

Objectif Ongles Sains : Votre calendrier de suivi biquotidien

Protocole d'application quotidien

- Nettoyez et séchez soigneusement l'ongle infecté avant chaque application.
- Appliquez 1 à 2 gouttes du mélange d'huiles essentielles sur l'ongle et le pourtour (cuticules).
- Massez délicatement pour favoriser la pénétration du produit.
- Laissez sécher à l'air libre pendant 5 minutes avant de mettre des chaussettes.
- Répétez l'opération rigoureusement matin et soir, sans exception.

Précautions essentielles

- Effectuez un test cutané dans le pli du coude 48h avant la première utilisation.
- Ne jamais appliquer d'huiles essentielles pures sur une peau lésée ou irritée.
- Lavez-vous les mains après chaque application pour éviter tout contact avec les yeux ou les muqueuses.
- Conservez vos flacons à l'abri de la lumière et de la chaleur.
- En cas de rougeur ou de sensation de brûlure, stoppez immédiatement l'application et consultez un professionnel.

Calendrier de suivi mensuel (Janvier à Décembre)

- Mois 1-3 : Phase d'attaque. Cochez chaque case matin et soir pour ancrer l'habitude.
- Mois 4-6 : Phase de stabilisation. Observez la repousse de l'ongle sain à la base.
- Mois 7-9 : Phase de consolidation. Ne relâchez pas vos efforts même si l'aspect s'améliore.
- Mois 10-12 : Phase finale. Vérifiez l'absence totale de zone décolorée ou épaissie.
- Notez chaque mois : 'État de la repousse', 'Couleur de l'ongle', 'Sensibilité'.

Indicateurs de progression

- La zone infectée (jaunâtre ou blanchâtre) diminue progressivement vers le bord libre de l'ongle.
- L'épaisseur de l'ongle redevient normale et moins friable.
- La peau autour de l'ongle ne présente plus de rougeurs ni de desquamation.
- La repousse à la base de l'ongle est lisse, brillante et de couleur naturelle.