



## Huile essentielle Menthe poivrée Bio

Mentha x piperita var. officinalis

**Un remède de choix contre les nausées et les maux de tête**

|   |         |
|---|---------|
|   | 1 unité |
| 10 ml - Flacon en verre anti-UV avec compte-gouttes | 6,25 €  |

### PRINCIPALES INDICATIONS :

Mal des transports, inflammations des voies aériennes, problèmes digestifs mineurs, anti-infectieuses, rhumatismes.

Marque : **HEVEA**

L'huile essentielle de menthe poivrée a des propriétés toniques et stimulantes, anti-infectieuses, anesthésiantes et anti-amariles (contre la fièvre jaune). On la connaît surtout pour son efficacité sur les rhumes : elle traite l'inflammation des voies aériennes, soulage la toux et désinfecte les muqueuses buccales.

L'huile essentielle de menthe poivrée est aussi recommandée pour soulager les sciaticques, les céphalées et les prurits (urticaire, eczéma). Elle est efficace contre les douleurs musculaires et névralgiques, ainsi que dans les cas de douleurs rhumatismales.

### Certifications

Chémotype: menthol

Mode de culture: biologique

Partie utilisée: partie aérienne

Origine: Inde

Méthode d'extraction: Distillation à la vapeur d'eau



100% des ingrédients sont issus de l'Agriculture Biologique

Procédé de fabrication contrôlé. Caractéristiques certifiées par Bureau Veritas Certification -92046 PARIS LA DÉFENSE- selon le référentiel I-305 disponible sur [www.qualite-france.com](http://www.qualite-france.com)

### Composition

**INGRÉDIENTS :** 1,8-cineole, Menthol, Menthone, Menthofurane.

Parfum : Herbacé, frais, mentholé, poivrée.

## Utilisation

---

### CONSEILS D'UTILISATION :

- Les principales utilisations des Huiles Essentielles : soin thérapeutique (voie orale, transcutanée, cutanée, pulmonaire), massage thérapeutique, soin dermocosmétique et capillaire, balnéothérapie, parfumerie et gastronomie.
- Les HE sont des extraits végétaux très concentrés. Pour toutes les voies d'adsorption, et plus particulièrement pour la voie orale, employer des excipients appropriés.
- Les HE ne sont pas hydrosolubles : ne pas utiliser l'eau comme excipient, préférer les huiles végétales, une base lavante (shampooing, gel douche), de l'alcool ou une base de crème neutre.
- Pour la voie orale : diluer l'HE dans une huile végétale, dans du miel ou dans du sucre (sirop de sucre de canne).

### PRÉCAUTIONS D'EMPLOI :

- Tenir hors de portée des enfants.
  - Ne jamais verser les HE pures dans l'eau, utilisées de cette manière elle peuvent entraîner une irritation des tissus.
  - Déconseillées pour les enfants de moins de 3 ans.
  - Certaines HE peuvent être dangereuses pour les femmes enceintes et qui allaitent. Eviter l'automédication. Demander conseil à votre médecin aromathérapeute.
  - Une grande attention doit toujours être portée aux patients présentant un terrain allergique connu : un certain nombre de molécules potentiellement allergisantes peuvent être présentes dans les HE (cinnamaldéhyde, citral, citronnellol, eugénol, géraniol, d-limonène, linalol, coumarine...).
  - Certaines HE sont irritantes pour la peau et les muqueuses : tenir compte de l'agressivité des phénols et des aldéhydes pour la peau et les muqueuses. Choisir les excipients adaptés et les concentrations adéquates.
  - Avant utilisation il est conseillé de vérifier par un test cutané la tolérance aux HE (appliquer sur l'intérieur du poignet).
  - Les projections oculaires imposent d'urgence d'essuyer l'oeil avec un coton largement imbibé d'huile végétale pure ou mettre plusieurs gouttes de cette dernière sur le globe oculaire.
  - Les zones ano-génitales, les voies auriculaire, nasale, et intraveineuse ne doivent jamais faire l'objet d'application d'HE pure.
  - En cas d'absorption accidentelle, faire ingérer de l'huile végétale (1 à 3 cuillères à soupe) et, si possible faire vomir. Ne jamais faire boire d'eau.
  - Toutes les huiles essentielles de Citrus sont photosensibilisantes. Ne pas s'exposer au soleil dans les 12 heures qui suivent une application ou une ingestion.
  - L'HE de Menthe poivrée ne doit jamais être appliquée sur une zone cutanée étendue (réaction glacée).
- Un suivi médical est indispensable pour toutes pathologies de longue durée et pour les personnes âgées car il convient de vérifier l'absence d'interactions entre les HE et les traitements en cours.  
En cas d'ingestion accidentelle d'une quantité importante d'HE, contacter le centre anti-poison le plus proche.

Conservation

### INSTRUCTIONS DE STOCKAGE :

Tenir debout à l'abri de la lumière et de la chaleur.