

Les serviettes postpartum cicatrisantes

Ce dont tu as besoin

- Serviettes postpartum
- D'hydrolat d'Hamamelis
- Gel d'Aloe Vera
- Huile essentielle de lavande
- Des sacs de congélation

Préparation

- Enlever la serviette de son emballage
- Verser le gel d'aloé Vera sur toute la longueur de la serviette.
- Faire de même avec l'Hamamélis
- Ajouter quelques gouttes d'Huile essentielle de lavande.
- Bien étaler le tout à l'aide d'une spatule ou une cuillère.
- Replier la serviette et la mettre dans le sac de congélation.
- Prévoir une trentaine de serviette
- Une fois que les serviettes sont prêtes les placer au congélateur.

Bienfaits :

- L'Hamamelis : Réduit l'inflammation et l'irritation
- L' Aloe Vera : Soulage la douleur adouci la sensation de brûlure, aide à cicatriser.
- L'huile essentielle de lavande : Aide à cicatriser et soulage la douleur.

Utilisation :

- Tu peux utiliser ces serviettes dès les premiers jours. En les transportant à la maternité dans un sac congélation ou en demandant à la maternité de te les conserver dans un congélateur.
- - Une fois que tu souhaites utiliser ces serviettes. Sors en une du congélateur et laisse la à température ambiante pendant 5 minutes avant de l'utiliser.