


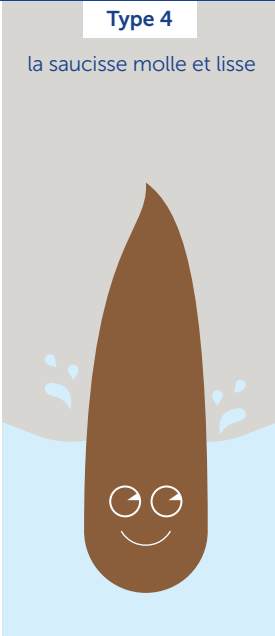

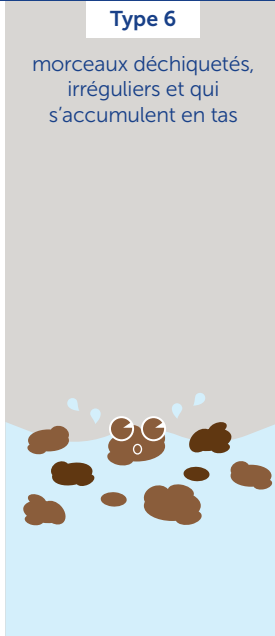



# Selles et santé

Constipation		Selles saines		Diarrhée		
<p><b>Type 1</b></p> <p>boulettes dures et difficiles à évacuer</p>  <p><b>Remarque:</b> consommer plus de fibres et boire davantage</p>	<p><b>Type 2</b></p> <p>la saucisse grumeleuse et difficile à évacuer</p>  <p><b>Remarque:</b> consommer plus de fibres et boire davantage</p>	<p><b>Type 3</b></p> <p>la saucisse craquelée</p>  <p><b>Remarque:</b> boire un peu plus</p>	<p><b>Type 4</b></p> <p>la saucisse molle et lisse</p>  <p><b>Cas idéal</b></p>	<p><b>Type 5</b></p> <p>morceaux mous faciles à évacuer</p>  <p><b>Remarque:</b> troubles digestifs ou trop grande quantité de liquide</p>	<p><b>Type 6</b></p> <p>morceaux déchiquetés, irréguliers et qui s'accumulent en tas</p>  <p><b>Remarque:</b> troubles digestifs ou consommation accrue de fibres</p>	<p><b>Type 7</b></p> <p>liquides, sans morceaux solides</p>  <p><b>Remarque:</b> infection, inflammation ou intolérance</p>

 <p><b>Selles noires:</b> aliments noirs, médicaments ou présence de sang dans les selles</p>	 <p><b>Selles grisâtres:</b> signe de trouble du foie ou de la vésicule biliaire</p>	 <p><b>Selles vertes:</b> légumes verts ou signe de troubles digestifs</p>	 <p><b>Selles jaunes:</b> signe d'intolérance ou de troubles digestifs</p>	 <p><b>Selles rouges:</b> aliments rouges, présence de saignements ou hémorroïdes</p>	 <p><b>Selles brunes:</b> selles saines</p>
--	---	---	---	--	--