

# Compresse de lin dorso lombaire

Référence 08377



Prix du produit :

**19,99 € taxe inclu**

Description brève du produit :

Cette **compresse de lin dorso-lombaire** est conçue pour soulager efficacement les douleurs musculaires du dos, notamment au niveau des lombaires.

Description du produit :

La **compresse de lin dorso-lombaire** est un moyen naturel, efficace et économique de soulager les douleurs lombaires.

Fonctionnement :

- **Thérapie par la chaleur** : La chaleur étend les muscles, améliore la circulation sanguine et soulage la douleur. Les graines de lin retiennent la chaleur et la diffusent de manière progressive et homogène, procurant un soulagement relaxant des tensions musculaires et des douleurs lombaires.
- **Thérapie par le froid** : Le froid réduit l'inflammation et atténue la douleur, notamment en cas de lombalgie, d'entorses, de foulures et de contusions.

Utilisation:

- **Thérapie par la chaleur** :
  - Humidifiez légèrement la compresse si nécessaire.
  - Placez la compresse au micro-ondes pendant 2 à 3 minutes à puissance moyenne.
  - Vérifiez la température avant de l'appliquer sur la peau.
- **Thérapie par le froid**:
  - Placez la compresse au congélateur pendant au moins 30 minutes.

- Enveloppez la compresse dans une serviette fine avant de l'appliquer sur la peau.