

Le 14 juillet c'est le jour des brûlures... Flambeau, pétards, barbeuk... bref, un jour idéal pour se faire rôtir une main au soleil...

Il n'existe pas de remèdes miracle pour soigner les brûlures (supérficielles, pour les brûlures graves c'est les urgences directes!). Mais vous pouvez appliquer dans un premier temps, une règle toute simple testée et approuvée maintes fois (j'ai travaillé le verre et me suis brûlé tous les doigts...)



La règle des trois 15

15 minutes sous un jet d'eau à **15°C** (température moyenne de l'eau froide du robinet), la brûlure placée à **15 cm** du jet. En plus de soulager, cette action permet de stopper le processus de destruction des tissus de la peau.

Mais n'oubliez pas, rien ne vaut la prévention!