

LE CONSEIL DU MOIS DE NOTRE PHARMACIEN

Se protéger des premiers refroidissements

❖ CLIMAROME 100% BIO

L'inhalation sèche aux huiles essentielles protectrice des voies respiratoires
A la fois curatif et préventif lors des premiers signes de refroidissement, *Climarome* possède une action désinfectante sur tout l'arbre respiratoire.
Ses propriétés antimicrobiennes, anti-inflammatoires et décongestionnantes de la muqueuse respiratoire vont contribuer à libérer les voies respiratoires.

Vaporiser 2 à 4 pressions sur un mouchoir en coton et inhaler profondément pendant 1 minute.

Vaporiser également sur l'oreiller avant le coucher

❖ Conseils complémentaires

En préventif -> formule pour stimuler l'immunité

Dans 30 ml de base pour massage, ajouter

- 10 gouttes H.E Ravintsara
- 10 gouttes H.E Niaouli
- 10 gouttes H.E Arbre à thé

Appliquer en massage sur le torse et le dos, 1 à 2 fois par jour pendant 5 jours

-> en complément, 2 gouttes de H.E de Ravintsara pur à appliquer sur la face interne des poignets et des chevilles.

En curatif -> formule antiseptique des voies respiratoires

Dans une tisane de Thym sucrée avec 1 cuillère à café de miel bio, contenant

- 1 goutte H.E Eucalyptus globulus
- 1 goutte H.E Eucalyptus radiata
- 1 goutte H.E Laurier noble
- 1 goutte H.E Myrte rouge

A boire 2 fois par jour, entre les repas, pendant 5 jours

-> formule contre la fatigue

Dans 30 ml de base pour massage, ajouter

- 12 gouttes H.E Pin
- 12 gouttes H.E Sapin
- 6 gouttes H.E Térébenthine

Appliquer en massage le long de la colonne vertébrale et au niveau des lombaires.