

Préparation du cataplasme d'ARGILE VERTE

Cataplasme prêt à poser

- prendre de l'argile avec une spatule ou une cuillère en bois et la poser sur : un tissu (que l'on devra laver entre chaque application) ou du papier absorbant (genre essuie-tout) qui se jette après usage (c'est le plus pratique) ou une feuille de chou (qui garde l'humidité de l'argile et ne se déchire pas comme le papier) Il est indispensable que le support dépasse largement autour du cataplasme car, lors de la pose, l'argile va s'étaler un peu.
- taille du cataplasme : celui-ci doit dépasser la taille de la blessure ; il faut compter deux centimètres en plus tout autour de l'endroit à soigner.
- épaisseur : d'une manière générale, une épaisseur de deux centimètres est requise pour donner à l'argile verte un pouvoir absorbant suffisant et pour que le cataplasme ne sèche pas trop vite. Mais dans certains cas et selon l'endroit du corps (près des organes vitaux) et parfois pour habituer l'endroit blessé dans les débuts, on commencera avec de petits cataplasmes, peu épais. Puis, on augmentera progressivement la taille ainsi que l'épaisseur du cataplasme.
- température : l'argile peut être utilisée froide ou tiède, selon le problème traité. Dans les cas de fièvre, d'inflammation, de congestion, l'argile doit être appliquée froide car elle va absorber la chaleur de l'inflammation et rafraîchir le corps. Si le cataplasme doit être posé près d'un organe comme l'estomac, les reins, la vessie, le foie, il faut l'appliquer tiède pour ne pas utiliser l'énergie de celui-ci à réchauffer l'argile. Lors de l'application de cataplasmes froids, une sensation de chaleur doit survenir quelques minutes après l'application. Si la sensation de froid persistait, cela signifierait que le corps n'a pas l'énergie suffisante pour se réchauffer et donc qu'il s'épuiserait. Chauffer alors le cataplasme.
- comment chauffer l'argile verte : surtout pas avec une chaleur trop vive qui "cuirait" l'argile et annulerait son efficacité. Utiliser le bain-marie, le soleil, un radiateur, un poêle ... avec une chaleur douce. La température doit être tiède et proche de celle du corps, soit 37 degrés. Ne chauffer que la valeur du cataplasme utilisé immédiatement, et pas le reste d'argile qui servira pour les prochains cataplasmes.

Pose du cataplasme

Le cataplasme se pose côté argile directement sur la peau. Ensuite appuyer dessus afin que l'argile adhère vraiment bien à l'endroit voulu, colle complètement sur la peau. Si le cataplasme est très humide et que le papier se déchire, on peut reposer du papier absorbant, ou mieux un linge de tissu qui absorbera l'excès d'humidité et maintiendra encore mieux le cataplasme. Par exemple : pour entourer un poignet, une cheville ou un genou.

Ensuite, il est nécessaire de bander le cataplasme afin de le maintenir bien en place pendant la durée nécessaire. L'argile mouillée pèse relativement lourd. Si l'on se repose après la pose, il n'y a pas de

problème ; mais si l'on doit effectuer une activité, le cataplasme risque de bouger. Il faut donc utiliser une ou plusieurs bandes (genre Velpeau) que l'on croisera pour assurer le maintien du cataplasme selon les recommandations connues en secourisme.

Remarque : dans certains cas, il peut être utile de poser une bande de gaze entre l'argile verte et la peau, en prévision des difficultés d'enlèvement du cataplasme. C'est recommandé pour la pose d'argile sur la paupière de l'œil ainsi que sur des parties fort velues du corps. Hormis ces cas, le contact direct est préférable.

Durée du cataplasme

Elle est variable selon l'affection : de quinze minutes à une nuit, mais en général de une à deux heures.

Pour la majorité des affections, laisser agir le cataplasme durant deux heures, sauf si les désagréments cités ci-après (*) surviennent. Pour les brûlures, plaies purulentes, accidents douloureux, il convient de renouveler plus rapidement : laisser le premier cataplasme 15 minutes, le second 30 minutes, le troisième une heure, en fonction de l'évolution.

(*) Il faut savoir que l'argile verte agit tant qu'elle reste humide. Lorsqu'elle sèche, elle n'a plus d'action.

De plus, lorsqu'elle devient de plus en plus chaude, c'est qu'elle a absorbé l'inflammation, la fièvre, en résumé, le mal. Il faut donc l'enlever et renouveler le cataplasme pour poursuivre le traitement. A l'inverse, si l'on ressent une sensation de froid gênante, il faut aussi l'enlever plus rapidement.

On peut dire que lorsque le cataplasme entraîne une sensation de gêne, qu'on a des difficultés à le supporter, que la douleur disparue revient, ou que l'on sent que le cataplasme se décolle tout seul de la peau, c'est qu'il a fini d'agir et qu'il faut l'ôter. Il a partiellement séché et s'enlève avec facilité

Après l'avoir retiré, racler les éventuels restes d'argile, laver à l'eau. Au cas où l'argile a trop séché et qu'on éprouve des difficultés à le retirer (cela tire sur la peau ou les poils) faire couler un peu d'eau entre l'argile et la peau, cela se décollera mieux. Sur les plaies ouvertes ou les cataplasmes renouvelés immédiatement, inutile de nettoyer, le cataplasme suivant s'en chargera.

