



Gratte-langue
Mode d'emploi

Nous aimerions connaître votre avis

Chez Arista, nous nous efforçons de fournir la meilleure qualité de produits naturels provenant de la médecine ayurvédique.

Afin d'améliorer continuellement notre service, votre opinion est importante pour nous. En outre, en rédigeant une évaluation, vous pouvez aider d'autres personnes qui cherchent également un gratte langue.

Pourriez-vous prendre une petite minute pour partager votre opinion sur le gratte langue ?

[Cliquez ici pour écrire une évaluation](#)

Si vous avez d'autres questions sur le produit, n'hésitez pas à nous contacter.

[Cliquez ici pour nous envoyer un message](#)

10% de remise sur votre prochain achat

Pour vous remercier de votre achat, nous vous offrons une remise de 10% sur votre prochaine commande.

Veillez trouver utilisez ce code promotionnel pour bénéficier des 10% de réduction : ARISTA10

Utilisez le code promo lors de la dernière étape du processus de paiement sur Amazon.

Vous pouvez accéder aux produits en promo en cliquant sur l'image ci-dessous.



TABLE DES MATIÈRES

- Instructions
- La philosophie de l'Ayurveda
- Le gratte-langue
- Les propriétés naturelles du cuivre
- Décoloration et nettoyage
- Clause de non-responsabilité

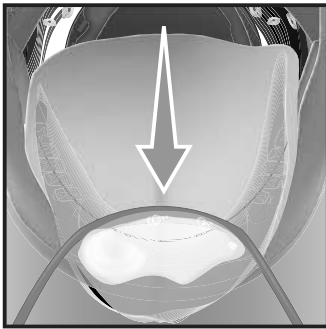


Instructions de stérilisation

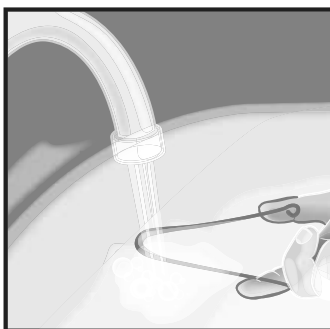
Le gratte-langue est fourni propre. Cependant, si vous désirez stériliser votre gratte-langue, immergez-le simplement dans de l'eau bouillante pendant 5 minutes. Retirez-le avec précaution et laissez-le refroidir avant usage. Séchez-le soigneusement pour éviter l'oxydation.

Instructions d'utilisation

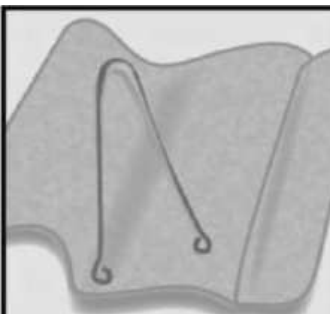
Le gratte-langue en cuivre est utilisé pour enlever la couche blanche présente sur la langue. Il est préférable d'utiliser le gratte-langue immédiatement après le réveil. Comme le corps se détoxique pendant la nuit, un grand nombre de toxines sont évacuées par la langue.



Commencez à partir de l'arrière de votre langue et grattez progressivement vers l'avant de votre langue. Répétez autant que nécessaire.



Rincer abondamment pour enlever le phlegme recueilli.



Séchez le gratte-langue en cuivre avec une serviette. L'eau va oxyder le cuivre et laisser des taches si vous ne le séchez pas.

La philosophie de l'Ayurveda

Des milliers d'années avant l'apparition de la médecine moderne, les sages hindous développaient l'Ayurveda. Plus qu'un moyen de traiter les maladies, l'Ayurveda constitue une « science de la vie ». Il reste encore de nos jours l'une des philosophies d'harmonie entre le corps et l'esprit les plus sophistiquées et les plus puissantes.

L'Ayurveda prône le pouvoir de l'esprit pour guérir le corps, embrassant parfaitement la maxime « un esprit sain dans un corps sain ».

Chaque événement qui se produit dans l'esprit se répercute sur le corps. L'amour, la paix, la bienveillance et la compassion se reflètent sur l'état du corps. Il en est de même pour les pensées négatives.

Ainsi, un déséquilibre dans l'harmonie entre le corps et l'esprit est souvent à l'origine d'une maladie. En restaurant l'équilibre, on rétablit l'harmonie pour un corps et un esprit sains.



