

# Précautions d'emploi des Huiles Essentielles

## PRÉCAUTIONS D'EMPLOI DES HUILES ESSENTIELLES.

- ⌘ Quelle que soit l'huile essentielle il faut la tester au pli du coude puis attendre une dizaine de minutes afin de s'assurer qu'il n'y a aucune réaction (rougeur, plaque, démangeaison voir même quinte de toux).
- ⌘ Bien sur toutes les huiles dites « dermocaustique » seront au préalable, mélangées avec une huile végétale.
- ⌘ Les huiles essentielles sont à bannir chez les femmes enceintes ou qui allaitent, chez le nourrisson et l'enfant (sauf avis du médecin et/ou de l'aromathérapeute.)
- ⌘ Ne jamais avaler d'huiles essentielles sans l'avis préalable d'un professionnel. (Médecin et / ou Aromathérapeute)
- ⌘ Ne jamais toucher aux grains de beauté.
- ⌘ De manière générale les ages extrêmes de la vie ( petite enfance et personnes âgées ) sont de nature fragile au niveau du système respiratoire, nerveux et cutané ; Il est important d'être très prudents.
- ⌘ Les huiles essentielles sont à manipuler avec une grande prudence. En cas d'ingestion accidentelle : ingérer de l'huile végétale et contacter immédiatement un centre anti-poison.
- ⌘ Tenir hors de portée des enfants.
- ⌘ Éviter le contact des yeux. En cas de projection accidentelle avec les yeux, rincer abondamment l'œil sous un jet faible d'eau courante pour expulser le corps étranger puis passer un coton d'huile végétale pour adoucir.
- ⌘ Ne jamais mettre des huiles essentielles pures dans le nez, dans les oreilles ou sur les muqueuses anogénitales.
- ⌘ Ne pas s'exposer au soleil après une application d'huile essentielle contenant des furocoumarines Ces huiles essentielles sont photo-sensibilisantes et augmente fortement le risque de coups de soleil et brûlures.
- ⌘ Les huiles essentielles ne sont pas solubles dans l'eau. Pour un bain aromatique, utiliser un dispersant adéquat (...) en quantité 4 fois supérieures à la quantité d'huile essentielle. Ne pas dépasser 10 gouttes d'huile essentielle par 100 litres d'eau.