Remarque : un cataplasme d'argile verte ne peut servir qu'une seule fois, il ne faut jamais le réutiliser. Il convient de le jeter car il a pu absorber des toxines, de mauvais éléments et il est dévitalisé. Si vous possédez un coin de jardin ou de bois, vous pouvez y déposer l'argile que les intempéries se chargeront de dissoudre en quelques mois (à condition que personne ne vienne y toucher).

Cadence d'application

Dans les cas d'urgence, les cataplasmes seront renouvelés les uns derrière les autres, sans interruption. On continuera aussi toute la nuit si nécessaire. Ce sont les cas de brûlures, fièvres, maturation d'un abcès, inflammation à résorber, accidents, blessures (doigt écrasé, foulure, coupure profonde,). L'arrêt prématuré d'application d'argile verte permettrait au mal de reprendre le dessus. Puis, lorsque cela va mieux (en général après une journée), on laisse un temps de pause entre deux cataplasmes, temps qui augmentera en fonction de l'évolution de la guérison sur plusieurs jours : une heure, trois heures, cinq heures, une demi-journée....

Pour les autres cas, relevant moins de l'urgence :

- . deux cataplasmes de 2 heures par 24 heures ou
- . quatre cataplasmes de 1 heure par 24 heures
- . si l'on travaille la journée, un cataplasme pourra être posé la nuit.

Les résultats seront plus rapides et donc plus efficaces si on applique de l'argile verte fréquemment. Il est certain que son utilisation nécessite un apprentissage qui s'acquière par l'expérience.

Réactions

Les cataplasmes peuvent entraîner des effets inattendus ou surprenants, qui ne doivent pas inquiéter quand on est prévenu. On peut avoir l'impression de constater une recrudescence du mal quand on retire les premiers cataplasmes. Par exemple, les applications sur des plaies vont agrandir la plaie, la creuser davantage. Ou bien l'argile va extraire du sang, du pus ...C'est l'action de nettoyage et de drainage de l'argile verte qui s'exerce en attirant toutes les toxines vers la partie du corps traitée. Ensuite, lorsque les toxines auront été enlevées, la plaie se refermera progressivement jusqu'à la cicatrisation complète. Mais en général, on constate aussi rapidement une diminution des rougeurs quand il y a de l'inflammation, preuve de l'action positive de l'argile verte.

Il peut arriver aussi qu'apparaissent, alors qu'il n'y en avait pas, des rougeurs, des boutons, ainsi qu'une démangeaison difficile à supporter. C'est parce que le cataplasme attire à lui des substances toxiques provenant de l'intérieur du corps. Elles traversent les tissus et s'évacuent par la peau à l'endroit où est posé le cataplasme. Il est préférable de stopper les cataplasmes momentanément et de les reprendre quand les inconvénients ont disparus. Prendre des tisanes pour aider à l'évacuation.

Il n'est pas conseillé de poser en même temps plusieurs cataplasmes à des endroits différents du corps. Il faut les alterner.

Durée du traitement

Suivant les cas, les cataplasmes seront posés pendant une ou deux journées ... jusqu'à plusieurs mois pour des traitements de fond.

Cela dépend du problème. Les poses doivent se poursuivre jusqu'à la guérison complète, la disparition de la douleur, la cicatrisation.

Mais il est important de ne pas interrompre un traitement commencé... pour le reprendre quelques jours plus tard. On perdrait le bénéfice déjà acquis, c'est comme si l'on reprenait au départ une seconde fois, ce serait dommage.

Conclusion

Les bienfaits de l'argile verte sont tels que l'on aura la précaution d'en avoir toujours qui soit prête à l'emploi dans sa proximité pour préparer un cataplasme. Il existe d'ailleurs des tubes d'argile en pâte pratiques, que l'on peut emporter partout, en vacances, en voyage.

A la maison, il est possible d'avoir un plat d'argile verte qui soit prêt. Si on ne l'utilise pas immédiatement, pour éviter le dessèchement, il convient de couvrir le dessus de l'argile avec un peu d'eau de temps en temps.

Au cas où l'argile aurait été oubliée et commencerait à sécher, on peut la laisser sécher complètement. Ensuite on la concasse en plus petits morceaux. Il est alors possible de la réutiliser comme une première fois en la recouvrant totalement d'eau.

La rapidité d'intervention a aussi une grande importance. Si l'argile peut être appliquée immédiatement après un incident, la douleur est de très courte durée, la guérison intervient plus rapidement. Il n'y a pas de cloque après une brûlure, l'ongle ne tombe pas lors de l'écrasement d'un doigt etc ... cela en vaut la peine

Poudrage d'argile verte

L'argile verte en poudre est utilisée avec succès pour des soins externes tels que :

- le poudrage de bébé à la place de talc lorsque le fessier est rouge ou même légèrement irrité : très efficace et entièrement naturel !
- rougeurs, eczéma, petits boutons qui démangent, bobos des enfants, petites plaies : action calmante et désinfectante de la poudre d'argile verte que l'on y dépose. Même les escarres.
- en cas de saignement dû à une coupure, l'argile saupoudrée à cet endroit fera cesser l'hémorragie.
- le brossage des dents : tremper la brosse humide sur l'argile verte, se brosser dents et gencives - mais deux fois par semaine maximum.