pris inflakin pendant combien de temps merci pour votre réponse cordialement

①

» 15 Janvier 2016, 13:30

Citer

miminemime

Harpagophytum remède naturel très efficace car les anti inflammatoires en médicament provoquent des désagréments à l'estomac je le conseille en gélule car en tisane c'est très amer et pas évident à boire et de préférence aller chez un herboriste qu'il donnera des conseils.

Au départ les prendre en cure si douleurs et ensuite en entretien .

Vous pouvez regarder sur internet ce qu'ils en disent c'est un puissant anti inflammatoire...

①

“Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie”



» 15 Janvier 2016, 13:54

[Citer](#)

anne marie

Malgré des piqûres de gel ds les genoux, les douleurs ont diminué mais pas assez. Je viens de trouver en magasin diététique un gel "GSA", gel surconcentré en silicium, avec Harpagophytum et des HE de Gaultherie, Katafray et poivre noir. Efficace 10 minutes après l'application. C'est une fabrication française: Abicom à Colomiers 31170

?

» 15 Janvier 2016, 14:09

[Citer](#)

Sandrine Gino

Bonjour , je peux vous conseiller la curcumine qui est un puissant et excellent anti-inflammatoire naturel.

?

» 15 Janvier 2016, 15:32

[Citer](#)

Nexu

Bonjour,

Connaissant le lumbago pour en souffrir assez souvent lorsque je porte trop lourd, ou lors d'un faux mouvement... Il y a cependant un moyen de l'éradiquer sans médicaments chimiques, en mettant une bouillotte d'eau bien chaude dans le dos contre les lombaires, et en faisant des infusions de racine de gingembre à raison de 15 gr pour un litre d'eau bouillante en laissant infuser 10 minutes. J'avoue ça arrache un peu, on peu y ajouter le jus d'un citron BIO et une voir deux bonnes cuillerées à soupe de miel, à boire tout au long de la journée cela fait transpirer. La poudre curcuma m'a également est géniale dans les plats comme la ratatouille, avec des filets de poulet ou de dinde. En combinant tout ça mon lumbago n'a duré que trois jours sachant que le deuxième jour j'arrivais déjà à marcher doucement. Comme quoi la nature est belle puisque les plantes naturelles sont là pour nous sauver, mais encore faut-il les connaître, savoir leurs bienfaits 😊

?

» 15 Janvier 2016, 16:35

[Citer](#)

Virg

Un remede naturel et efficace contre la grippe (que je viens justement de tester) : l'ail!

Prenez une petite gousse d'ail. Pelez-la. Et avalez-la comme un comprimé avec de l'eau. Une le matin et une le soir et le tour est joué!!

Mon mari l'a testé et il a été surpris par son efficacité!

Bon rebtablissement

?

» 15 Janvier 2016, 17:02

[Citer](#)

Ka.

« Olivier a écrit:

Je précise que j'en cherche le meilleur anti inflammatoire naturel pour une entorse et aussi pour soulager des douleurs aux dos pour traiter un lumbago aigü. Je souffre en effet d'un lumbago qui me fait terriblement mal aux reins et qui génère des fortes douleurs lombaires aiguës et spontanées. Cette douleur se diffuse jusque dans les cuisses et au niveau du pli de l'aine.

ne serait-ce pas une cruralgie ? ce dont je souffre et suis allergique aux anti-inflammatoires. Je cherche des idées de médicaments le plus naturels possibles. bon courage

?

“Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie”



» 15 Janvier 2016, 18:12

Citer

ISA.

C'est le curcuma associé au poivre dans un verre d'eau 3 fois par jour  
Attention c'est aussi un anti coagulant  
Très efficace  
Pour le dos mettre un ballon suffisamment dégonflé dans le dos

①

» 15 Janvier 2016, 19:12

Citer

gib

Les meilleurs anti inflammatoires naturels sont le jus de curcuma en bouteille, 1 cuillère à soupe chaque matin dans un jus de fruit (pour effacer le goût infecte du curcuma) et les cataplasme d'argile verte...argile fine à mélanger avec de l'eau tiède..à appliquer sur l'endroit douloureux, à maintenir avec du film alimentaire durant au moins 2H..les 2 sont efficaces..mon époux l'a fait pour des douleurs intenses dues à "la goutte"...ma voisine (dont le mari est médecin) l'a fait pour des douleurs dues à un zona et moi même l'utilise pour une tendinopathie...Possible aussi de faire décanter de l'argile verte toute une nuit et de boire uniquement l'eau..infecte mais efficace...Le jus de curcuma est moins cher en coopérative bio (environ 10 euros la bouteille), pareil pour l'argile verte ..environ 6 euros le kilo...

