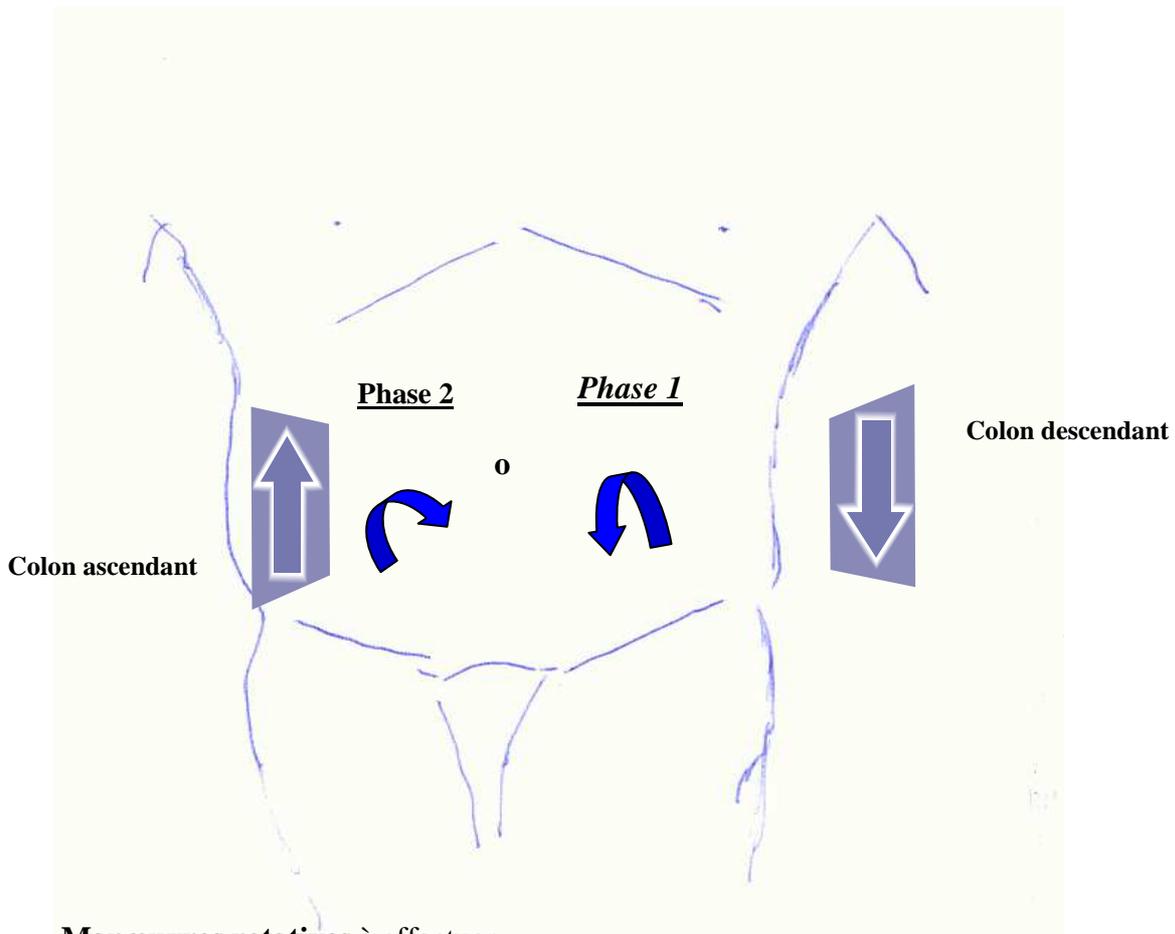


Manœuvres d'aide au drainage intestinal (hygiène de vie)

Indications :

- Constipation
- Transit intestinal anarchique,
 - Colon paresseux
 - Douleurs abdominales
 - Hygiène de vie
 - ...



Manœuvres rotatives à effectuer

(Légères en surface puis progressivement en profondeur):

- **D'abord à gauche** au niveau du colon descendant (**phase 1**) : **sens anti-horlogique**
- **Puis à droite** au niveau du colon ascendant (**phase 2**) : **sens horlogique**
- Répétition alternative des **phase 1** et **phase 2**

Consulter si douleurs aiguës persistantes à la palpation.