Le gratte-langue

Aujourd'hui, l'hygiène bucco-dentaire se concentre principalement sur les dents, qui ne représentent pourtant que 10% de la bouche. Notre bouche est une fenêtre sur la santé de notre corps et doit donc être parfaitement entretenue. C'est aussi une partie de notre corps qui est constamment sollicitée. Nous nous en servons pour respirer, pour parler et pour manger. Une bouche saine est essentielle pour notre bien-être général.

Se nettoyer la langue en la grattant est une pratique quotidienne dans la philosophie ayurvédique. L'utilisation d'un gratte-langue chaque jour aide votre corps à éliminer les toxines qui se sont accumulées dans votre bouche tout au long de la nuit, et vous permet de commencer votre journée avec une sensation de propreté et de fraîcheur.

La médecine ayurvédique nous apprend également que l'élimination des toxines améliore les capacités gustatives. En améliorant le sens du goût, nous mangeons moins et nous avons moins tendance à rajouter du sucre, du sel ou des épices à la nourriture pour la rendre plus goûteuse.

Lorsque nous mangeons, les récepteurs sur notre langue transmettent les informations sur les aliments. Les toxines qui s'accumulent dans la bouche peuvent contrecarrer ces signaux. En éliminant la couche de toxines qui recouvre la langue, nous favorisons la communion entre la nourriture que nous ingérons et notre corps.



Les avantages de l'utilisation d'un gratte-langue

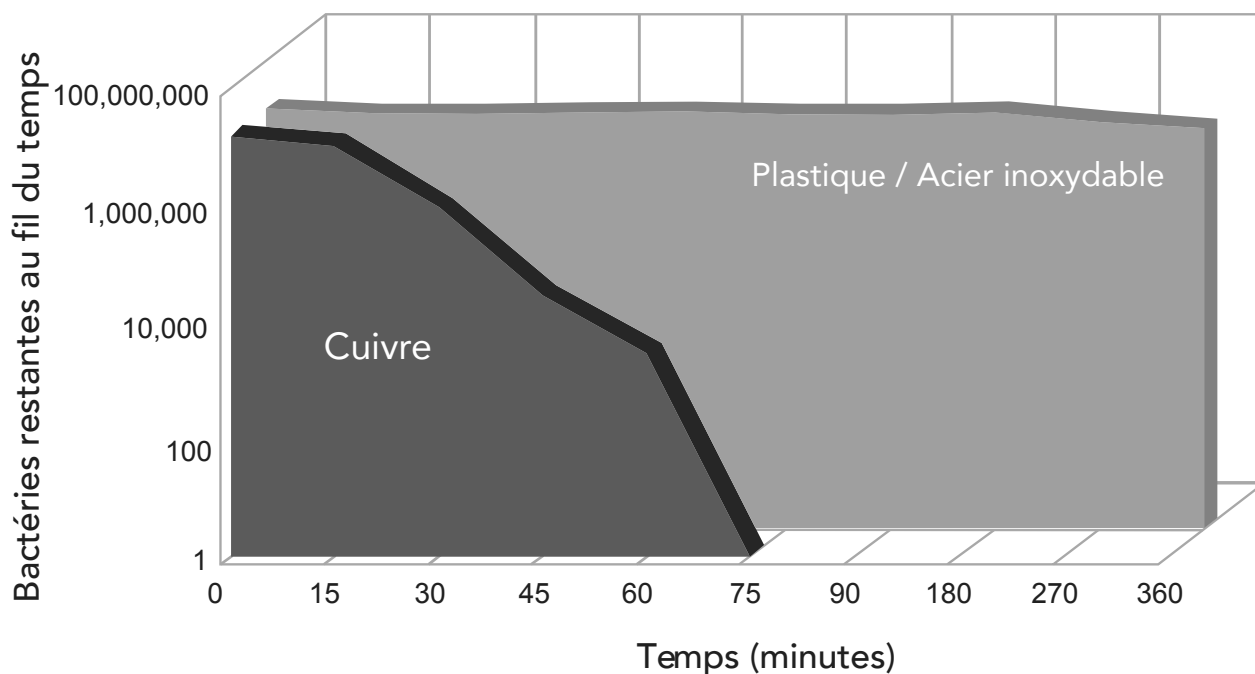
- Il élimine les toxines et les bactéries sur la langue.
- Il enlève la couche qui se dépose sur la langue et provoque la mauvaise haleine.
- Il permet d'éliminer les restes de nourriture non digérée sur la langue.
- Il améliore les capacités gustatives.
- Il contribue à une bonne hygiène bucco-dentaire et digestive.
- Il stimule les organes internes en douceur en les massant.
- Il vous procure une meilleure conscience de votre état de santé.
- Il stimule les capacités digestives.



