

L'HUILE ESSENTIELLE DE TEA TREE (ARBRE A THE)

***CONTRE INDICATIONS :

- Déconseillée les 4 premiers mois de grossesse
- Déconseillée aux enfants de moins de 3 ans.

***COTE SANTE :

APHTES, GINGIVITE

- Pour l'hygiène de la bouche : Déposez 1 goutte d'huile essentielle d'arbre à thé sur votre brosse à dents et frottez. Elle permet de lutter contre toutes les petites infections de la bouche .

VERRUES

Appliquez 1 goutte d'huile essentielle sur la verrue et recouvrez d'un pansement. A renouveler tous les jours jusqu'à disparition.

MYCOSE DES PIEDS

Faites un bain de pieds de 15 minutes ; Diluez 6 à 8 gouttes d'huile essentielle d'arbre à thé dans une base neutre pour bain, dans 2 litres d'eau tiède.

Ou vous pouvez également après chaque douche quotidienne (Pensez à bien sécher vos pieds), appliquez 1 goutte d'huile essentielle directement sur les lésions.

PETITES BLESSURES, BRULURE LEGERE

Diluez 1 cuillère à café d'huile essentielle de tea-tree dans 9 cuillères à café d'huile végétale de macadamia (ou de noyau d'abricot, d'olive, de sésame, de germe de blé...) et appliquez sur la zone à traiter. C'est une préparation dites "cicatrisante".

GRIPPE

Ajoutez 2 voir 3 gouttes d'huile essentielle de tea tree diluées dans une base neutre pour bain à l'eau de votre bain.

RHINITE, BRONCHITE, SINUSITE

1 goutte sur un comprimé neutre, 4 à 6 fois par jour.

***COTE BEAUTÉ :

ACNE

Dans 100 ml d'huile végétale de noisette ou de noyau d'abricot, ajoutez 100 gouttes d'huile essentielle de tea-tree. Appliquez cette huile chaque soir sur votre visage et sur les zones infectées.

Ou appliquez une fois par semaine un masque purifiant à l'argile.

=> 2-3 cuillères à soupe d'argile verte surfine à diluer avec le jus d'un demi citron et un peu d'eau si nécessaire.

=> Ajoutez ensuite à votre "pâte", 3 gouttes d'huile essentielle de tea-tree, 2 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée et 1 goutte d'essence de citron.

=> Appliquez ce masque en couche très épaisse, gardez-le 15 bonnes minutes puis rincez abondamment à l'eau claire.

BOUTON DE FIEVRE

Une goutte pure d'huile essentielle de tea-tree le matin et le soir, à placer directement sur votre bouton.

CHEVEUX GRAS

Versez 1 à 2 gouttes d'huile essentielle de tea tree dans votre dose de shampoing habituel. (Attention à vos yeux).

***COTE BIEN-ETRE :

FATIGUE PHYSIQUE OU PSYCHIQUE

Diluez quelques gouttes d'huile essentielle de tea-tree dans une cuillère à café d'huile végétale, et frictionnez-vous la plante des pieds au petit matin.

***COTE MAISON :

DESINFECTER AIR AMBIANT

Faites fonctionner votre diffuseur électrique avec quelques gouttes d'huile essentielle d'arbre à thé, avec quelques gouttes d'huile essentielle de pamplemousse par exemple (il est toujours préférable d'utiliser cette huile en synergie) A faire si l'un des membres de votre famille est malade (grippe, rhume...)