

Comment traiter la couperose

La couperose est une manifestation clinique de la dilatation des vaisseaux du visage et peut évoluer vers la Rosacée qui est inflammatoire.

Au Quotidien avec Hydrolat d'Hamamélis

- **Nettoyage du Visage** : Utilisez l'**hydrolat d'Hamamélis** pour nettoyer votre visage chaque matin et soir.

Le Week-End avec Hydrolat de Matricaire

- **Soin de la Peau** : Remplacez l'hydrolat d'hamamélis par de l'**hydrolat de Matricaire**.
- **Hydratation** : Après l'application de l'hydrolat et sur peau encore humide, mettez de l'**huile végétale de Calophylle** pour ses effets sur la microcirculation.

En Cas de Besoin avec Émulsion Décongestionnante

- **Préparation** : Dans un flacon-pompe de 100 ml, mélangez **20 ml d'huile végétale de Calophylle**, **20 ml d'hydrolat d'Hamamélis** et **40 ml d'hydrolat de Menthe Poivrée**.
- **Utilisation** : Agitez le flacon avant de brumiser sur le visage et massez délicatement pour limiter les rougeurs.
- **Propriétés** : La **Menthe Poivrée** diminue le rougissement grâce à son effet rafraîchissant.

Conseils Complémentaires

- **Température** : Évitez les grands écarts de température pour réduire les rougeurs.
- **Alimentation** : Soyez attentif à la consommation d'alcool, d'aliments ou boissons chauds et de certaines épices qui peuvent intensifier les rougeurs de la peau.

Les protocoles proposés n'ont **pas de contre-indications particulières**, même sur une période prolongée, car c'est un usage cosmétique tout à fait classique.

Cette fiche conseil est à adapter selon selon votre appréciation de professionnel de santé.



