

## Huile essentielle d'Orange

*Citrus aurantium*



### 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. Arrêtez-vous si vous éprouvez la moindre gêne. Renouveler aussi souvent que nécessaire OU Faire bouillir 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** : ATTENTION PAS PLUS DE 5 GOUTTES DANS LE BAIN. Verser 5 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 quelques gouttes dans un diffuseur de votre choix. Durée : 10 à 15 minutes selon la grandeur de la pièce.

### Identification

Nom sur étiquette :	Huile essentielle d'Orange
Espèce botanique :	Citrus aurantium (pressée à froid)
Famille :	Rutacées
Partie utilisée :	Zeste
Méthode d'extraction :	Expression
Origine :	Maroc
Principaux constituants :	Limonène, linalol, carvone, aldehyde
Utilisations :	Massages, inhalations, bains, diffusions et compresses.

### Propriétés en usage externe

- Bactéricide
- Rajeunisseur tissulaire des téguments

### 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%.

**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.

JAMAIS PLUS DE 5 GOUTTES DANS LE BAIN.

**Pour toute information supplémentaire, contacter :**

1.800.329.1304

info@cliniquelafontaine.com