

Baume San Huang San

Soin apaisant pour la peau irritée, échauffée ou marquée par un petit choc

• Présentation & bienfaits globaux

Ce baume marie cinq plantes utilisées depuis longtemps en médecine chinoise pour calmer les inflammations et apaiser la peau, à une base naturelle et nourrissante composée de beurre de karité, de cire d'abeille et d'huile d'olive.

Cette base grasse a un double rôle : elle permet de capter et de conserver les principes actifs des plantes, tout en offrant une texture agréable, fondante et facile à appliquer.

Dans l'ensemble, ce baume est pensé comme un soin apaisant pour les peaux irritées ou sensibles, et pour aider la peau à mieux récupérer après une brûlure, un petit choc ou un bleu. C'est un geste de soin complémentaire, à appliquer localement, qui ne remplace bien sûr pas un avis médical si la peau présente une plaie étendue, une infection ou un problème qui persiste.

• La base nourrissante

Beurre de karité

Un grand classique du soin de la peau : riche et nourrissant, il protège, adoucit et aide la peau à rester souple.

Cire d'abeille

C'est elle qui donne au baume sa texture solide. Elle forme aussi un léger film protecteur qui aide la peau à ne pas se dessécher.

Huile d'olive

Elle sert de support pour bien infuser les plantes, tout en apportant elle-même des qualités adoucissantes et protectrices bien connues pour la peau.

• Exemples d'utilisation

- Peau irritée, échauffée ou qui démange (rougeurs, petites irritations passagères)
- Petits bleus ou bosses après un choc léger
- Peau sensible, qui a tendance à réagir ou à « chauffer » facilement, tant qu'elle n'est pas ouverte ou blessée
- En soin d'appoint, pour apaiser et nourrir une zone localisée de la peau au quotidien

• Les 5 plantes de médecine chinoise

Huangbai (*Cortex Phellodendri*)

Cette écorce est traditionnellement utilisée pour rafraîchir et assainir la peau. Elle est particulièrement appréciée sur les peaux irritées ou qui démangent.

Huangqin (*Radix Scutellariae*)

Cette racine a des vertus apaisantes et rafraîchissantes reconnues de longue date. Elle aide à calmer les peaux échauffées, sensibles ou qui réagissent facilement.

Dahuang (*Radix et Rhizoma Rhei*)

Cette racine, utilisée depuis des siècles, est réputée pour son action apaisante sur les rougeurs et les zones de peau localement inflammées.

Zhizi (*Fructus Gardeniae*)

Ce petit fruit est traditionnellement utilisé en cataplasme pour aider la peau à mieux résorber les bleus, les gonflements et les petits chocs.

Yujin (*Radix Curcumae*)

Cousine du curcuma, cette racine est connue pour favoriser la circulation locale. Elle est utile pour accompagner la disparition des marques et bleus laissés par un petit traumatisme.

• Précautions d'usage

- Ce baume est fait pour un usage externe uniquement : il ne doit pas être avalé.
- Évitez le contour des yeux, les muqueuses ainsi que les plaies ouvertes ou infectées.
- Pendant la grossesse, l'allaitement, ou pour les jeunes enfants, mieux vaut demander un avis avant utilisation.
- Avant la première utilisation, faites un petit test dans le pli du coude et attendez 24 à 48 h pour vérifier que la peau le tolère bien.
- En cas de blessure sur la peau, demandez conseil avant d'appliquer le baume.
- Si une rougeur ou une gêne apparaît, arrêtez l'application et consultez si nécessaire.

• Conservation

Conservez le baume à l'abri de la lumière et de la chaleur, hors de portée des enfants.