



Huile essentielle d'Immortelle

Nom latin : *Helichrysum italicum*

Famille : Astéracées

Partie distillée : sommités fleuries fraîchement cueillies.

Origine : France (Corse)

Propriétés :

- anti-écchymose ***
- anti-inflammatoire **

Contre-indications :

Adultes : pas de contre-indications particulières sauf antécédent

Enfants : dès 2 ans, diluée

Femmes enceintes ou contre-indiquée

allaitantes :

	Voie orale	Diffusion	Voie cutanée
3 à 6 ans			1 gtte 2 x/jr, diluée
7 à 12 ans	peut courrant de par son goût	peut courrant de par son odeur	1 à 2 gttes 2 x/jr, diluée
12 à 18 ans			2 gttes 3x/jr, pure ou diluée
Adultes dès 12 ans			3 gttes 3x/jr, pure ou diluée

Véritable arnica aromatique dont les résultats sauront vous surprendre

Risques : La voie orale sera déconseillée sans l'avis d'un médecin ou pharmacien spécialisé en aromathérapie du à un faible risque des ulcérations gastriques (à dose élevées !)

Principales indications :

Ecchymose, hématome

2 à 3 gttes sur la zone concernée, masser délicatement, 2 à 3 x/jr

Contusion sportive

Mélanger 2 ml d'Hélichryse, 1 ml de Laurier Noble, 0,5 ml de Menthe poivrée, diluer dans 5 ml d'HV calophylle et 15 ml d'HV arnica. Réaliser des onctions légères mais répétées jusqu'à amélioration de la douleur

Couperose, varicosités

Appliquer 2 à 3 gttes pures sur des petites surfaces, sur les surfaces plus étendues diluer dans une crème de jour ou arnica.