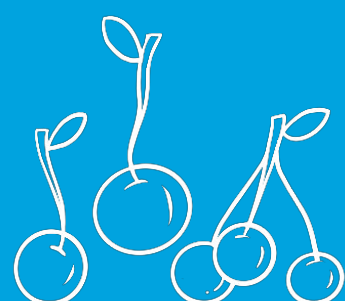
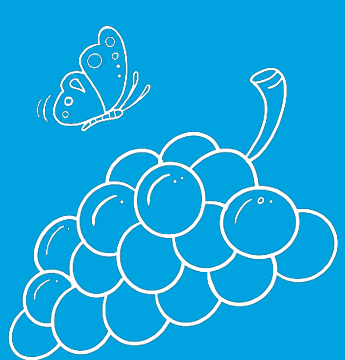


Types de selles et leur signification



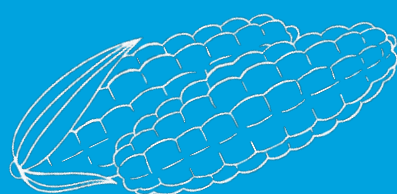
Type 1: Cerises

Des petites crottes fermes et arrondies en forme de cerises sont un signe de forte constipation. Il est temps de prendre rendez-vous chez le médecin !



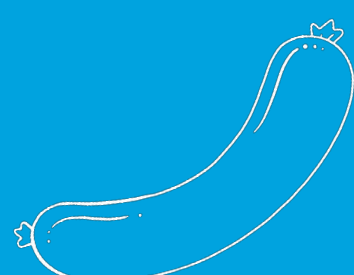
Type 2: Raisin

Des selles grumeleuses et denses qui ressemblent à une grappe de raisin sont souvent le symptôme d'une constipation légère.



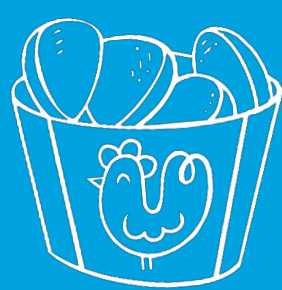
Type 3: Épis de maïs

Vos besoins ressemblent à un épis de maïs légèrement craquelé à la surface ? Parfait ! Cela veut dire que tout va bien.



Type 4: Saucisse

Si vos selles sont lisses et en forme de saucisses, félicitations ! Le type 4 est aussi le signe que tout fonctionne bien.



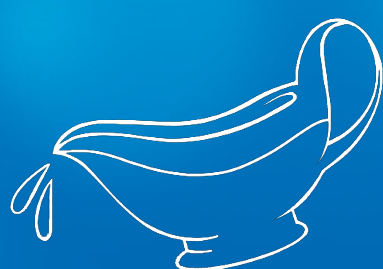
Type 5: Nuggets

Selon l'échelle de Bristol, les petites crottes molles aux bords bien définis, pareilles à de petits nuggets, indiquent un manque de fibre. Bonne nouvelle : vous pouvez arranger ça avec quelques petits changements dans votre alimentation !



Type 6: Porridge

Vos selles ont un aspect de bouillie à la bordure incertaine ? Vous souffrez sans doute d'une diarrhée légère. Demandez conseil à votre médecin.



Type 7: Sauce

Des selles à la consistance semblable à de la sauce sont le signe d'une forte diarrhée. Si elles sont complètement liquides, contactez votre médecin immédiatement.



Découvrez plus d'idées sur [lotus-hygiene.com](https://www.lotus-hygiene.com)



 Le bien-être au quotidien

Essity Copyright