

Huile essentielle de Lavande

Lavandula angustifolia



Identification

Nom sur étiquette :	Huile essentielle de Lavande
Espèce botanique :	Lavandula angustifolia
Famille :	Lamiacées
Partie utilisée :	Sommité fleurie
Méthode d'extraction :	Distillation
Origine :	France
Principaux constituants :	Éthers de linalyle et de géranyle, géraniol, linalol, cinéol, d-bornéol, limonène, l-pinène, caryophyllène, éthers butyrique et valériannique, coumarine.
Utilisations :	Massages, inhalations, bains, diffusions, compresses et premiers soins.

Propriétés en usage externe

- Régulateur du système nerveux
- Cicatrisant
- Antiseptique, bactéricide
- Parasiticide, insecticide
- Antivenimeux
- Hyperhémiant
- Anti-inflammatoire tégumentaire
- Antifongique
- Antimicrobien

Utilisations principales en usage externe

- Apaise les coups de soleil
- Plaies de toutes natures
- Eczéma chronique
- Brûlures
- Affections pulmonaires
- Acné, couperose
- Piqûres d'insectes, morsures d'animaux
- Pédiculose, gale
- Pelade
- Poux

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

Compresse : 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. 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%.

Enfants

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