

USAGES DES HUILES ESSENTIELLES

Huiles essentielles	Propriétés	Indications	Usages
<ul style="list-style-type: none"> • Arbre à thé 	<ul style="list-style-type: none"> • Anti-fongicide • Antibactérienne • Antiseptique • Stimulant immunitaire • Anti-verruce • Fortifiante après opération chirurgicale 	<ul style="list-style-type: none"> • Verrues, furoncles, cors • Mycoses • Herpès • Corne des pieds • Candidas 	<ul style="list-style-type: none"> • Diffusion • Massage • Sur coton tige pure
<ul style="list-style-type: none"> • Anis 	<ul style="list-style-type: none"> • Antispasmodique neuromusculaire • Mimétique des œstrogènes • Stomachique, carminatif, diurétique • Stimulant général 	<ul style="list-style-type: none"> • Aérophagie, colite, gastralgie, indigestion • Ménopause et troubles antérieurs • Problèmes cardiaques • Lombalgies • Fatigue générale 	<ul style="list-style-type: none"> • En applications locales très diluée dans une huile végétale (thorax, dos, localement pour les dermatoses, le long de la colonne vertébrale en cas de fatigue)
<ul style="list-style-type: none"> • Basilic 	<ul style="list-style-type: none"> • Antispasmodique puissante • Revigorante, revitalisante • Tonique du système nerveux, digestif • Anti-inflammatoire, antivirale 	<ul style="list-style-type: none"> • Stress, fatigue, dépression • Insomnie • Nausées, flatulences • Bronchite 	<ul style="list-style-type: none"> • A appliquer sur le plexus solaire pour les troubles digestifs • A appliquer sur la colonne vertébrale en cas de dépression ou fatigue nerveuse. • Huile très puissante, ne pas appliquer pure sur la peau, à diluer dans une huile végétale • Voie orale avec parcimonie
<ul style="list-style-type: none"> • Bergamote 	<ul style="list-style-type: none"> • Antifongique • Cicatrisante • Anti-rhume • Digestive • Diurétique 	<ul style="list-style-type: none"> • Lutte contre un rhume débutant • Acné, eczéma, psoriasis • Crevasses pieds • Répulsif pour insectes • Douleurs menstruelles et intestinales • Cystite • Bronchite, laryngite • Tensions nerveuses 	<ul style="list-style-type: none"> • Inhalations • Diffusion • Massage
<ul style="list-style-type: none"> • Bois de rose 	<ul style="list-style-type: none"> • Régénérante cutanée • Antiseptique • Répulsive insectes • Stimulante de l'immunité 	<ul style="list-style-type: none"> • Mauvaise circulation lymphatique • Système immunitaire faible • Rides • Grippe • Maux de tête liés au stress • Frigidité 	<ul style="list-style-type: none"> • En diffusion • En massage

