

Huile essentielle de Thym rouge

Thymus Vulgaris



Identification

Nom sur étiquette :	Huile essentielle de thym rouge
Espèce botanique :	Thymus Vulgaris
Famille :	Lamiacées
Partie utilisée :	Sommité fleurie
Méthode d'extraction :	Distillation à vapeur d'eau
Origine :	Espagne
Principaux constituants :	Thymol-géraniol, p-cymène, carvacrol, flavonoïdes
Utilisations :	Massages, inhalations, diffusions et compresses

Propriétés en usage externe

Crème neutre

- Antiseptique et bactéricide
- Anti-viral
- Antiputride
- Cicatrisant
- Révulsif
- Antirhumatismal
- Parasiticide
- Amincissant

Utilisations principales en usage externe

- Antidouleur/anti-inflammatoire (spécialité : gros tendons)
- Dermatoses et furoncles, plaies
- Soins dentaires et buccaux
- Fatigue générale
- Rhumatismes articulaires et musculaires, gouttes, arthrite, arthrose
- Chute des cheveux
- Antiseptie cutanée
- Pédiculose, gale
- Antispasmodique
- Relaxe les muscles tendus à l'excès
- Moustiques (pour les éloigner)
- Problématiques respiratoires tenaces

Modes d'emploi en usage externe

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

En inhalation pour les problèmes respiratoires tenaces : 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 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.

En diffusion : Ajouter 10 à 15 gouttes dans un diffuseur de votre choix. Durée : 10 à 15 minutes selon les dimensions de la pièce.

Recommandations et précautions d'emploi



Massage



Inhalation



Compresse



Diffusion



Crème neutre



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

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.

Cette huile essentielle fait partie de la famille des "huiles fortes". Il conviendra de l'utiliser de façon modérée, car elle produit une sensation de brûlure. Ne pas utiliser dans le bain.

Pour toute information supplémentaire, contacter :

1.800.329.1304
info@cliniquelafontaine.com