

# FER (Fe)

## Propriétés et observations connues dans la littérature

Le fer est nécessaire à la fonction cellulaire et au transport de l'oxygène. Une anémie due à une carence en Fer est révélée par la pâleur et une fatigue extrême, mais aussi une dyspnée (difficulté respiratoire) et de l'inappétence.

Le fer est employé dans les cas d'anémies, convalescences, hémorragies, pubertés et grossesse.

**Posologie** : 10 à 20 ml une à deux fois par jour le matin à jeun ou 20 minutes avant un repas selon avis.

Pour favoriser l'absorption, garder 30 secondes en bouche avant d'avaler.

**Composition pour 1000 ml** : Fer Hydrate 300 mg, Fructose 30 ml, eau purifiée q.s.p.

**Présentation** : bouteille de 250 ml