

HUILES ESSENTIELLES ET PATHOLOGIES DE A À Z

A

Abcès : 2 gouttes [Ajowan](#), [Laurier Noble](#), [Lavande Aspic](#), 3 fois par jour pendant 7 à 10 jours - localement.

Acné : 2 gouttes de Palmarosa, [Tea-Tree](#), [Lavande Aspic](#) 3 fois par jour selon le besoin - localement.

Aérophagie : 1 goutte de [Basilic Exotique](#), [Estragon](#) et [Romarin à Verbénone](#), 3 fois par jour dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, après les repas.

Agitation : 1 goutte de [Camomille Noble](#), [Ravintsara](#), [Ylang-Ylang](#), 3 fois par jour sur le plexus solaire.

Angine : 1 goutte d'origan compact, [Tea-Tree](#), [Menthe Poivrée](#) 4 fois par jour dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, pendant 5 jours.

Amincissement : 2 gouttes de [Citron](#), [Cannelle](#), [Géranium d'Egypte](#), [Eucalyptus Citronné](#) 3 fois par jour, localement.

Angoisse : 1 goutte de [Camomille Noble](#), de [Lavandin Super](#), et de [Romarin à Verbénone](#), 3 fois par jour sur le plexus solaire.

Anxiété : idem angoisse.

Aphte : 1 goutte de [Laurier Noble](#), [Lavande Aspic](#) et Bois de Hô, 4 fois par jour, localement, pendant 3 jours.

Arthrite : 2 gouttes de [Thym à feuilles de Sarriette](#), [Gaulthérie Couchée](#), d'[Immortelle](#) et d'[Eucalyptus Citronné](#) 3 fois par jour, localement.

Arthrose : 2 gouttes de [Thym à feuilles de Sariette](#), [Gaulthérie Couchée](#), [Laurier Noble](#) et [Ylang-Ylang](#) 4 fois par jour, localement, dilué dans une base huileuse (colza, noisette ou amande douce).

Asthme : 2 gouttes d'[Estragon](#), de [Camomille Noble](#), d'[Ylang Ylang](#), de [Lavandin Super](#), 3 fois par jour sur le plexus solaire et le haut du dos.

Asthénie physique : 2 gouttes d'[Epinette Noire](#), de [Ravintsara](#), de [Niaouli](#) et de [Menthe Poivrée](#) 2 fois par jour dans le bas du dos.

Asthénie mentale : 2 gouttes de [Laurier Noble](#), de [Basilic Exotique](#), [Romarin à Verbénone](#) 2 fois par jour sur le plexus solaire, à mélanger dans une base huileuse (colza, noisette ou amande douce).

Asthénie sexuelle : 1 goutte de [Cannelle](#), [Thym à feuilles de Sarriette](#), [Gaulthérie couchée](#), [Ylang Ylang](#), à mélanger dans une base huileuse (colza, noisette ou amande douce), puis massez le bas du dos, selon le besoin.

Athérosclérose : 1 goutte de [Citron](#), [Immortelle](#), [Romarin à Verbénone](#) 3 fois par jour, après les repas, dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, après les repas.

B

Ballonnement : 2 gouttes de [Basilic Exotique](#), [Citron](#), [Camomille Noble](#), [Romarin à Verbénone](#) selon le besoin, en application sur le ventre.

Bleu : 2 gouttes d'[Immortelle](#), et de [Laurier Noble](#), 2 fois par jour, localement.

Bouffées de chaleur : 2 gouttes de [Niaouli](#), [Romarin à Verbénone](#), et [Menthe Poivrée](#) selon les besoins, sur le ventre.

Bourdonnements d'oreille : 1 goutte de [Cyprès toujours vert](#), [Estragon](#), [Immortelle](#), 3 fois par jour en massage autour de l'oreille.

Boutons : 1 goutte de [Tea-Tree](#), [Eucalyptus mentholé](#) et [Géranium d'Egypte](#), 2 fois par jour, localement.

Bronchite aiguë : 2 gouttes de [Tea Tree](#), [Eucalyptus Radié](#), [Romarin à Verbénone](#) et [Ajowan](#) 4 fois par jour sur le thorax, pendant 10 jours.

