

Mammites 101 : soins d'urgences

1. **Dose unique** d'*arnica* MK : Va briser le mécanisme de traumatisme, en prenant en charge les symptômes d'angoisse, de panique, de stress, etc... En éliminant les réactions physiques du choc psychologique, nous optimisons la guérison.
2. Tirer le quartier pour le vider complètement.
3. Si le quartier est enflé, donner une **dose unique** de *Apis mellifica* MK, minimum 15 minutes après (pour laisser aux muqueuses le temps d'avoir absorbé le premier traitement).
4. Vérifier les symptômes de la mammite pour déterminer quel type de remède homéo lui administrer (voir notes de cours mammites homéo). Dans le doute entre 2 ou 3 produits, les donner en complexe. Donner la première dose au minimum 15 minutes après le *Apis mellifica* ou l'*arnica*, selon le cas (pour laisser aux muqueuses le temps d'avoir absorbé le premier traitement). On peut donner le remède de 4 à 6 fois par jours, durant quelques jours (voir selon l'amélioration)
5. Tirer le quartier à toutes les heures durant la première journée, puis, plusieurs fois par jour durant quelques jours.

Pour aider à désenfler : hydrothérapie durant 30 minutes, 2 fois par jours, ou cataplasme d'argile.

Voir aussi les notes de cours en aromathérapie (huiles essentielles ou HE) pour traitements complémentaires.