Les propriétés naturelles du cuivre

Le cuivre est un oligoélément essentiel à la bonne santé de l'être humain. Ses caractéristiques naturelles lui confèrent des propriétés antibactériennes. En effet, il a été démontré que certains alliages de cuivre détruisent plus de 99.9% des bactéries pathogènes en moins de deux heures. En conséquence, avec un entretien régulier, votre gratte-langue en cuivre sera toujours plus propre que des ustensiles similaires en plastique ou en acier.

Dans le contexte de l'hygiène bucco-dentaire, le cuivre possède de nombreux avantages. Par exemple, les ions du cuivre se lient aux composés soufrés volatils présents sur la langue. Ce sont ces composés qui causent la mauvaise haleine, donc un gratte-langue en cuivre est beaucoup plus efficace pour vous garantir durablement une haleine fraîche.



Source: Grass, G., Rensing, C., & Solioz, M. (2010). Metallic Copper as an Antimicrobial Surface. *Applied and Environmental Microbiology*, 77(5), 1541-1547.

Décoloration et nettoyage

Puisque le cuivre est un alliage, il change de couleur lorsqu'il est exposé à d'autres éléments. C'est la patine, une fine couche qui se forme naturellement en raison du processus d'oxydation.

Lorsque le cuivre est exposé à l'air, une patine sombre se forme à sa surface. S'il est exposé à l'eau, il se forme un dépôt gris-bleu de vert-de-gris. Cette décoloration est parfaitement naturelle et n'affecte en aucune manière l'efficacité du produit ni les propriétés antibactériennes du cuivre.

Cependant, si vous désirez que votre gratte-langue reste comme neuf au fil du temps, suivez simplement ces quelques étapes pour lui rendre sa couleur d'origine :

- Mélangez une cuillère à soupe de sel dans une tasse (240 ml) de vinaigre blanc.
- Ajoutez de la farine pour obtenir une pâte. Mélangez soigneusement.
- Appliquez la pâte sur les parties ternies.
- Laissez agir entre 15 et 30 minutes.
- Rincez à l'eau tiède et polissez.

On peut remplacer le sel et le vinaigre par un mélange de jus de citron et de bicarbonate de soude.

Clause de non-responsabilité

Il est vivement recommandé de s'assurer que le produit ne présente pas de traces d'usure ou de défauts avant de l'utiliser. Si vous remarquez quelque défaut que ce soit, n'utilisez pas le produit. Si vous ressentez une quelconque gêne en utilisant l'un des produits de la gamme Arista, ou en suivant l'une des recommandations du présent mode d'emploi, cessez immédiatement de l'utiliser.

Les informations fournies dans ce mode d'emploi sont d'ordre général et ne sauraient en aucune façon se substituer à une opinion médicale ou au traitement d'une maladie spécifique. Lesdites informations ne sauraient être considérées comme exhaustives et ne peuvent en aucun cas remplacer la consultation de votre médecin traitant ou de tout autre professionnel de santé.

Vous devez obligatoirement consulter votre médecin traitant avant d'utiliser les produits Arista, ou tout autre produit de santé.

En outre, les produits Arista sont destinés à des individus en bonne santé de 18 ans et plus.

Nous ne recommandons pas l'autogestion des problèmes de santé. Les informations obtenues via nos services ne sauraient être considérées comme exhaustives. Nos produits ne sont pas destinés à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir quelque maladie que ce soit.

En cas de question au sujet de votre santé, référez-vous à votre médecin traitant ou à tout autre professionnel de santé. Les informations fournies par ce mode d'emploi ne prévalent en aucun cas sur un avis médical.

Brolutions ne saurait être tenu responsable en quelque circonstance que ce soit des dommages ou blessures directs ou indirects liés à l'utilisation de ce produit. Si vous avez quelque question que ce soit, veuillez nous contacter (info@brolutions.eu). Nous serons heureux de vous aider.