Bronchite chronique : 2 gouttes de [Tea-Tree](#), [Eucalyptus mentholé](#), [Ravintsara](#) et Origan compact, 4 fois par jour sur le thorax pendant 10 jours.

Brûlures : 2 gouttes de [Lavande aspic](#), [Immortelle](#), et [Géranium d'Egypte](#), localement, 3 fois par jour pendant 15 jours.

C

Calculs biliaires : 1 goutte de [Citron](#), [Estragon](#), [Lédon](#), dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 3 fois par jour pendant 3 mois.

Candidose : 2 gouttes de [Laurier Noble](#), [Lavande Aspic](#), Palmarosa à mélanger dans une base de gel ou de crème (5gr pour 6 gouttes d'huiles essentielles).

Cellulite : 2 gouttes d'[Immortelle](#), de [Citron](#), d'[Eucalyptus citronné](#) et [Gaulthérie couchée](#), à mélanger dans une base huileuse (colza, noisette ou amande douce) puis massez localement, 2 fois par jour.

Céphalées : 1 goutte de [Menthe Poivrée](#), [Lavande aspic](#) et [Gaulthérie couchée](#) selon les besoins, pour massez les tempes et autres zones douloureuses.

Cholestérol : 1 goutte d'[Immortelle](#) et de [Romarin à Verbénone](#), dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 2 fois par jour pendant 3 mois.

Circulation cérébrale : 1 goutte d'[Immortelle](#), de [Cyprès toujours vert](#) et de [Basilic exotique](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 3 fois par jour.

Claquage musculaire : 2 gouttes de [Lavandin Super](#), [Gaulthérie couchée](#), [Immortelle](#) et [Eucalyptus citronné](#), à mélanger dans une base huileuse (colza, noisette ou amande douce) puis massez la zone douloureuse 4 fois par jour localement.

Coliques : 2 gouttes [Lavandin super](#), de [Camomille Noble](#) et d'[Ylang Ylang](#) à mélanger dans une base huileuse (colza, noisette ou amande douce) puis massez le ventre 3 fois par jour.

Colites : 1 goutte de [Menthe poivrée](#) et d'[Estragon](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 3 fois par jour.

Congestion ovarienne : 2 gouttes de [Niaouli](#), [Cyprès toujours vert](#) et [Estragon](#) à mélanger dans une base huileuse (colza, noisette ou amande douce) puis massez le bas du ventre.

Congestion veineuse : 2 gouttes de [Niaouli](#), [Cyprès toujours vert](#) et [Estragon](#) à mélanger dans une base huileuse (colza, noisette ou amande douce) puis appliquer sur les zones de stase veineuse.

Constipation : 2 gouttes de Bois de hô, d'[Estragon](#) et d'[Ylang Ylang](#) 3 fois par jour à masser sur le ventre.

Convalescence : 1 goutte de [Menthe poivrée](#), d'[Epinette noire](#) et de [Citron](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 3 fois par jour.

Couperose : 1 goutte d'[Immortelle](#), de [Cyprès toujours vert](#) et de [Géranium d'Egypte](#) dans une base huileuse (colza, noisette ou amande douce), puis massez les zones concernées, 2 fois par jour.

Contracture musculaire : 2 gouttes de [Lavandin super](#), de [Basilic exotique](#) et d'[Ylang Ylang](#) 3 fois par jour, à masser sur la zone douloureuse.

Crampes : Idem "Contracture musculaire"

Cystites : 2 gouttes de Palmarosa, [Bois de hô](#) et [Tea Tree](#), 4 fois par jour sur le bas ventre pendant 5 jours.

D:

Dents (douleur): 1 goutte de [Clou de girofle \(Giroflier\)](#), [Tea-tree](#) et de [Menthe poivrée](#) 3 fois par jour, directement sur la dent.

Dépression : 1 goutte de [Mandarine](#), [Romarin à Verbénone](#), [Ylang Ylang](#) et [Camomille Noble](#) 3 fois par jour sur le plexus solaire.

Diarrhée : 1 goutte de [Cannelle](#), [Tea-tree](#), Palmarosa et [Estragon](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 3 fois par jour.

Digestion lente : 1 goutte de [Menthe poivrée](#), [Laurier noble](#) et de [Citron](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 3 fois par jour.