Huiles essentielles	Propriétés	Indications	Usages
<ul style="list-style-type: none"> • Cannelle feuilles 	<ul style="list-style-type: none"> • Antiseptique • Antifongique • Antivirale • Antiparasitaire • Tonique général • Aphrodisiaque 	<ul style="list-style-type: none"> • Infections intestinales • Cystites • Vermineuses • Impuissance • Somnolence, dépression 	<ul style="list-style-type: none"> • En applications locales très diluée dans une huile végétale • En usage interne, une goutte sur un comprimé neutre ou un sucre ou une tisane (forte) • Diffusion
<ul style="list-style-type: none"> • Cèdre de l'Atlas 	<ul style="list-style-type: none"> • Anti-bactéricide • Insecticide • Astringent doux • Anti-fongique • Décongestionnante 	<ul style="list-style-type: none"> • Psoriasis • Acné, eczéma, psoriasis • Arthrite, rhumatismes • Toux, bronchite, rhume • Insomnies liées au stress 	<ul style="list-style-type: none"> • Massage • Inhalation • Ingestion
<ul style="list-style-type: none"> • Citron 	<ul style="list-style-type: none"> • Renforce l'immunité naturelle • Régule le métabolisme • Tonique du système nerveux • Antiseptique général • Tonique digestif, dépuratif • Maintien de la jeunesse tissulaire 	<ul style="list-style-type: none"> • Fatigue générale • Maladies infectieuses • Obésité, cellulite, drainage lymphatique • Furoncles, verrues, herpès, dartres, ongles cassants, tâches de rousseur, couperose • Désinfection de l'air 	<ul style="list-style-type: none"> • Applications localisées • En massage pour l'amincissement • En diffusion pour la désinfection des locaux • UNE goutte dans les infusions !
<ul style="list-style-type: none"> • Citronnelle 	<ul style="list-style-type: none"> • Répulsive des insectes • Anti-transpirante • Stimulante glandulaire 	<ul style="list-style-type: none"> • Se protéger des insectes • Diminuer la transpiration • Renforcer le fonctionnement des glandes 	<ul style="list-style-type: none"> • En massage • En diffusion
<ul style="list-style-type: none"> • Cyprès 	<ul style="list-style-type: none"> • Décongestionnante veineuse • Lymphatique, prostatique • Rééquilibrante nerveuse • Antitussive, antispasmodique • Régulatrice neurovégétative • Tonifiante vasculaire • Action mimétique aux oestrogènes 	<ul style="list-style-type: none"> • Jambes lourdes, varices, hémorroïdes, ulcères variqueux • Asthénie profonde, • Transpiration excessive • Ménopause • Toux 	<ul style="list-style-type: none"> • En applications locales très diluée dans une huile végétale (thorax pour la toux, sur les jambes pour la circulation...). • Diffusion
<ul style="list-style-type: none"> • Eucalyptus globulus 	<ul style="list-style-type: none"> • Infections respiratoires • Calme la toux et fluidifie les expectorations • Candidoses (candidas albicans) 	<ul style="list-style-type: none"> • En applications locales diluée dans une huile végétale sur le thorax, plexus solaire, nuque, dos.. • En inhalations • Efficace en diffusion atmosphérique 	<ul style="list-style-type: none"> • Inhalation • Diffusion • Massage
<ul style="list-style-type: none"> • Eucalyptus citronné 	<ul style="list-style-type: none"> • Tendinites, courbatures, sciatique • Arthrite, arthrose... • Hypertension • Zona, prurit, vaginites, cystites • Pied d'athlète 	<ul style="list-style-type: none"> • En applications locales • En diffusion • En usage interne, une goutte sur un comprimé neutre ou un sucre ou une tisane (forte) 	<ul style="list-style-type: none"> • Déconseillée aux femmes enceintes les 3 premiers mois • Massage
<ul style="list-style-type: none"> • Hélichryse 	<ul style="list-style-type: none"> • Anti-allergénique • Régénérant tissulaire • Stimulante du système immunitaire • Antidépessive • Anti-inflammatoire 	<ul style="list-style-type: none"> • Dépression • Convalescence • Grippe, bronchite • Grosse fatigue • Allergies • Psoriasis • Rhumatismes 	<ul style="list-style-type: none"> • Inhalation • Diffusion • Massage • Diffusion

EVADÉSSENCE

Laissez la nature prendre soin de vous !

