CITRON - 10ml Huile essentielle bio - Abiessence - INFINIE SANTE

Produit	CITRON - 10ml Huile essentielle bio - Abiessence
Prix	**5.70 EUR**
Image produit	
Résumé	Tonique hépatique. Digestive.Antiseptique.Antibactérienne.Huile essentielle biologique de Citron - 10mLUtiliser toujours nos produits sur l'avis d'un thérapeute

Description

A savoir : Nom botanique : Citrus limonumParties utilisées : Péricarpe fraisMode d'obtention : Pression à froidFamille : RutacéesParticularité de la plante : Le citronnier est originaire du nord de l'Inde, puis a été introduit en Afrique du Nord. Le citronnier est un petit arbre qui peut atteindre 5 m de haut. D'un vert foncé, les feuilles sont persistantes, vernissées.Les fleurs blanches odorantes donnent un fruit robuste.La pulpe du fruit est très riche en nutriments (vitamines B, C, P) et sert à préparer l'acide citrique. Le jus de citron est antiseptique, bactéricide. Il faut environ 3 000 citrons pour obtenir 1 kg d'essence par expression de la partie externe de l'écorce du fruit... On voit l'importance d'utiliser des citrons de culture Bio. La meilleure essence de citron Bio est celle de Sicile.Arôme : Frais, bien fleuri, avec une touche d'acidité agréable, très proche de ce que l'on obtient à l'épluchage du zeste. Composition : - Limonène (62,00 à 70,00%)- Gamma terpinène (7,00 à 12,00%)- Béta pinène (8,00 à 16,00%)Propriétés thérapeutiques principales : - Tonique hépatique, digestive.- Antiseptique, antibactérienne.- Tonique du système nerveux.- Antiviral.Indications principales : Elle soulage efficacement une petite insuffisance hépatique et des lourdeurs digestives. Utile en cas de nausées, contre le mal des transports, comme antivomitif. Pour aseptiser l'atmosphère.Propriétés et indications thérapeutiques secondaires : - Fluidifiante sanguine.- Tonique veineux.- Dépurative générale des organes émonctoires.Pour faciliter la circulation veineuse, notamment la microcirculation dans les capillaires. Utile pour stimuler l'activité rénale. Utilisation : Usage interne : 1 à 2 gouttes diluées avec 1 cuillérée à café de miel et d'eau ou sur 1 comprimé neutre 2 à 3 fois par jour. Éventuellement, sur 1/2 sucre, en cas de nausées, même pour une femme enceinte ou un enfant.Usage externe sur la peau :Tester avant application au pli du coude et surtout ne pas s'exposer au soleil ou à la lumière directe après application.Pour améliorer la circulation veineuse des jambes : 3 gouttes d'huile essentielle de Citron + 3 gouttes d'huile essentielle de Cyprès + 2 gouttes d'huile essentielle de Menthe poivrée dans 3 ml d'huile de calendula. Masser les jambes en remontant.Bain anti-fatigue : 10 gouttes d'huile essentielle de Citron + 5 gouttes d'H.E. de Ravintsara + 5 gouttes d'huile essentielle de Pin sylvestre à diluer dans une base spéciale pour bain ou dans une cuillerée à soupe de lait en poudre.En diffusion : Pour rafraîchir, embaumer et aseptiser l'air ambiant. Pour assainir l'atmosphère en cas d'infections respiratoires, en association avec d'autres huiles essentielles... Agréable et inoffensive. Pour des diffusions dans les crèches, écoles, cabinets...Associations possibles : Les huiles essentielles de Cyprès, Romarin, Menthe poivrée pour la circulation. Celles de Ravintsara, Tea Tree, pour aseptiser, de Mélisse, Basilic tropical, Camomille romaine pour la digestion.Conseils soins de beauté : Ne pas exposer à la lumière la peau imbibée d'huile essentielle de Citron. Masque régénérateur : 2 cuillerées à soupe d'argile rose ou blanche (pour peau sensible), 1 cuillerée à café d'huile végétale d'argan, de jojoba, 3 gouttes d'huile essentielle de citron, eau. Appliquer sur le visage et laisser agir pendant 10 mn. Pour fortifier les ongles cassants, mettre 10 gouttes d'huile essentielle de citron dans 1 cuillerée à café d'huile de ricin. Masser les ongles avec cette préparation 1 fois par jour.En cuisine : L'huile essentielle de citron est particulièrement utilisée pour parfumer les desserts, crèmes, flans, pâtisseries : 1 à 2 gouttes suffisent. Il est aussi possible de préparer de très bonnes boissons chaudes ou froides : mélanger dans 1 cuillerée de miel, 1 goutte d'huile essentielle de citron + une goutte d'huile essentielle de gingembre ou d'orange, rajouter de l'eau chaude ou froide suivant l'envie du moment.Le bon conseil de Joël : En cas de nausée ou de mal des transports, prenez dans du miel ou si vous êtes en voyage sur demi-sucre, 1 goutte d'huile essentielle de citron + 1 goutte d'huile essentielle de menthe poivrée.On peut renouveler la prise 2 à 4 fois dans la journée. Avertissement : Allergènes : Limonène, Linalol, Citral, Géraniol.Irritation possible en l'utilisant à l'état pur, non diluée.À forte dose par voie interne, il y a un risque d'effets hypnotiques.Peu de problèmes en utilisation modérée mais pas d'utilisation prolongée.Très photosensibilisante. Ne pas appliquer sur la peau avant une exposition au soleil. La présence de « furocoumarines » peut engendrer des micro-brûlures. De plus, à l'état pur, elle peut irriter légèrement la peau. La présence de citrals, irritants, est toutefois tamponnée par le limonène.