

# HUILE ESSENTIELLE DE GAULTHERIE ODORANTE

*Mais aussi* L'huile essentielle de Gaulthérie Odorante est fortement concentrée en salicylate de méthyle et alcools monoterpéniques. Ces molécules lui confèrent les propriétés principales suivantes :

- **Anti-Inflammatoire +++** (salicylate de méthyle) : l'huile essentielle de Gaulthérie Odorante est efficace contre les douleurs musculaires et articulaires liées à la pratique du sport grâce au salicylate de méthyle qui inhibe les enzymes responsables des inflammations.
- **Antalgique +++** (salicylate de méthyle) : l'huile essentielle de Gaulthérie Odorante est un antalgique percutané qui atténue les douleurs liées à la pratique sportive. Le salicylate de méthyle est un antalgique de palier 1 dans le classement de l'OMS.
- **Antispasmodique +++** (salicylate de méthyle, esters) : l'huile essentielle de Gaulthérie Odorante est efficace contre les crampes et contractures musculaires par un procédé de réchauffement par révulsion du muscle ou de l'articulation.
- **Antiprotozoaire +** (alcools monoterpéniques) : l'huile essentielle de Gaulthérie Odorante détruit les *Trichomonas vaginalis*, à l'origine de certaines infections vaginales.
- **Vasodilatateur +** (salicylate de méthyle) : l'huile essentielle de Gaulthérie Odorante aide à la préparation sportive et à réguler la circulation sanguine après le sport.

## Qui peut l'utiliser



Adultes et Ados



Enfants - de 6 ans



Femmes enceintes  
& allaitantes



Bébés - de 3 ans

## COMMENT L'UTILISER



Voie cutanée



Voie orale



Inhalation



En diffusion

# RISQUES D'UTILISATION



## AUTRES PRÉCAUTIONS

### Avis médical

L'utilisation de cette huile essentielle par voie orale doit se faire sur l'avis d'un thérapeute.

### Application cutanée

L'huile essentielle de Gaulthérie Odorante peut être utilisée pure sur de petites surfaces mais l'effet peut être irritant : faire un test cutané avant de l'utiliser. Dans le cas d'une application cutanée diluée : diluer à 20 % dans une huile végétale (20 % d'huile essentielle avec 80 % d'huile végétale).

### Contre-indications

- L'huile essentielle de Gaulthérie Odorante (ou Wintergreen) ne doit pas être utilisée par des personnes sous traitement anticoagulant, ou allergiques aux salicylés (à titre d'exemple, l'aspirine est de la famille des Salicylés).
- Les personnes ayant de l'eczéma, de l'asthme, un ulcère, une hernie hiatale, une hémorragie, ou ayant à subir une intervention chirurgicale ne doivent pas utiliser cette huile essentielle.

## Composants allergènes

L'huile essentielle de Gaulthérie odorante contient très peu de composants biochimiques allergènes.

- limonène ( $\leq 1$  %)
- linalol ( $\leq 0,1$  %)
- gèranial ( $\leq 0,1$  %)
- eugénoL ( $\leq 0,1$  %)

Note : Il est préférable de tester l'huile essentielle avant de l'utiliser (deux gouttes au creux du coude pendant au moins 24 heures afin de vérifier qu'il n'y a pas de réaction).