

SCALDACOLLO DI SEMI E LAVANDA



Cuscino scaldacollo riempito con semi di avena, sale grosso e fiori di lavanda del nostro giardino.

L'impiego più noto dei cuscini con semi è nelle terapie del caldo per il suo effetto rilassante. Dunque lo scaldacollo sarà utilissimo nel trattamento di dolori articolari, torcicollo, dolori cervicali, crampi addominali, cefalee da tensione, contratture dovute a posture scorrette, alle troppe ore trascorse davanti al computer o alla guida dell'auto ma anche per alleviare nervosismo, stress, stanchezza.

Lo scaldacollo garantisce un calore secco, di lunga durata e che non produce scottature o bruciature: basta riscaldare il sacchetto per 1 minuto nel microonde o ancora più semplicemente appoggiarlo per un po' sul calorifero.

Il cuscino è ottimo anche nelle terapie del freddo perché riesce a trattenere bene il freddo tanto quanto il calore. Basta introdurre il cuscino per un paio di ore nel freezer, inserendolo in un sacchetto di nylon per evitare che il tessuto si bagni, ed è pronto per offrire le sue proprietà benefiche.

Freddo può essere usato in caso di distorsioni, ematomi, stiramenti, contusioni, gonfiore, dolori muscolari, punture d'insetti, vene varicose e mal di denti.

È quindi un perfetto sostituto della borsa del ghiaccio anche per essere impiegato contro i colpi di calore e per combattere il caldo torrido dell'estate.

Quando si scalda nel microonde, è opportuno mettere sul piatto anche una tazzina con un po' di acqua per evitare di surriscaldare e rovinare il tessuto.

Poiché il cuscino non si può lavare, vi consigliamo di inserirlo prima dell'uso in un calzettone di cotone a cui avrete tagliato la punta del piede.