①

» 15 Janvier 2016, 19:36

Citer

Invité

« mutirlr a écrit:

Bonjour,  
Je suis allergique aux médicaments ainsi qu'aux anti inflammatoire non stéroïdien et maintenant je ne supporte plus non plus la cortisone (je deviens toute rouge). Cela fait déjà quelques temps et voilà aujourd'hui je suis malade la grippe et donc mon médecin veut me prescrire du solupred et je lui dit que je ne le supporte pas. Je lui demande si il n'existe pas un anti inflammatoire autre que la cortisone et il me répond non. Donc du coup j'ai un demi traitement. Je ne me suis jamais intéressée au traitement naturel et je voudrais connaître votre avis. Merci 😊

①

ce n'est pas un anti inflammatoire mais ça redonne des forces et ça aide bien à se soigner, c'est l'extrait de pépin de pamplemousse, qui s'achète en pharma. moi je m'en sers de base à chaque fois que je commence à être malade et jusqu'à la fin et ça m'évite plein de fois d'aller chez le médecin. c'est un antibiotique naturel...

①

» 15 Janvier 2016, 19:45

Citer

Invité

Bonjour à tous,

Je vous recommande vivement le curcuma 2gr trois fois par jour mélangé avec un peu de miel.

①

» 15 Janvier 2016, 20:12

Citer

ber.

Bonjour, depuis 10 mois je traîne une algoneurodystrophie du pied. Impossible de marcher longtemps après les anti inflammatoires chimiques, acupuncture, kiné, magnétiseurs, depuis hier j'essaie cannelle, curcuma, harpago dans un verre d'eau matin et soir.  
Je vous tiens au courant.

①

“Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie”



» 15 Janvier 2016, 21:26

Citer

ben.

La curcumine (extrait du curcuma) est un puissant anti-inflammatoire naturel. Seule ou accompagnée de poivre noir, la curcumine n'est que très faiblement assimilée dans le sang et plusieurs grammes par jour sont alors nécessaires pour obtenir les bienfaits anti-inflammatoires de la curcumine. Je vous conseille optim curcuma qui a des données cliniques et démontré des effets anti-inflammatoires.

①

» 15 Janvier 2016, 22:45

Citer

Invité

J'ai mal au genou depuis 2 ans, j'ai fais des examens irm ,radio, scinti, et le 12 du mois, une infiltration de cortisone, j'y croyais et bien, depuis, je crois que j'ai plus mal qu' avant.....Que me conseillez vous ?

J'ai le genou qui irradie pourtant les examens sont biens... une inflammation ????

Je boite toujours..... 😞

SOS, merci.

①

» 16 Janvier 2016, 07:54

Citer

Invité

J'ai mal au genou depuis 2 ans, j'ai fais des examens irm ,radio, scinti, et le 12 du mois, une infiltration de cortisone, j'y croyais et bien, depuis, je crois que j'ai plus mal qu' avant.....Que me conseillez vous ?

J'ai le genou qui irradie pourtant les examens sont biens... une inflammation ????

Je boite toujours..... 😞

SOS, merci.

①

» 16 Janvier 2016, 08:11

Citer

Homme

Il faut essayer le baume de Sébastopol ou l'argile verte, ce que je fais actuellement suite à mes douleurs cervicales.

①

» 16 Janvier 2016, 09:09

Citer

Invité

L'onguent de consoude peut aider pour les cartilages, je l'utilise et je suis mieux. Chacun réagit différemment.

