

Dr. Pierre Des Lauriers, Docteur en Chiropratique et en Naturopathie
Diplômé en Homéopathie et en Acupuncture
Professeur et Praticien en Médecines Alternatives et Complémentaires

www.missionsante.org



Huile de Ricin

(En compresse)

→ Votre huile de ricin doit être biologique, pressée à froid, sans HEXANE et dans une bouteille de verre ambrée.

© MISSION SANTÉ

Pour fabriquer un pack d'huile de ricin, vous aurez besoin des fournitures suivantes :

1. Huile de ricin pressée à froid de haute qualité (voir dernière section de cet article)
2. Une bouillotte ou un coussin chauffant
3. Pellicule de plastique, feuille de plastique ou sac poubelle en plastique
4. Deux ou trois morceaux d'un pied carré de laine ou de flanelle de coton, ou un morceau suffisamment grand pour couvrir toute la zone de traitement une fois plié en trois.
5. Une grande vieille serviette de bain.

Vous trouverez ci-dessous les instructions pour fabriquer et utiliser un pack d'huile de ricin (avec l'aimable autorisation de Daniel H. Chong, ND)

Pliez la flanelle en trois couches d'épaisseur pour qu'elle soit encore suffisamment grande pour s'adapter à tout le haut de votre abdomen et à votre foie, ou empilez les trois carrés.

Imbibez la flanelle d'huile pour qu'elle soit complètement saturée. L'huile doit être à température ambiante.

Allongez-vous sur le dos, les pieds surélevés (utiliser un oreiller sous les genoux et les pieds fonctionne bien), en plaçant un sac de flanelle directement sur votre abdomen; recouvrez la flanelle huilée avec la feuille de plastique et placez la bouillotte sur le plastique.

Couvrez le tout avec la vieille serviette pour isoler de la chaleur. Faites attention de ne pas mettre d'huile sur ce sur quoi vous posez, car cela pourrait tacher. Si nécessaire, recouvrez cette surface avec quelque chose pour la protéger.

Laisser agir 45 à 60 minutes.

Une fois terminé, retirez l'huile de votre peau en la lavant avec une solution de deux cuillères à soupe de bicarbonate de soude pour un litre d'eau, ou simplement de l'eau et du savon. (Assurez-vous de laver la serviette seule, car l'huile de ricin peut donner une puanteur aux autres vêtements s'ils sont lavés ensemble.)

Vous pouvez réutiliser le pack plusieurs fois, en ajoutant à chaque fois plus d'huile si nécessaire pour maintenir le pack saturé. Conservez le paquet dans un grand sac à fermeture éclair ou dans un autre récipient en plastique dans un endroit pratique, par exemple à côté de votre lit. Remplacez le pack une fois qu'il commence à changer de couleur.

Pour une efficacité maximale, appliquez au moins quatre jours consécutifs par semaine pendant un mois. Les patients qui utilisent le pack quotidiennement rapportent le plus d'avantages.

Comme pour tout le reste, vous devez faire attention à votre source d'huile de ricin. Une grande partie de l'huile actuellement vendue dans les magasins provient de graines de ricin qui ont été fortement pulvérisées avec des pesticides, extraites au solvant (l'hexane est couramment utilisé), désodorisées ou autrement traitées

chimiquement, ce qui endommage les phytonutriments bénéfiques et peut même contaminer l'huile avec des substances toxiques.

Pierre Des Lauriers

www.missionsante.org/

info@missionsante.org

© MISSION SANTÉ

DISCLAIMER — Les informations partagées ici proviennent de près de 60 ans d'expérience en médecines alternatives et complémentaires, ainsi que de réflexions personnelles. Elles ne remplacent pas un avis, un diagnostic ou un traitement médical professionnel. Consultez toujours un professionnel de santé qualifié avant d'interrompre ou de modifier un traitement. L'auteur et le site ne sauraient être tenus responsables des conséquences directes ou indirectes liées à l'utilisation de ces informations.

© 2026 MISSION SANTÉ — toute reproduction interdite sans autorisation.