BERGAMOTE - 5ml- Huile essentielle - Abiessence - INFINIE SANTE

Produit	BERGAMOTE - 5ml- Huile essentielle - Abiessence
Prix	**8.20 EUR**
Image produit	
Résumé	Antiseptique,antispasmodique,calmante et sédative du système nerveux.EndormissementAgitation excessive, anxiété, le stress en général.Spasmes et troubles digestifs légers, d'origine nerveuse.Contenance : 5mlUtiliser toujours nos produits sur l'avis d'un thérapeute

Description	Informations Nom botanique : Citrus bergamiaParties utilisées : Péricarpes frais (zeste)Mode d'obtention : Pression à froidFamille : RutacéesParticularité de l'arbre : Le bergamotier, du turc "be-amâdé", signifiant "poire du seigneur", est cultivé en Calabre, Sicile et en Afrique. C'est le croisement d'une greffe d'oranger bergamote et du limettier ou citron vert. Cet arbre, qui atteint plusieurs mètres de haut, se pare d'un feuillage persistant et de fleurs blanches très odorantes. Il produit la bergamote, une sorte de petite orange en forme de poire. Devenue célèbre à Nancy, elle parfume le sucre d'orge qui porte son nom, tandis que le thé Earl Gray lui doit sa réputation.La bergamote est très utilisée en parfumerie. Elle entre dans la composition de l'eau de Cologne et de nombreuses eaux de toilette.Arôme : Hespéridé, fin, délicat, suave, évoque un mélange de senteurs d'agrumes et de fleurs. Propriétés thérapeutiques principales : Antiseptique Antispasmodique, calmante et sédative du système nerveux, analgésique. Antyfongique.Indications principales :On l'utilise avec succès pour aider à l'endormissement et calmer l'agitation excessive l'anxiété, le stress en général.Elle calme également les spasmes et troubles digestifs légers, d'origine nerveuse.Propriétés et indications thérapeutiques secondaires : - Digestive, stimulante gastrique, carminative.- Vermifuge parasiticide.Elle prévient les parasites intestinaux.Elle peut être utilisée, sur avis médical, pour traiter certaines dermatoses : vitiligo, psoriasis…Composition : - Limonène (34,00 à 52,00%)- Linalol (3,00 à 15,00%)Allergènes : Limonène, Linalol, Citral, Géraniol Utilisation : Usage interne : Prendre 1 goutte 2 à 3 fois par jour, diluée avec un peu de miel ou dans une cuillère à café d'huile d'olive ou sur un comprimé neutre.Usage Externe sur la peau : On évite le plus possible les applications sur la peau. Éventuellement sur de petites surfaces, en forte dilution dans une huile végétale et à l'abri de la lumière. Lui associer dans ce cas d'autres huiles essentielles protectrices de la peau comme la Lavande vraie, le Géranium.Donc vivement déconseillé. Elle est très photo sensibilisante et peut être irritante à l'état pur. Son application sur la peau avant une exposition au soleil, même indirecte, peut déclencher l'apparition de taches sur la peau, de dépigmentation, très longues à disparaître.En diffusion : Quelques gouttes sur un mouchoir à respirer pour apaiser les tensions nerveuses. Ou avec un peu d'eau dans une coupelle, pour purifier et détendre l'atmosphère.En inhalation : 5 gouttes dans un bol d'eau chaude pour une action antiseptique.Associations possibles : Avec d'autres huiles essentielles apaisantes comme celles de Camomille, de Lavande, de Petit grain et des Huiles Essentielles d'agrumes, telles que la mandarine, le citron…En cuisine : L'huile essentielle ou essence de bergamote parfume délicatement les purées de pommes, de poires et les compotes de fruits. Une seule goutte suffit.Le bon conseil de Joël : Pour les enfants, qui ont des difficultés d'endormissement, préparez une tisane de tilleul et de mélisse, sucrez avec une grosse cuillerée de miel d'acacia dans laquelle vous aurez pris soin d'ajouter une goutte (une seule) d'huile essentielle de bergamote.La recette du naturo :Pour composer vous-même votre eau de Cologne :Un alcool bio à 90° (100 ml), de l'eau distillée (30 ml) + 2 ml d'huile essentielle de bergamote + 5 ml d'huile essentielle de Lavande ou 5 ml d'essence de Citron + 2 ml d'huile essentielle de Petit grain bigaradier. On peut ajouter quelques graines de cardamome.Mélangez les ingrédients et laissez reposer 20 jours à l'abri de la lumière et de la chaleur en agitant le flacon de temps en temps. Puis filtrer et transvaser dans un flacon adapté.Remarque : certains fabricants vendent des H.E. de bergamote sans "bergaptène", censées être moins photosensibilisantes. Mais le bergaptène n'est pas le seul élément chimique photosensibilisant présent dans cette essence. Méfiance ! Contre-indications : Ce produit ne doit pas remplacer une alimentation équilibrée et variée et un mode de vie sain. Ne pas dépasser la dose quotidienne recommandée.Tenir hors de portée des enfants.A conserver à l'écart de l'humidité.Neurotoxique et abortive.Interdite aux femmes enceintes, allaitantes, aux enfants, personnes épileptiques et personnes âgées.Ne pas utiliser pure sur la peau.Sous contrôle médical pour une prise en interne.