

MANDARINE ROUGE - 10ml Huile essentielle bio - Abiessence - INFINIE SANTE

Produit MANDARINE ROUGE - 10ml Huile essentielle bio - Abiessence

Prix 7.50 EUR

Image produit



Résumé Décongestionnante veineuse et lymphatique. Huile essentielle biologique de Mandarine Rouge - 5mL, 10mL ou 30mL Mandarine Rouge - Huile essentielle - ABIESSENCE Utiliser toujours nos produits sur l'avis d'un thérapeute

Mandarine Rouge - Huile essentielle - ABIESSENCE Nom botanique : Citrus reticulata Blanco Parties utilisées : Péricarpe frais Mode d'obtention : Pression à froid Famille : Rutacées Particularité de la plante : La mandarine est le fruit d'un petit arbre des régions méditerranéennes, bien connu pour son goût délicieux. On trouve 3 types d'essence de mandarine. La mandarine verte (ramassée précocement en novembre), la mandarine jaune (récoltée en décembre) et la mandarine rouge (récoltée en janvier en Sicile). L'essence de mandarine rouge est la plus douce. Citons aussi les variétés tangerine d'Amérique du Sud et la clémentine de Sicile. Les propriétés varient peu. Arôme : suave, doux, citronné. Principaux composants :- Limonène (70,00 à 80,00%) - Gamma terpinène (12,00 à 20,00%) Allergènes : Limonène, Linalol, Citral. Précaution d'emploi : Elle est très photosensibilisante ; attention à un usage cutané lors d'exposition à la lumière solaire. Elle contient des furocoumarines, substances très oxydatives sur la peau sous l'action des U.V. de la lumière du jour. Aucune autre contre-indication aux usages et doses physiologiques recommandés. Propriétés thérapeutiques principales : - Modératrice du système nerveux central. - Relaxante, sédative, hypnotique légère. Indications principales : Elle est utile pour combattre la nervosité, l'agitation, les troubles du sommeil... Elle peut aider à soulager les crises d'angoisse, les dépressions légères. Ou encore apaiser des spasmes respiratoires ou cardio-vasculaires d'origine nerveuse. Propriétés et indications thérapeutiques secondaires : - Anti-spasmodique intestinale légère. - Tonique digestive. - Antiseptique. On peut l'utiliser pour régulariser des troubles digestifs légers d'origine nerveux. Conseils d'utilisations Usage interne : 2 à 3 gouttes diluées avec 1 cuillère à café de miel ou sur 1 comprimé neutre, de 2 à 3 fois par jour. Occasionnellement, sur un demi-sucre. Usage externe sur la peau : En application sur la peau, uniquement en onction localisée et sans exposition au soleil. On la dilue à 10 ou 20 % dans une huile végétale de jojoba, d'amande douce ou autre. Pour apporter détente et apaisement, aider au sommeil, masser le plexus solaire, la nuque, derrière les oreilles, la plante des pieds. On peut l'utiliser, diluée, avec précaution sur les enfants à partir de 3 ans. Attention toutefois de ne pas le faire avant une sortie au soleil. En diffusion : On diffuse l'huile essentielle de Mandarine dans la chambre avant le coucher, associée à de l'huile essentielle de Lavandin. La délicate odeur d'agrumes se marie bien avec de nombreuses huiles essentielles, boisées et eucalyptus par exemple, pour le plaisir olfactif et la détente. Associations possibles : Les huiles essentielles de Bergamote, Camomille, Ylang-ylang, Lavande pour la diffusion. Celles de Lavandin, Camomille noble, Petit grain bigaradier pour la détente et le sommeil. Conseils soins de beauté : Pour combattre une chute de cheveu, diluer dans un shampoing Bio de 200 ml, 5 ml d'huile essentielle de Mandarine + 5 ml d'huile essentielle de Géranium rosat + 5 ml d'huile essentielle d'Ylang-ylang extra. Laisser agir le shampoing quelques minutes avant de rincer. Attention aux yeux. En cuisine : Pour les desserts bien sûr, et les boissons. 1 à 2 gouttes dans une mousse au chocolat, un sorbet au fruit (pour relever la saveur du fruit), des pâtisseries, un sorbet, une liqueur, des confiseries. Penser aussi aux associations sucrées salées, dans les viandes notamment. 2 à 3 gouttes suffisent en général. Le bon conseil de Joël : Pour finir une journée chargée de travail, stressante, préparez un bon bain chaud dans lequel vous diluez le mélange suivant : 4 gouttes d'huile essentielle de Mandarine + 4 gouttes d'huile essentielle de Lavande + 2 gouttes d'huile essentielle de Camomille noble diluées dans une cuillère à soupe de lait en poudre. Le tout mélangé activement à l'eau du bain. Pour calmer des enfants agités (de plus de 3 ans), diminuer les doses de moitié. La recette du naturo : Pour faire passer un hoquet persistant, mettre une trace d'huile essentielle de mandarine pure directement sur la langue ou une goutte sur un comprimé neutre à laisser fondre en bouche. Éventuellement sur un demi-sucre.

Description