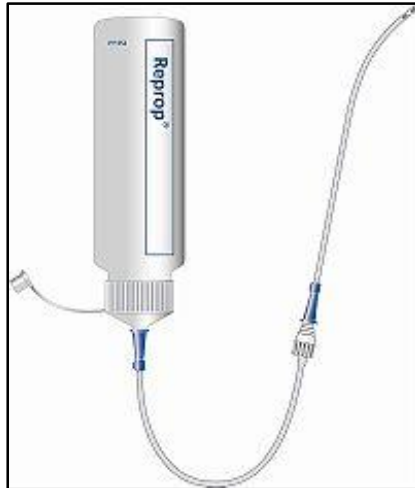




ENTEROCLISMA (o clistere)

L'enteroclisma determina una profonda pulizia del retto, che rimuove i residui fecali depositati nelle curve, nelle tasche e sulle pareti del colon, eliminando la flora batterica alterata e favorendo la ricrescita di quella equilibrata. Già dopo il primo trattamento il ventre si presenta meno gonfio. Essendo una terapia disintossicante, i disturbi cutanei diminuiscono, aumenta la vitalità e l'energia e in generale tutto il corpo migliora le sue funzioni. Munirsi della specifica sacca.



L'attrezzo è costituito da un contenitore a forma di sacca, provvisto di un rubinetto collegato ad un tubicino flessibile di lunghezza appropriata, terminante con una cannula rigida.

- 1) Accertarsi che la temperatura corporea non sia troppo bassa. L'operazione deve essere eseguita lontano dai pasti, preferibilmente prima della colazione (è possibile fare colazione un quarto d'ora dopo aver effettuato enteroclisma).*
- 2) La sacca viene posizionata più in alto rispetto al corpo.*
- 3) Collegare la cannula, chiudere il rubinetto, applicare il beccuccio sottile all'imboccatura a vite.*
- 4) Assicurarci che il rubinetto sia chiuso e versare nella sacca esclusivamente acqua naturale (la quantità si aggira intorno al litro e mezzo), ossia appena uscita dal rubinetto, a temperatura ambiente (non deve essere bollita). Per rendere più stimolante l'applicazione si può aggiungere un cucchiaino di olio di glicerina o di limone.*
- 5) Far fuoriuscire una piccola quantità di acqua per eliminare l'aria della cannula.*
- 6) Può risultare vantaggioso assumere la posizione sdraiata su un fianco (preferibilmente quello destro, a gambe piegate, in posizione fetale), in tal modo il ventre non comprime l'intestino.*
- 7) Inserire il beccuccio nel retto delicatamente e lentamente. Non forzare mai (eventualmente lubrificare il beccuccio con olio vegetale).*
- 8) Introdotta la cannula e aperto il rubinetto, il liquido fluisce nell'intestino per effetto della forza di gravità, con una velocità dipendente dall'altezza della sacca. Solitamente viene preferito un flusso molto lento, in modo da permettere alle anse dell'intestino di adattarsi a ricevere tutta la soluzione senza interruzioni.*
- 9) Quando l'acqua è stata inserita tutta girarsi a pancia in su e massaggiare delicatamente l'addome per 1-3 minuti; se nel frattempo arriva un forte stimolo a scaricarsi procedere, altrimenti attendere il tempo indicato. Lo svuotamento non avviene tutto in una volta ma ad ondate successive.*

Tutta la procedura può essere ripetuta immediatamente, anche tre volte di seguito, a giorni alterni nell'arco della settimana, per due settimane almeno.