

③ "Avant d'utiliser cette huile essentielle pose une goutte dans le pli de ton coude. Attends la nuit et si demain tout est normal tu pourras commencer ton traitement dès le soir.

Pour le traitement dilue quelques gouttes dans de l'huile végétale pour que ça soit moins irritant. ensuite tu inhaleras 3 fois par jour matin / midi / soir et tu verseras quelques gouttes sur ton cheminier tout au long de la journée pour le respirer longtemps le soir tu peux en mettre sur ton oreiller.

Une fois que tu respies bien de nouveau tu peux baisser la dose et arrêter les inhalations puis les gouttes petit à petit.

En cas d'effet indésirable, d'irritations, de convulsions ou d'allergies suit bien mes conseils :

en cas d'irritation arrête tout de suite les gouttes et met un baume réparateur sur l'endroit irrité

si ça persiste prend rendez-vous chez ton médecin.

en cas de convulsions ou d'allergies similaires forte consulte ton médecin !

Précaution : pop à risque!

Les Dox ensemble.