



En cas de diarrhée, il est conseillé de conseiller de consommer des aliments qui ralentissent le transit intestinal et de miser sur des remèdes naturels qui contribuent de manière significative le transit intestinal et de miser sur des remèdes naturels qui vont contribuer pour la restauration de la flore intestinale pour un rétablissement.

Ainsi le riz bien cuit est un bon remède contre la diarrhée dans la mesure où il va reminéraliser l'organisme et remonter le taux de glucose dans le sang. De même, l'eau de cuisson est tout aussi indiquée en cas de diarrhée car elle contient beaucoup de sel qui aura pour effet de retenir l'eau et donc d'éviter la déshydratation.