

Scôté/ Santé

Le magazine de la santé au féminin

37 PAGES
D'INFOS
SANTÉ !

MARCHE NORDIQUE

En route pour la forme !

Beauté

- **MES FESSES**
en (beaucoup) mieux

Les embellir sans chirurgie

- Coup de gomme
sur les **TACHES**

Médecine

- **TROUBLES DIGESTIFS**

Comment les soulager

- **AIDES AUDITIVES ET IA**

Entendre mieux qu'avant ?

- **ASTHME**

Le garder sous contrôle

**Mes plantes
anti-fatigue**

**STOP AUX
POUX !**

6 solutions pour
MIEUX DORMIR

COUPES MENSTRUELLES

Guide d'achat et mode d'emploi

**CES CHAMPIGNONS
QUI SOIGNENT**

Le boom de la
mycothérapie !

Minceur

**LA MÉTHODE
ANTI-RÉGIMES !**

**Vive les bienfaits
de l'alimentation intuitive**

CPPAP

L 13982 - 161 - F: 3,90 € - RD



6 soins d'hygiène intime à adopter sans hésiter !

L'hygiène intime connaît une révolution pour réguler, équilibrer et préserver votre microbiome local. Sélection de soins sains et protecteurs pour une routine intime en toute sécurité.

A.-L. G.

1. Frais

Sa texture gel et sa formule douce à base d'extrait de bardane contribuent à apaiser les irritations et les démangeaisons. Il apporte immédiatement une sensation de fraîcheur et de confort et est conçu pour neutraliser les odeurs désagréables occasionnelles tout en garantissant une intimité apaisée et protégée. À adopter au quotidien pour une hygiène irréprochable. Soin lavant fraîcheur, Saforelle, 3,90 €/100 ml, saforelle.com

2. Hydratant

Enrichi en extraits de calendula, de mauve et d'aloë vera, il nettoie en douceur et apaise immédiatement les sensations d'inconfort au niveau des muqueuses. Sa texture gel libère une délicate mousse au parfum floral qui limite les mauvaises odeurs et laisse une véritable sensation de fraîcheur tout au long de la journée. Gel Hygiène Intime Bio, Body Nature, 17,95 €/éco-recharge de 500 ml, body-nature.com

3. Bio

La formule douce certifiée bio de ce soin contient de la propolis protectrice, du tea tree purifiant et des eaux florales adoucissantes de camomille, de fleur d'oranger et de mélisse. Son pH physiologique contribue à apaiser les irritations, évite le dessèchement de la peau et garantit une sensation de fraîcheur et de confort. Gel lavant intime doux, Propolia, 15,90 €/200 ml, propolia.com et en magasins bio.



4. Doux

À la mauve, au calendula et à l'aloë vera, ce soin lavant doux préserve la flore intime et respecte l'équilibre des muqueuses. Son plus : une formule biodégradable, haute tolérance, sans allergènes, sans savon ni sulfates, qui permet une hygiène optimale tout en préservant l'équilibre et la sensibilité de la flore intime. Testé sous contrôle gynécologique.

Gel hygiène intime, Fleurance Nature, 9,50 €/200 ml, fleurancenature.fr

5. Apaisant

À base d'aloë vera 100 % naturel, agent hydratant et apaisant, ce gel lavant intime nettoie en douceur, préserve l'équilibre de la flore intime et respecte les muqueuses. Son action hydratante aide à maintenir l'équilibre cutané, à renforcer la barrière protectrice de la peau, à soulager les irritations et à réduire les rougeurs des peaux sensibles.

Gel Lavant Intime Extra-doux Apaisant Peaux sensibles Calm V+, Laboratoires Vendôme, 4,90 €/200 ml, laboratoiresvendome.fr

6. Réconfortant

À base d'eau et certifié bio, ce gel intime n'est pas un soin lavant, mais il hydrate, stimule, renforce et apaise la zone intime, tout en activant le processus de lubrification naturelle à l'aide de l'extrait breveté de muguet bleu. Il convient à toutes les femmes souffrant de sécheresse ou d'inconfort et/ou de douleurs vulvaires et de sécheresse vulvo-vaginale.

(My) Gel intime hydratant rééquilibrant, Miyé, 23 €/50 ml, miye.care

