

L AEROPHAGIE ET LE HOQUET

- **Aromathérapie :**

VOIE ORALE : 1 à 2 gouttes d'huile essentielle d'[Estragon](#) sur un comprimé neutre, 1 à 2 fois par jour. Pas d'utilisation continue.

(sources : www.comptoiraroma.fr)

- **Phytothérapie :** une association de 3 plantes

FENOUIL + ROMARIN + SAUGE : une gélule de chaque matin et soir

(sources : www.naturactive.fr)

Pour toute information complémentaire venez nous voir !

D'une façon générale les huiles essentielles sont contre indiquées chez : la femme enceinte, la femme allaitant, les épileptiques, les enfants de moins de 12 ans.