

The background of the image is a blurred, close-up photograph of hands, likely belonging to a person, in shades of blue and purple. The hands are positioned in a way that suggests they are being washed or treated, which is consistent with the 'Hand Technique' theme of the text.

aromatouch[®]
**TECHNIQUE DES
MAINS**

**La technique AromaTouch des mains
est une application d'huile essentielle
appliquée sur la main qui procure une
expérience simple et percutante.**

Pourquoi?

- 1** Prend entre 5 et 8 minutes pour masser les deux mains
- 2** Peut répondre aux besoins de la personne
- 3** Moyen très facile de partager les huiles essentielles

Étude

AROMATOUCHE

Technique

des mains

Huiles soumises à l'étude

Deep blue

&

Copaiba



Raison de l'étude

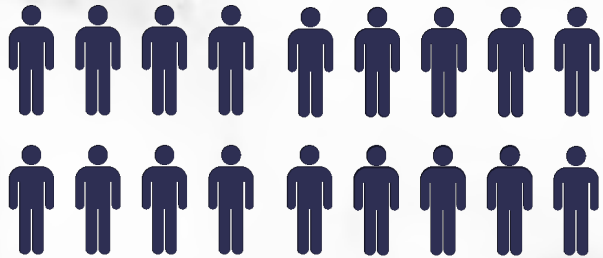


Ces deux huiles peuvent-elles améliorer le fonctionnement des mains chez les personnes ayant des problèmes inflammatoires ?

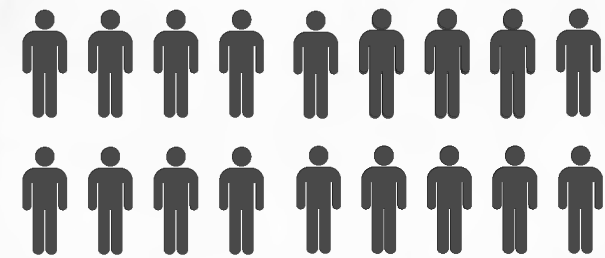


Conditions de l'étude

┌ 36 Participants au total ─



½ Aromatouch des mains avec C+DB



½ Aromatouch des mains avec du Placebo

Chaque participant reçoit l'Aromatouch des mains 2 x par jour pendant 5 jours d'affilés.

Les mesures sont effectuées avant le premier et après le dernier Aromatouch des mains

Résultats observés



À la fin de la période d'essai de cinq jours, tous les participants ont été réévalués à l'aide du même questionnaire et des mêmes tests fonctionnels.

Les participants du groupe de traitement ont signalé des améliorations cliniquement pertinentes des paramètres évalués sur le questionnaire et une progression statistiquement significative des tests fonctionnels par rapport au groupe témoin, fournissant une preuve solide de l'efficacité de Deep Blue Soothing Blend et de Copaiba, ainsi que de la méthode d'application brevetée ATHT.

Aromatouch des mains

Etape par étape

Étape 1 Introduction des huiles

1 Appliquez 1 à 3 gouttes d'huile essentielle de votre choix dans la paume de la main de la personne.



2 Étalez l'huile essentielle sur toute la paume de la main ainsi que sur les doigts aussi uniformément que possible.



3 Retournez la main et avec les pouces lissez le dessus de la main de l'intérieur vers l'extérieur du poignet à la base des doigts

Étape 1 Introduction des huiles



Étape 2

Zones de la main à travailler

1

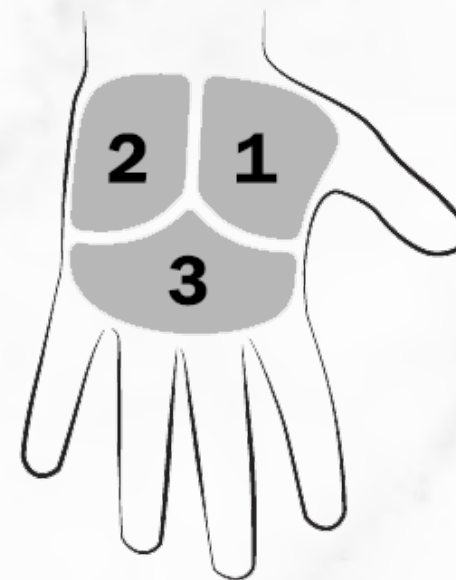
Retournez la main de la personne, paume vers le haut tout en gardant le contact

2

Utilisez vos pouces pour travailler méthodiquement chacune des trois zones en réalisant des mouvements circulaires, les pouces s'éloignant l'un de l'autre. Commencez par la zone 1 en exerçant une pression moyenne.