①

“Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie”



» 16 Janvier 2016, 09:29

[Citer](#)

Ghysl

Je souffre de lumbagos à répétition depuis des années et mon travail n'arrange pas ce problème.  
J'ai fait des recherches approfondies sur le net sur les plantes et j'ai mis au point un mélange personnalisé que je prends tous les matins à jeun depuis 2 ans maintenant, et mes lumbagos m'ont oubliée.  
il s'agit d'un mélange de plantes en poudre, achetées en boutique bio uniquement, car en grande surface elles sont irradiées au cobalt pour la conservation :

- curcuma..... 2 càs
- cannelle..... 1 càs
- gingembre ..... 1 càs
- poivre noir..... 1 càs
- huile chanvre, germe de blé ou autre

Bien mélanger les poudres.  
dans un tout petit fond d'eau, afin que les poudres se mêlent facilement à l'eau, mettre 1 cuil. à café de cette poudre, bien mélanger,  
ajouter 1 càc d'huile, bien mélanger puis rajouter de l'eau et boire.  
l'huile potentialise la synergie des effets du mélange conjugué des plantes.

rechercher leurs vertu via google pour confirmation.

depuis quelques temps, les boutiques bio proposent des gélules de curcuma/poivre noir....pas donné...  
pour ceux qui auraient du mal à avaler ce mélange ( je reconnais qu'au début ça surprend mais on s'y fait rapidement) il existe des kits pour confectionner soi-même ses gélules.

?

» 16 Janvier 2016, 09:45

[Citer](#)

Émy

Moi je cherche un anti-inflammatoire pour le psoriasis, je suis découragé que les dermatologues me prescrivent de la crème pour la peau sèche, le psoriasis c'est de l'inflammation et non de la peau sèche, merci de bien vouloir m'aider svp.

?

» 16 Janvier 2016, 10:43

[Citer](#)

hyalu

Un ami qui souffre de tendinite et douleurs articulaires depuis plusieurs mois et qui ne voulait pas d'infiltration a essayé pas mal de choses naturelles sans trop de résultats. Au final, son médecin lui a conseillé de la dolupérine (des extraits concentrés de curcuma, poivre et gingembre). En une semaine, à raison de 2 capsules par jour, ses douleurs ont déjà diminué. Même si ce n'est pas donné (mon ami a constaté quand même qu'on le trouve moins cher sur internet qu'en pharmacie), c'est peut-être une piste intéressante.

?

» 16 Janvier 2016, 11:40

[Citer](#)

Invité

Je souffre depuis plusieurs années de sinusite chronique accompagnée de bronchite, je prends tous les jours de la cortisone à plus ou moins forte dose suivant les crises, pourriez vous me conseiller quelque chose de plus naturel pour m'aider merci.

?

**"Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage**

**Le bon médecin trouve les causes et guérit**

**Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie"**



» 16 Janvier 2016, 12:07

▶ Citer

YinY

Malgré une séance quotidienne d'aquagym j'ai souffert d'arthrose invalidante il y a un an et après un an je n'ai presque plus rien en mettant dans ma cuisine journalière du curcuma et du gingembre et du persil frais le plus souvent possible. Je mange essentiellement des crevettes et du poisson ainsi que des crudités. J'évite les plats préparés et je mange simplement en limitant le sucre et je croque un comprimé de vitamine C 1000 tous les matins et en hiver j'y ajoute un mélange de magnésium vit D et B. A 58 ans je suis une femme en bonne santé et je peux à nouveau marcher et parcourir les 10000 pas quotidiens recommandés. Je partage si mon expérience peut aider ...

Portez vous bien

①

» 16 Janvier 2016, 12:27

▶ Citer

Agin

L'anti inflammatoire naturel le plus puissant est le Moringa Oleifera, j'en ai pris après une chute de VTT avec luxation acromio-claviculaire, distension ligamentaire et 5 côtes fêlées, à plus de 50 ans c'est pas facile facile. Là où je devais porter une attelle 6 semaines je l'ai quittée en 12 jours et j'ai pris zéro antiinflammatoire chimique, juste du Moringa. Après 6 jours mes douleurs costales étaient passées de 9 sur 10 à 2 sur 10 et après 12 jours mon articulation de l'épaule fonctionnait à 80 %. Je n'ai fait aucune rééducation et j'ai repris le VTT moins de 40 jours après ma chute. L'accident date de 1 an et je n'ai aucune séquelles.

