

LES 10 RECOMMANDATIONS OFFICIELLES D'USAGE DES HE DE LA DGCCRF ET DE L'ANSM

1. L'usage des HE est déconseillé chez l'enfant, la femme enceinte ou allaitante, les personnes âgées souffrant de pathologies chroniques
2. Ne pas injecter d'HE par voie intraveineuse ou intramusculaire
3. Ne pas les ingérer
4. Ne jamais appliquer d'HE directement sur les muqueuses, le nez, les yeux, le conduit auditif, etc.
5. Pour les personnes à tendance allergique, effectuer systématiquement un test d'allergie avant toute utilisation
6. Après un massage ou une application cutanée, bien se laver les mains
7. Veiller à la qualité des HE, à leur provenance ainsi qu'au mode de culture dont elles sont issues
8. Ne jamais chauffer une HE pour la diffuser
9. Les HE ne doivent pas être utilisées de façon prolongée (au-delà de quelques jours) sans avis médical.
10. Ne pas laisser les HE à portée des enfants

La petite histoire...

L'aromathérapie est née en 1928 des découvertes du chimiste Gattefossé. La petite histoire raconte que ce dernier aurait plongé sa main brûlée dans le premier liquide à proximité : il s'agissait d'huile essentielle de lavande. Gattefossé constata une guérison rapide et sans infection. Il inventa le terme Aromathérapie et commença à étudier de façon plus approfondie et plus scientifique les propriétés de ces huiles.

*Pour obtenir des informations complémentaires, vous pouvez joindre **Valérie**, Assistante de formation au **03 80 28 08 02***

Vous pouvez également nous retourner le bulletin

Par courrier **IMPACTANCE**

10 B Rond Point de la Nation
21000 Dijon

Par mail **v.theurel@impactance.fr**



www.impactance.fr

Impactance
Formation & Conseil

LE PETIT GUIDE IMPACTANCE



L'AROMATHERAPIE

En EHPAD

En Centre Hospitalier

L'AROMATHERAPIE



L'avis de l'expert

« Le personnel médical et paramédical manifeste un intérêt croissant pour les thérapies (dont l'aromathérapie fait partie) non médicamenteuses utilisables en complément de traitements conventionnels.

J'ai sélectionné les protocoles d'utilisation d'HE les plus efficaces, les plus adaptés, les plus sécurisés et applicables tout de suite sur le terrain par les professionnels de santé .

C'est pour répondre aux problématiques les plus fréquentes en EHPAD et en Centres Hospitaliers (douleurs, constipation, manque d'appétit, agressivité, insomnies...) que ces protocoles ont été créés.

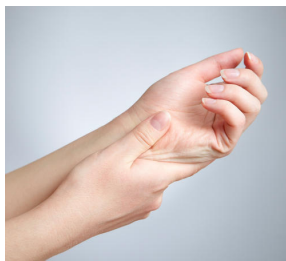
Et puis, l'utilisation d'HE profite à tous : aux résidents, aux patients, aux soignants et aux familles ! C'est un combo gagnant! »

Véronique AMARÉ
Dr en Pharmacie

De façon générale, et à condition de respecter les précautions d'usage, les huiles essentielles sont pleines de bienfaits pour la santé.

RAVINTSARA*, star de l'hiver

**DOULEURS
FIEVRE
DEPRESSION SAISONNIERE
DEMANGEAISONS
INFECTIONS VIRALES ET BACTERIENNES
GRIPPE**



1. Frictionnez l'intérieur des poignets avec 2 à 3 gouttes d'HE (application cutanée)

2. Sur un petit mouchoir en papier, l'HE de Ravintsara apportera une note de fraîcheur et un assainissement de l'air, diffusant ainsi une agréable odeur pour le plaisir de tous!



EUCALYPTUS RADIÉ*

Une autre HE intéressante pendant l'hiver c'est l'Eucalyptus radié (Eucalyptus radiata) seule ou en mélange à diffuser pour désinfecter l'air ambiant. Elle a des propriétés intéressantes lors des toux mixtes ou pour dégager les bronches encombrées. Elle peut être utilisée dans un diffuseur d'huiles essentielles à allumer 10 minutes par heure.

**ANTI-INFECTIEUSE
ANTIBACTERIENNE
ANTIVIRALE
EXPECTORANTE
TONIFIANTE CIRCULATOIRE
ANTI-FATIGUE**

*** Ces HE sont sans toxicité, veillez cependant à ne pas l'utiliser chez la femme enceinte, allaitante, et chez les jeunes enfants.**

www.impactance.fr
Email : contact@impactance.fr
Organisme de formation enregistré sous le numéro de formation
26.21.02116.21
SIRET : 452 569 098 00042 - APE : 8559A