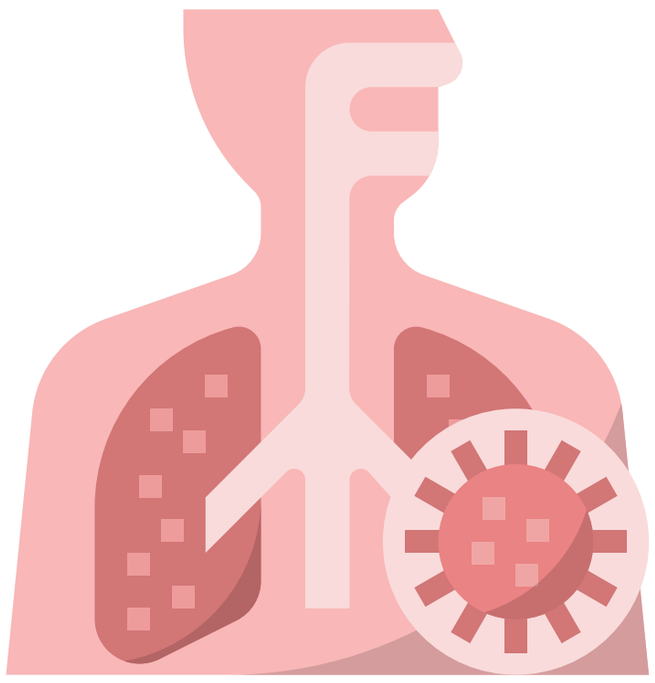
LA BRONCHITE AIGUË

L’aide des abeilles



La propolis reste un choix de premier plan. Son activité anti-inflammatoire permettra de soulager les bronches et la trachée, et vous redonnera un petit « boost » respiratoire plus que bienvenu…

Au vu de la gravité de cette affection, il n'est pas interdit de renforcer l'action de la propolis par le biais de la gelée royale.

Cette substance, blanche et nacrée, extraordinairement nutritive. Ce « caviar de la ruche » possède des propriétés similaires à la propolis : elle est aussi anti-bactérienne et anti-inflammatoire. Riche en nutriments, oligo-éléments et minéraux…), elle possède une action « tonifiante »

Comment et où ?

Attention avec la gelée royale : le plus souvent, elle est produite en Asie, dans des conditions industrielles déplorables et avec un produit de piètre qualité.

Privilégiez la gelée royale **française**, dont la production est régulée par des critères bien plus stricts.



Pour la propolis, une prise en gélules est recommandée, gélules à trouver en pharmacie. Trois (ou quatre, si vous avez plus de 80 kg) par jour, pendant 5 à 8 jours.

Pour la gelée royale en gélules, vous pouvez vous aligner sur la posologie de la propolis : commencez par une première gélule, puis deux le second jour, et enfin trois, pendant 5 à 8 jours.