Douleurs articulaires : 1 goutte de [Gaulthérie couchée](#), [Laurier Noble](#) et [Immortelle](#) 4 fois par jour, localement, selon les besoins.

E

Ecchymose : Idem "Bleu"

Eczéma sec : 1 goutte de [Lavande aspic](#) dans une base huileuse (colza ou noisette), puis appliquez 3 fois par jour.

Eczéma variqueux : 1 goutte de [Cyprès toujours vert](#), d'[Immortelle](#), de [Camomille Noble](#) dans une base huileuse (colza ou noisette), puis appliquez 3 fois par jour.

Emotivité : 1 goutte de [Camomille noble](#), de [Mandarine](#) et de [Romarin à Verbénone](#) 3 fois par jour sur le plexus solaire.

Entérites : Idem " Diarrhées"

Enurésie (pipi au lit) : 2 gouttes de [Camomille noble](#) et de [Cyprès toujours vert](#), à masser sur le plexus solaire, le soir avant le coucher.

F

Fatigue : Idem "Asthénie"

Fièvre jaune : 1 goutte de [Menthe Poivrée](#), de [Citron](#) et de [Thym à feuilles de Sarriette](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 3 fois par jour.

Foie paresseux : 1 goutte de [Menthe poivrée](#), de [Romarin à Verbénone](#) et de [Citron](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 2 fois par jour.

Fragilité capillaire : 1 goutte de [Cyprès toujours vert](#), de [Niaouli](#) et d'[Immortelle](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 2 fois par jour.

Frigidité : 1 goutte de Bois de Hô et d'[Ylang Ylang](#) dans une base huileuse (colza, noisette ou amande douce), puis massez le bas du dos, selon le besoin.

G

Gingivite : 1 goutte de [Laurier noble](#), [Lavande aspic](#) et Bois de Hô 3 fois par jour pendant 3 jour, directement sur la gencive douloureuse.

Grippe : 2 gouttes de [Ravintsara](#), [Niaouli](#) et [Eucalyptus Radié](#) 4 fois par jour sur le thorax, pendant 3 jours.

H

Hématome : Idem "Bleu"

Hépatite virale : 1 goutte de Lédon, de [Citron](#), de [Ravintsara](#) et [Gaulthérie couchée](#), dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 3 fois par jour, pendant 3 mois.

Herpès : 1 goutte de [Niaouli](#), [Lavande aspic](#) et [Ravintsara](#), 6 fois par jour localement, pendant 2 jours.

Hoquet : 2 gouttes d'[Estragon](#) et de [Mandarine](#) sur le plexus solaire, et également dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre.

Hyperlipémie : Idem "Cholestérol"

Hypertension artérielle : 1 goutte d'[Ylang Ylang](#), de [Gaulthérie couchée](#), et de [Lavande aspic](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 3 fois par jour mais aussi en massage sur le plexus solaire.

Hypotension : 1 goutte de [Menthe poivrée](#), d'[Epinette noire](#) et de [Romarin à Cinéole](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, 3 fois par jour.

I

Impuissance : 1 goutte d'[Ylang Ylang](#), d'[Ajowan](#) et de [Thym à feuilles de Sarriette](#), à mélanger dans une base huileuse (colza, noisette ou amande douce), puis massez le bas du dos, selon le besoin.

Insomnie : 2 gouttes de [Camomille Noble](#), de [Mandarine](#) et de [Ravintsara](#) à masser sur le plexus solaire, 1/2 heure avant le coucher.

Infections virales : 2 gouttes de [Ravintsara](#), de [Niaouli](#) et de [Tea Tree](#) à appliquer 6 fois par jour sur le thorax.

J

Jambes lourdes : Idem "Congestion veineuse"

L

Lithiase rénale : 2 gouttes de [Citron](#) et d'[Estragon](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, à placer directement sous la langue, 2 fois par jour pendant 3 mois.

Lumbago : 2 gouttes de [Gaulthérie couchée](#), d'[Immortelle](#) et d'[Eucalyptus citronné](#) 3 fois par jour pendant 5 jours, à masser localement.