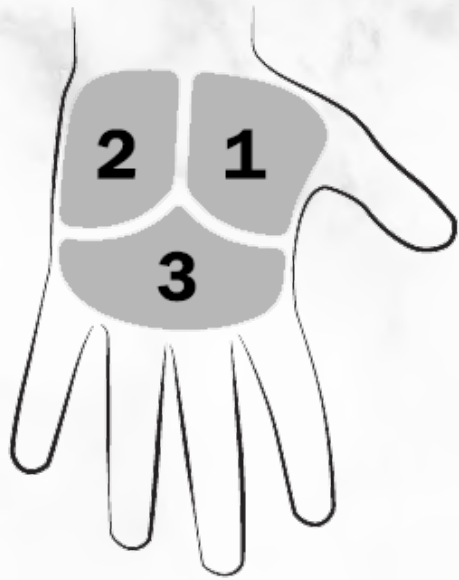
3

Effectuez le mouvement sur chaque zone pendant 15 à 30s par zone



Étape 2

Zones de la main à travailler



Étape 3

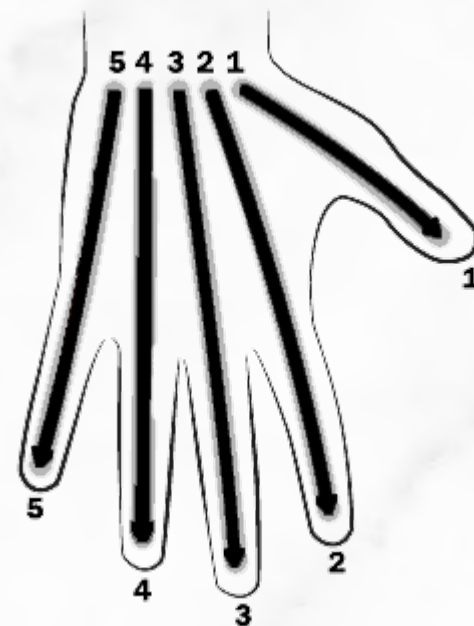
Zones d'activation des points

1

Utilisez vos pouces pour travailler chacune des cinq zones de la main. En commençant par la zone 1, placez vos pouces sur le dessus de la main de la personne que vous massez, Près du poignet, et déplacez les pouces en les alternant tout le long de la zone 1 jusqu'au bout des doigts

2

Répétez la procédure pour les 5 zones, trois fois par zone

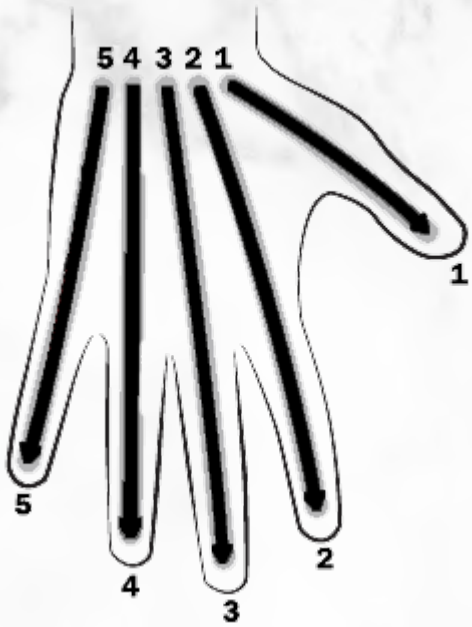


Conseil :

Pour cette étape, utilisez un pouce comme pouce « maître » et l'autre comme pouce « secondaire ». Assurez-vous que le pouce « secondaire » se trouve toujours derrière le pouce « maître »

Étape 3

Zones d'activation des points



Étape 4

Zones du dessus de la main à lisser

1

Dans une main, prenez la main (paume vers le haut) de la personne que vous massez. Avec l'autre main, utilisez vos pouces et index pour pincer légèrement la peau entre chaque doigt et l'étirer en direction du bout des doigts

2

Répétez ce mouvement trois fois entre chaque doigt avant de passer à l'autre main



Étape 4

*Zones du dessus de
la main à lisser*



Pour pratiquer l'aromatouch
des mains

Trouvez un partenaire



aromatouch®
HAND TECHNIQUE