



## FICHE PRATIQUE - REMÈDE en POTION

LE REMÈDE homéopathique qui vous a été remis est personnel.

*Parfois il est possible de prendre directement un seul granule à laisser fondre sous la langue, une seule fois, jusqu'à la deuxième consultation.*

Dans d'autres situations, il peut vous être conseillé de diluer votre remède dans de l'eau pour permettre une répétition des prises. Une étiquette mentionnant le nom de votre remède et le chiffre de sa dilution (*ARNICA 9 CH par exemple*) pourra être apposée sur la bouteille que vous allez préparer.

- **DILUTION** : Le mélange se prépare dans un flacon ou petite bouteille (propre et avec bouchon, si possible en verre teinté) que l'on remplira seulement aux 2/3 (pour permettre la dynamisation), avec de l'EAU minérale, ou filtrée ou bouillie.  
2 ou 3 granules seront mis à fondre dans l'eau en évitant soigneusement de les toucher avec les doigts.
- **DYNAMISATION** du mélange **AVANT CHAQUE PRISE** en secouant fortement la bouteille ou le flacon 3 à 5 fois au moins.
- **PRISE du remède** : UNE CUILLER À CAFÉ (propre et sèche) du mélange **APRÈS DYNAMISATION**.  
Le liquide sera gardé quelques instants en bouche avant de l'avaler.  
On peut également diluer le contenu de la cuillère dans un peu d'eau au fond d'un verre que l'on agitera avec la cuillère avant de boire.  
*Il est déconseillé de boire directement à la bouteille ou au bouchon, le mélange en serait dénaturé.*
- **FRÉQUENCE** des PRISES : selon la prescription du médecin, puis espacer à mesure de l'amélioration.  
Stopper à la disparition des symptômes.

**CONSERVATION** : à l'abri de la lumière forte et du soleil, à distance des ondes wifi, des ordinateurs et smartphones.

**RENOUVELLEMENT** : si un traitement prolongé ou une utilisation fréquente est nécessaire, le remède sera renouvelé en **RAJOUTANT SIMPLEMENT DE L'EAU** (minérale, filtrée ou bouillie) dans la petite bouteille ou le flacon avant d'avoir utilisé toute la préparation.