



FICHE SANTÉ

Dysbiose intestinale

Le microbiote intestinal est constitué de milliards de micro-organismes jouant un rôle essentiel dans la digestion, l'immunité et certaines fonctions métaboliques. Une dysbiose désigne une modification de cet équilibre.

Symptômes

- ✓ Ballonnements
- ✓ Gaz
- ✓ Digestion difficile
- ✓ Constipation ou diarrhée
- ✓ Fatigue
- ✓ Sensibilités alimentaires
- ✓ Inconfort digestif chronique

Facteurs favorisants

- Antibiotiques
- Alimentation pauvre en fibres
- Stress chronique
- Infections digestives
- Manque d'activité physique

Traitements conventionnels

Il n'existe pas de traitement unique. La prise en charge dépend des symptômes et de leur origine.

Approches complémentaires

Une alimentation riche en fibres, des habitudes de vie favorables et, dans certaines situations, l'utilisation ciblée de probiotiques ou de prébiotiques peuvent être discutées avec un professionnel de santé.

Quand consulter ?

En cas de troubles digestifs persistants, de douleurs abdominales répétées ou lorsque les symptômes altèrent la qualité de vie.

L'approche Bellis Wellness Clinic

Notre accompagnement vise à restaurer progressivement l'équilibre digestif grâce à une évaluation individualisée du mode de vie, de l'alimentation et des facteurs pouvant influencer le microbiote.