M

Mal de dos : Idem "Lumbago"

Mal de gorge : 1 goutte d'[Ajowan](#), de [Citron](#) et de [Tea Tree](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, à placer directement sous la langue, 4 fois par jour pendant 5 jours.

Mal de transport : 1 goutte de [Menthe poivrée](#), de [Basilic exotique](#) et de [Citron](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, à placer directement sous la langue, à prendre selon le besoin.

Migraine : Idem "Céphalées"

Mononucléose : 3 gouttes de [Ravintsara](#), de [Niaouli](#) et de [Tea-Tree](#), 6 fois par jour sur le dos pendant 20 jours.

Mycoses : 1 goutte de [Géranium d'Egypte](#), de Palmarosa, de [Tea Tree](#) et de d'[Ajowan](#), 3 fois par jour, à appliquer localement, pendant 20 jours.

N

Nausées : Idem "Mal des transports"

Nervosité : Idem "Emotivité"

Névralgie : Idem "Lumbago"

O

Obésité : Idem "Amincissement"

Oedème : Idem "Congestion veineuse"

Otitis : 1 goutte d'[Eucalyptus Radié](#), de [Lavandin Super](#) et de [Tea Tree](#), 4 fois par jour en massage autour de l'oreille et le long du conduit auditif.

P

Palpitations : 2 gouttes d'[Ylang Ylang](#), de [Mandarine](#) et de [Camomille Noble](#) à masser sur le plexus solaire, selon le besoin.

Pharyngite : Idem "Angine"

Phlébite : 3 gouttes d'[Immortelle](#), 1 goutte de [Gaulthérie couchée](#) et d'[Eucalyptus citronné](#), à appliquer localement 8 fois par jour pendant 10 jours.

Polyarthrite : 3 goutte d'[Immortelle](#), 2 gouttes de [Basilic exotique](#) et de [Laurier Noble](#), à appliquer localement, 6 fois par jour.

Pied d'athlète : Idem "Mycose"

Piqûres d'insecte : 1 goutte de [Lavande aspic](#), de [Citronnelle](#) et de [Géranium d'Egypte](#), à appliquer localement, 4 fois par jour.

Prostatite : 1 goutte de [Géranium d'Egypte](#), de [Niaouli](#) et de [Tea-Tree](#), dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, à placer directement sous la langue, 3 fois par jour.

Psoriasis : 1 goutte d'[Immortelle](#), de [Géranium d'Egypte](#) et de [Niaouli](#) dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, à placer directement sous la langue, 2 fois par jour.

R

Refroidissement : Idem "Grippe"

Règles douloureuses : 2 gouttes d'[Estragon](#), de [Camomille Noble](#) et d'[Ylang Ylang](#), 4 fois par jour, sur le ventre.

Répulsif moustiques : Idem "Piqûre"

Rétention d'eau : Idem "Congestion veineuse"

Rhinite : 2 gouttes de [Menthe poivrée](#) et de [Géranium d'Egypte](#), 6 fois par jour, inhalez sur un mouchoir.

Rhume : Idem "Grippe"

S

Sciatique : Idem "Phlébite"

Spasmophilie : 1 goutte de [Mandarine](#), d'[Estragon](#), et de [Camomille noble](#), dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, à placer directement sous la langue, 2 fois par jour pendant 21 jours.

Sinusite : 1 goutte de [Niaouli](#), de [Tea Tree](#), de [Menthe poivrée](#) et de [Ravintsara](#), 6 fois par jour sur le sinus pendant 4 jours.

Stress : Idem "Palpitations"

Syndrôme ménopausique : Idem "Bouffée de chaleur"

T

Tendinite : Idem "Arthrite"

Tennis Elbow: Idem "Arthrite"

Toux: 2 gouttes de [Cyprès toujours vert](#), d'[Estragon](#) et de [Lavandin Super](#), à masser sur le thorax, ou dans une cuillère à café de miel, d'huile d'olive ou sur un sucre, à placer directement sous la langue, selon les besoins.

Trachéite : Idem "Angine"

V

Varices : Idem "Congestion veineuse"

Verrues : 1 goutte de [Cannelle](#), de [Citron](#) et d'[Ajowan](#) 2 fois par jour pendant 21 jours, à masser localement.

Z

Zona : Idem "Herpès"