Huiles essentielles	Propriétés	Indications	Usages
<ul style="list-style-type: none"> • Lavande aspic 	<ul style="list-style-type: none"> • Régulatrice du système nerveux • Calmante, sédatrice, antidépressive • Décontractante musculaire • Antiseptique général et pulmonaire • Hypotensive, tonocardiaque • Cicatrisante cutanée et régénératrice • Antalgique remarquable 	<ul style="list-style-type: none"> • Acné, Eczéma, Couperose, psoriasis, prurit... • Plaies, brûlures, piqûres d'insectes, vergetures, escarres... • Troubles du sommeil, nervosité... • Hypertension, tachycardies, palpitations... • Asthme, nausées, migraines... • Rhumatismes... 	<ul style="list-style-type: none"> • Massages, • Diffusion atmosphérique • Frictions localisées • Dans une tisane, sur un comprimé neutre
<ul style="list-style-type: none"> • Lemon-grass 	<ul style="list-style-type: none"> • Vasodilatatrice (augmente le calibre des vaisseaux, la circulation sanguine) • Anti-inflammatoire, • Stimulatrice digestive, • Tonique des tissus • Négativante 	<ul style="list-style-type: none"> • Dystonie neurovégétative, • Troubles digestifs, • Insuffisance hépatique, • Cellulite, • Maladie des artères • Tension nerveuse. 	<ul style="list-style-type: none"> • En massage, • En inhalations, • Par voie interne sur un comprimé neutre, un sucre ou une tisane
<ul style="list-style-type: none"> • Mandarine 	<ul style="list-style-type: none"> • Tonifiante du système nerveux • Sédatrice • Cicatrisante 	<ul style="list-style-type: none"> • Troubles du sommeil • Vergetures, cicatrices 	<ul style="list-style-type: none"> • Massage • Diffusion • Ingestion
<ul style="list-style-type: none"> • Menthe poivrée 	<ul style="list-style-type: none"> • Anti-bactérienne • Tonifiante du système digestif • Décongestionnante • Circulatoire • Analgésique • Insecticide 	<ul style="list-style-type: none"> • Ballonnements • Troubles circulatoires • Refroidissements • Mauvaise haleine • Migraines, maux de tête 	<ul style="list-style-type: none"> • Massage • Diffusion • Ingestion • A éviter en cas de traitement homéopathe
<ul style="list-style-type: none"> • Néroli 	<ul style="list-style-type: none"> • Régénérante cellulaire • Cicatrisante • Circulatoire • Apaisante 	<ul style="list-style-type: none"> • Anxiété • Ménopause • Cicatrices • Vergetures • Crampes musculaires 	<ul style="list-style-type: none"> • Ne pas utiliser pure sur la peau • Diffusion • Ingestion 1g
<ul style="list-style-type: none"> • Niaouli 	<ul style="list-style-type: none"> • Antiseptique • Analgésique • Circulatoire • Stimulante du système immunitaire (+anticorps) 	<ul style="list-style-type: none"> • Furoncles, boutons, verrues • Herpès • Toux, grippe • Virus • Névralgies • Fièvre 	<ul style="list-style-type: none"> • Massage • Inhalation • Application sur les points d'acupuncture
<ul style="list-style-type: none"> • Palmarosa 	<ul style="list-style-type: none"> • Régénérante cellulaire • Remontant naturel • apaisante 	<ul style="list-style-type: none"> • Peau sèche • Peau sébo-squameuse • Anti-rides • Anxiété • Problèmes digestifs 	<ul style="list-style-type: none"> • Diffusion • Massage • Ingestion
<ul style="list-style-type: none"> • Petit grain de Bigarade 	<ul style="list-style-type: none"> • Antiseptique • Tonifiante • Stimulante du système immunitaire • Sédatrice 	<ul style="list-style-type: none"> • Convalescence • Flatulences liées à la nervosité • Sommeil • Peaux et cheveux gras 	<ul style="list-style-type: none"> • Diffusion • Massage • Ingestion
<ul style="list-style-type: none"> • Pin 	<ul style="list-style-type: none"> • Antiseptique • Expectorante • Désodorisante • Tonifiante • Diurétique 	<ul style="list-style-type: none"> • Toux grasse, bronchite, sinusite • Fièvre • Courbatures • Rhumatismes, arthrite • Cystites • Fatigue physique et nerveuse 	<ul style="list-style-type: none"> • Diffusion • Massage • Ingestion • Inhalation

Huiles essentielles	Propriétés	Indications	Usages
<ul style="list-style-type: none"> • Romarin 	<ul style="list-style-type: none"> • Antioxydante • Stimulante nerveuse • Tonifiante des fonctions glandulaires et foie, cœur, vésicule • Analgésique • Circulatoire 	<ul style="list-style-type: none"> • Fatigue • Problèmes digestifs • Courbatures, rhumatismes • Asthme, rhume • Cheveux gras 	<ul style="list-style-type: none"> • Diffusion • Massage • Ingestion • Inhalation
<ul style="list-style-type: none"> • Rose Musquée 	<ul style="list-style-type: none"> • Apaisante • Tonifiante 	<ul style="list-style-type: none"> • Nervosité • Peaux matures 	<ul style="list-style-type: none"> • Diffusion • Massage • Ingestion
<ul style="list-style-type: none"> • Thym 	<ul style="list-style-type: none"> • Antibactérien majeur à large spectre d'action • Régulatrice immunitaire • Tonique général (physique, mental, sexuel) • Antiparasitaire 	<ul style="list-style-type: none"> • Infections respiratoires virales et bactériennes • Parasitoses cutanées et intestinales (ténia, oxyures, ascaris...) • Arthrose, rhumatismes • Asthénies profondes physiques, mentales... • Cystites, leucorrhées, candidoses • Acné, plaies infectées 	<ul style="list-style-type: none"> • En applications locales très diluée dans une huile végétale (thorax, dos, localement pour les dermatoses, le long de la colonne vertébrale en cas de fatigue...) • En usage interne, une goutte sur un comprimé neutre ou un sucre ou une tisane (forte)
<ul style="list-style-type: none"> • Ylang Ylang 	<ul style="list-style-type: none"> • Tranquillisante • Fortifiante • Régulatrice hormonale • Équilibrante 	<ul style="list-style-type: none"> • Hypertension • Ménopause • Peau atone 	<ul style="list-style-type: none"> • Diffusion • Massage • Ingestion