



KIT

POUR LAVEMENT ET DOUCHE RECTALE



Guide d'utilisation

Pour pratiquer les douches rectales et les lavements, il convient de **ne pas être en cours de digestion**, donc de ne pas avoir mangé depuis 5 heures ni bu depuis 2 heures.

Utilisation du Kit

- Prévoir une fixation du Kit Xantis à 1,50 m de hauteur environ **à proximité des toilettes** et vérifier que les parties du kit sont bien assemblées.
- Le lieu de la séance doit être correctement chauffé.
- Dans une casserole, tiédir la préparation légèrement au dessus de 41°C.
- Fermer le robinet et verser la préparation dans le Kit Xantis. S'assurer que le liquide est **entre 39°C et 41°C**, ouvrir le robinet quelques secondes pour chasser l'air du tuyau.
- Choisir la position la plus confortable : sur le côté gauche, "à quatre pattes" ou sur le dos. Introduire la canule, ouvrir le robinet et prendre le liquide **en respirant profondément pour se détendre**.
- Si lors de l'utilisation, l'écoulement du liquide est faible par présence d'air dans le tuyau, porter la canule au-dessus du niveau du Kit pour chasser l'air et la redescendre afin de remplir complètement le tuyau de liquide.
- Aller aux toilettes, **laisser le corps évacuer à son rythme sans forcer**.
- Prendre un temps pour **se relaxer** : bain apaisant, relaxation avec une bouillotte chaude sur le ventre... Cette détente profonde après la séance améliore les effets obtenus.
- Savonner la canule employée, rincer le dispositif et le suspendre à l'envers. **Une fois sec**, ranger le kit à l'abri de la chaleur et de la lumière.

Préparations possibles

DOUCHE XANTIS : Réflexologie intestinale

La Douche Xantis est un procédé qui stimule le système nerveux intestinal, ou second cerveau, siège de la vitalité et de l'immunité. Ce réveil physiologique contribue à la détoxification, à la détente et à la revitalisation de tout l'organisme.

CAFÉ DÉTOX : Hygiène hépatique

Café Détox soutient le foie et la vésicule biliaire dans leur travail de détoxification de l'organisme. Il induit la libération progressive des toxiques, toxines, polluants, métaux lourds, produits chimiques... mais aussi acides, graisses, sucres et eau en excès.

AUTRES PRÉPARATIONS

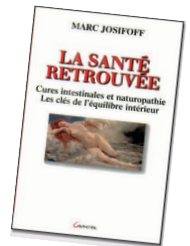
Eau douce ou eau salée (10g de sel de mer non raffiné par litre) : Usage hygiénique.

Argile : Action détox douce et régénérante sur la muqueuse. Mélanger 1 cuillère à soupe dans 1 litre d'eau. Laisser reposer, verser l'eau argileuse dans le KIT et procéder au lavement.

Bicarbonate de soude : Action antispasmodique et anti-inflammatoire immédiate.
1 cuillère à café pour 1 litre d'eau.

Le livre

Avec « La Santé Retrouvée », Marc Josifoff, Naturopathe Holistique, vous invite à découvrir l'histoire des cures intestinales, leur importance méconnue, des conseils pratiques ainsi qu'une méthode complète pour revitaliser son corps et son esprit. Éditions Grancher, 194 pages.



Besoin de conseils ?

Un Naturopathe Xantis vous conseille par téléphone sur rendez-vous.

Tél. 05 53 22 83 44 - contact@xantis.fr

xantis.fr