

## Utiliser un shampoing adapté en cas de pellicules - Fiche conseil

---

En cas de poussée de pellicules, commencez par un traitement d'attaque de **4 semaines** ainsi conçu :

- appliquez le shampoing 3 fois par semaine,
- respectez un temps de pose de 3 à 5 minutes avant de rincer.

Après amélioration des symptômes, poursuivez un traitement **d'entretien** pour diminuer le nombre de poussées :

- appliquez le shampoing 1 fois par semaine. En cas de dessèchement important des cheveux, appliquez le shampoing 1 fois toutes les 2 semaines.
  - en dehors des jours d'application, utilisez un shampoing doux.
-