

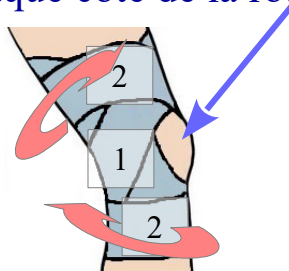
- L'argile verte -

L'argile verte est connue pour ses propriétés anti-inflammatoire, antiseptique, antalgique et reminéralisante sur les muscles, les articulations et les os. Elle draine les oedèmes et réduit les hématômes, et, en cataplasme, elle est fantastique pour soulager les brûlures. Également vendue en pharmacie ou magasins bio sous forme de bandes, elle est très utile lors d'entorses, de douleurs arthrosiques ou même de tendinites. Le principe est de la poser en faisant un "8" autour de l'articulation : découper à sec la longueur voulue, ranger le reste dans un placard à l'abri de l'humidité, puis mouiller la bande découpée pour la poser sur l'articulation traumatisée. Attention, ça tache (mettre dessus un vêtement qui ne craigne pas). Une fois sèche, elle sert même d'attelle.

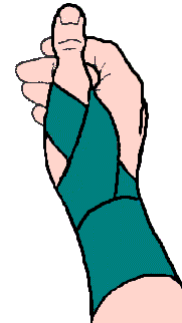
Pour une cheville : le croisement du "8" sera sur la cheville



Pour un genou : il faut 2 bandes, dont le croisement des "8" se trouvera de chaque côté de la rotule



Pour un pouce ou un poignet : le croisement du "8" sera sur le dos du pouce



Les changer régulièrement (max. 12h).

Bien penser à les retirer sous l'eau, pour éviter une épilation gratuite!!!