

Constipation

Je suis presque tout le temps constipée et je ne trouve pas de solution à ce problème. Que puis-je faire ?

Marguerite P. – Paris (75)

Je vous conseille de commencer par prendre des probiotiques et de la griffe du chat pendant quelque temps. Ensuite, vous pourrez alterner probiotiques/rhodiola et griffe du chat pendant plusieurs mois : une semaine les uns, une semaine l’autre. Vous devriez obtenir de bons résultats.