

## Huile essentielle de Géranium

*Pelargonium graveolens*



### Identification

Nom sur étiquette :	Huile essentielle de géranium
Espèce botanique :	Pelargonium graveolens
Famille :	Géraniacées
Partie utilisée :	Rameaux et feuilles
Méthode d'extraction :	Distillation
Origine :	Chine
Principaux constituants :	Géranol, citronellol, linalol, terpinéol, alcool phynyléthylque.
Utilisations :	Massages, inhalations, bains, diffusions et compresses.

### Propriétés en usage externe

- Cicatrisant
- Antiseptique
- Antalgique
- Parasiticide
- Éloigne les moustiques

### Utilisations principales en usage externe

- Engorgement des seins
- Réduit la rétention d'eau, l'œdème et la cellulite
- Plaies, brûlures
- Angines, stomatites, glossites, aphtes
- Ophthalmies
- Névralgies faciales
- Douleurs lombaires
- Dermatoses (dartres, eczéma secs)
- Pédiculose
- Moustiques (pour les éloigner)
- Amincissant

### Modes d'emploi en usage externe

**Massage punctiforme :** Appliquer 3 à 4 gouttes d'huile essentielle pure sur la zone affectée ou à traiter.

**Massage :** Pour obtenir une dilution à 5%, idéale pour les massages, mélanger 5 ml d'huile essentielle à 100 ml d'huile végétale, de gel sans alcool, de crème ou d'émulsion de massage vierge.

**Inhalation :** Appliquer 2 ou 3 gouttes sur un mouchoir et respirer pendant quelques minutes. Arrêter si vous éprouvez la moindre gêne. Renouveler aussi souvent que nécessaire OU Faire bouillir de l'eau, retirer du feu, verser dans un plat, y ajouter quelques gouttes d'huile essentielle, se couvrir la tête d'une serviette et respirer doucement.

**En bain :** Verser 15 gouttes d'huile essentielle pure soit dans l'eau, dans la mousse de bain ou sur une poignée de sel de mer.

**Compresses :** Ajouter quelques gouttes d'huile à un bol d'eau très chaude. Plonger un linge propre dans l'eau. Essorer et placer la compresse sur la région atteinte. Répéter l'opération aussi souvent que nécessaire.

**Diffuseurs d'huiles essentielles :** Ajouter 10 à 15 gouttes dans un diffuseur de votre choix. Durée : 10 à 15 minutes selon la grandeur de la pièce.

### Recommandations et précautions d'emploi



Massage punctiforme



Massage



Inhalation



Bain



Compresse



Diffusion



Femmes enceintes & allaitantes pour les trois premiers mois. À partir du 4e mois, oui mais avec une dilution à 5%.



Enfant de moins de 6 ans

**Attention :** En très grande quantité, il peut irriter les peaux sensibles.

**IMPORTANT :** TENIR HORS DE LA PORTÉE DES ENFANTS ET DES ANIMAUX. TENIR À L'ÉCART DE LA CHALEUR, DES FLAMMES ET DE LA LUMIÈRE. INFLAMMABLE.

**Pour toute information supplémentaire, contacter :**  
1.800.329.1304  
info@cliniquelafontaine.com