

## Quel traitement visage contre la rosacée et les rougeurs?

La rosacée est le premier stade de la couperose. Il est crucial de détecter et traiter correctement ces problèmes cutanés pour stopper leur progression. Utilisez une crème solaire indice 50 pour protéger votre peau du soleil.

## Routine Matinale Quotidienne

- **Préparation du Flacon** : Dans un flacon de 50 ml, combinez **25 ml d'hydrolat d'Hamamélis** avec **2 pressions de macérât de Calendula** et **2 gouttes d'HE d'Hélichryse**.
- **Utilisation** : Agitez le flacon avant chaque utilisation et brumisez votre visage **matin et soir**.

## Variante avec HE de Cyprès ou HE de Lentisque Pistachier

- **Substitution** : Remplacez l'HE d'Hélichryse par l'**HE de Cyprès** (non recommandée pour les personnes souffrant de maladies hormonodépendantes) ou l'**HE de Lentisque Pistachier** selon vos préférences.

## Soin Hebdomadaire avec Masque à l'Argile

- **Préparation du Masque** : Mélangez **3 cuillères à soupe d'argile rose ou blanche** avec de l'**hydrolat d'Hélichryse** ou d'**Hamamélis** dans un bol.
- **Application** : À l'aide d'un pinceau cosmétique, appliquez le masque sur votre visage.
- **Temps de Pose** : Laissez agir pendant **10 minutes**, réhumidifiez le masque en cours de pose en brumisant de l'hydrolat.

Ce protocole offre une routine de soin pour le visage, combinant les propriétés apaisantes et régénératrices des hydrolats d'Hamamélis et d'Hélichryse, ainsi que l'effet bénéfique des macérâts et des huiles essentielles sélectionnées. L'inclusion d'un masque à l'argile hebdomadaire complète ce soin en profondeur.

**Il est possible d'adapter le protocole selon votre appréciation de professionnel de santé.**

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

