

## Epsom Salt Soaks Instructions

1. Fill glass or bowl with water as hot as you can without burning yourself.
2. Add Epsom salts (follow directions on container).
3. Soak finger or hand for 10 minutes, 3 to 4 times per day.
4. Dry finger or hand thoroughly and re-apply dressings.

## (La Sal de Epsom Remoja)

1. Llène un vaso con agua caliente (no muy caliente que se pueda quemar).
2. Héchele Sal de Epsom en la vaso con agua caliente (siga las direcciones en la caja de la Sal de Epsom).
3. Remoje el dedo o mano en la solución por 10 minutos, 3 a 4 veces al día.
4. Seque el dedo o mano y aplique vendas nuevas.