①

» 16 Janvier 2016, 12:46

▶ Citer

Fali@

L'harpagophytum a un équivalent bien de chez nous : la scrofulaire. Un pharmacien versé dans les plantes et préparations peut vous conseiller en fonction de l'origine de la douleur. Mais attention, les plantes ne sont pas sans danger. Ex : la saule c'est la même molécule que l'aspirine!

①

» 16 Janvier 2016, 13:15

▶ Citer

Invité

Je cherche pas mal de renseignements sur les forums pour savoir comment soulager une douleur musculaire que j'ai dans le dos, sous l'omoplate. J'ai lu que l'harpagophytum était recommandé, ma question est : cette plante est-elle plus efficace en gélules ou en tincture mère ? Peux-ton l'associer avec une autre plante ? Merci à toutes les personnes qui voudront bien me répondre. 😊

①

» 16 Janvier 2016, 13:30

▶ Citer

Clau67

Je souffre d'un mal de dos carabiné.  
Je prends des anti inflammatoires.  
J'aimerais les remplacer par des produits naturels.  
Qui peut m'aider ?

①

“Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie”



» 16 Janvier 2016, 13:54

Citer

Invité

Est ce que tu peux me donner plus de détails par rapport à l'utilisation de "Inflakin"

Est ce que la guérison est complète ? ou apaise juste les douleurs ?  
Il n'y a plus de risque de poussée ?  
J'en souffre depuis 17 ans.

Merci

?

» 16 Janvier 2016, 14:53

Citer

CD

Ma femme souffre des genoux, le docteur dit que c'est de l'arthrose, avec de l'eau en plus. Avez vous une solution SVP merci.  
Et moi, je me suis cassé le calcanéum cet été et depuis j'ai toujours la cheville enflée et très douloureuse, si vous avez une solution je suis preneur merci à vous !!!!

?

» 16 Janvier 2016, 15:23

Citer

Invité

Utiliser le curcuma. C'est une épice extraordinaire. Puissant anti-inflammatoire, puissant antioxydant.  
Prenez une cuil à café dans un verre de lait, ou dans un yaourt ou dans une soupe. Il est important de la prendre dans un aliment avec un peu de gras pour qu'elle soit efficace. En prendre 3 semaines et arrêter 1 semaine. A renouveler si nécessaire. C'est très efficace.  
J'espère que ceci vous soulagera.

?

» 16 Janvier 2016, 16:15

Citer

Invité

Voici mon expérience : j'ai eu de multiples opérations du genou et la dernière m'a laissé une inflammation extrêmement invalidante : jusqu'à ne plus pouvoir gérer les tâches quotidiennes tant c'est devenu douloureux et sensible au moindre effort.  
J'avais entendu parler de Curcuma et ma médecin m'a fait prendre Nutricuma des laboratoires bionutrics. C'est cher, j'en prends 8 gélules par jour (4 matin et soir, vérifié avec mon médecin, pas d'antécédents particuliers). Pas d'effets secondaires ressentis après plusieurs mois d'utilisation, ce qui ne veut pas dire qu'il n'y en aurait pas à long terme, mais par rapport à un anti-inflammatoire normal, c'est bien, vraiment bien mieux (je suis très fragile côté estomac...). Je suis assez soulagée. Pas de quoi reprendre une vie tout à fait normale (inflammation réellement énorme) mais je peux gérer un peu la maison et travailler en m'économisant, cela m'a rendu la vie plus facile. Pour objectiver la chose, je dirais que cela revient à mon sens à l'effet d'un comprimé de Bi-profenid. J'ai arrêté plusieurs fois pour voir, et la différence est nette dans mon cas. L'effet est maximal au bout de 3 jours et il met 3 jours également à s'estomper. Moi je le prends en continu. Voilà, peut-être que ça pourra aider d'autres personnes. J'avais essayé le jus de curcuma, pas d'effet notable. Par ailleurs Nutricuma ne contient pas de poivre ce qui le rend très intéressant car le poivre n'est pas tout à fait neutre pour l'organisme. Bon courage à tous !

?

"Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage

Le bon médecin trouve les causes et guérit

Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie"