

PREPARATIONS MAGISTRALES

<u>INDICATION</u>	<u>FORMES</u>	<u>FORMULES</u>	<u>DOSAGES MOYENS</u>	<u>POSOLOGIE</u>	<u>PRECAUTION D EMPLOIS</u>
ACNE	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Géranium rosat HE Carotte HE Palmarosa HE Tea tree HV Amande douce	5 gttes 10 gttes 10 gttes 5 gttes 30ml	Verser 3 à 4 gouttes de mélange dans le creux de la main, et appliquer doucelement le mélange. Laisser agir 5 à 10 minutes puis essuyer avec un linge doux et propre.	
ACNE	GELULES	ES Bardane Zinc Gluconate	300mg 100mg	1gelule 3 fois par jour	
ACNE	LIQUIDE USAGE INTERNE	EF Bardane EF Pensée Sauvage	50ml 50ml	1 càs matin et soir	A diluer dans ½ verre d'eau
ACNE	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Lavande Alccol à 60°	0.1ml qsp 10ml	Tamponner sur les boutons matin soir	

ACNE	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Melaleuca alternifolia HE Lavandula angustifolia HE Salvia officinalis Alcool à 30°	0.5% 0.5% 0.5% qsp 30ml	Appliquer sur les zones à traiter et les points noirs	
ACNE	POUDRE USAGE EXTERNE	Sodium Bicarbonate	10g		Melager à de l'eau jusqu'à obtention d'une pate appliquer sur le visage laisser agir 3mn et rincer
ALLERGIE / INFLAMMATION	GELULES	ES Cassis ES Plantain	100mg 100mg	1 gélule 3 fois par jour	
ALLERGIE / INFLAMMATION	SOLUTION	EF Cassis	150ml	1 càc 3 fois par jour	
ALOPECIE	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Tea tree HE Palmarosa HE Bois de Cèdre Atlas	1 gtte 1 gtte 1 gtte	à ajouter au shampooing	
ALOPECIE	SHAMPOOING STIMULANT	HE Melalauca Alternifolia HE Cedrus Atlanticus HE Cymbopogum Martini Excipial Capilla	5ml 5ml 5ml qsp 200ml	Laissez agir 15 mn et rincer	
ALOPECIE	SPRAY REVITALISANT	Hamamélis Hydrolat Pépins de Pamplemousse Extrait Glycériné HE Pimenta dioïca	30ml 10ml 15 gttes	Pulvériser sur les cheveux mouillés laisser poser 30 mn et procéder au shampooing	

ALOPECIE	SHAMPOOING ANTI CHUTE	HE Romarin HE Lavande vraie HE Bay de saint thomas Excipial Capilla	0.5% 0.5% 0.5% qsp 100ml	Faire le shampoing en massant laissez agir 2 à 3 mn et rincer	
ALOPECIE	LIQUIDE USAGE INTERNE	EF Ortie piquante EF Prèle	50ml 50ml	1 càc à diluer matin et soir en cure de 3 mois	En complément de soins externes
ALOPECIE	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Pimenta Dioïca HV Argan	1.5% 100ml	Appliquer 10 gttes sur le cuir chevelu, en massage laisser agir 30 mn rincer	
AMMELIORATION DES DEFENSES IMMUNITAIRES	GELULES	ES Echinacea angustifolia	100mg	1 gélule 3 fois par jour	
AMMELIORATION DES CHELOIDES / CICATRICES	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE helichrysum italicum HE cistus ladaniferus HV rosa moschata	3ml 3ml 24ml	1à2 gttes en long massage sur les cicatrices	
ANGOISSE	LIQUIDE USAGE INTERNE	HE lavandula angustifolia vera HE cananga odorata HE ravensara aromatica HE lippia citriodora	1 gtte 1 gtte 1 gtte 1 gtte		

ANTISEPTIQUE URINAIRE	LIQUIDE USAGE INTERNE	EF basilic EF lavande EF bruyère EF reine des prés	35ml 35ml 30ml 30ml	1 càc matin midi et soir dans un verre d'eau	
ARTHROSE / RHUMATISMES	LIQUIDE USAGE INTERNE	EPS saule EPS ortie parties aériennes EPS scrofulaire	50ml 50ml 50ml	1 càc par jour dans 1 verre d'eau avant le dîner	
BRONZAGE	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HV Argan HV Jojoba HV Macadamia HV Carotte	40ml 30ml 30ml 2ml	Appliquer matin et soir sur une peau sèche	
BRONZAGE	GELULES	Lycopene à 5% Vitamine E	120mg 10mg	1 gélule matin et soir 1 mois avant le départ pendant toute la durée de l'exposition et 1 mois après le retour	Ne protège pas des coups de soleil. Ecran total, lunettes de soleil et t-shirt restent des protections indispensables
CANDIDOSE CUTANEE / PIEDS D'ATHLETES	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Géranium rosat Égypte HE Laurier noble HE Palmarosa HE Thym CT thujanol	3 gttes 2 gttes 3 gttes 2 gttes	2 à 3 gouttes du mélange en application locale 2 à 3 fois par jour	

CELLULITE	GELULES	HE Basilic HE Hysope couchée HE Menthe verte HE Cyprès TIXOSIL	30mg 10mg 15mg 25mg qsp 1gélule	1 gélule matin midi et soir pendant 20 jours arrêt 1 semaine puis recommencer	
CELLULITE	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Hélichryse italienne HE Eucalyptus mentholé HE Romarin à cinéole HE cèdre de l'atlas HE Cyprès HE Gaultherie HE Genièvre HE Thym à linalol HV noisette Excipial hydrolotion	2ml 2ml 5ml 5ml 2ml 2ml 3ml 2ml 20ml qsp 100ml	En massage léger matin et soir	
CHEVEUX	SHAMPOOING FRAICHEUR	HE Menthe poivrée Teinture Eucalyptus Excipial capilla	2ml 10ml qsp 125ml	En massage du cuir chevelu	
CHEVEUX	SHAMPOOING CHEVEUX SECS	Lécithine de Soja HV Noyaux d'abricots Excipial Capilla	1g 5g qsp 100g	Shampooiner en massant les longueurs	
CHEVEUX	HUILE REPARATRICE	HV Argan HV Germe de blé HV Jojoba VIT E	15ml 10ml 15ml 2ml	Vaporiser l'huile laisser agir 30mn, faire un shampooing, rincer	

CHEVEUX	SHAMPOOING REGULATEUR DU SEBUM	HE Citron HE Romarin HE Sauge Excipial Capilla	3ml 3ml 1ml qsp 125ml	Masser doucement le cuir chevelu laisser poser 5mn, rincer	
CHEVEUX	LOTION ANTI PELLICULAIRE	HE Cèdre de l'atlas HE Romarin HE Cyprés HV Olive	0.5ml 0.5ml 0.5ml 50ml	Masser le cuir chevelu avec une quinzaine de gouttes de la solution laisser agir la nuit laver le lendemain	
CHEVEUX	SHAMPOOING CHEVEUX DEVITALISES	Eau Fleurs d'Oranger EG Pépins de pamplemousse HE Bay de saint thomas Vit E Excipial Capilla	30ml 10ml 2ml 1ml qsp 125ml	Masser le cuir chevelu et les longueurs, rincer	
CHEVEUX	SHAMPOOING ANTI PELLICULAIRE	HE Cèdre de l'atlas HE Tea tree HV Cade Excipial Capilla	2ml 2ml 3g qsp 125ml	Masser doucement, laisser agir 10mn et rincer	
CHEVEUX	SHAMPOOING ANTI DERMITE SEBORRHEIQUE	HV Cade HE Melaleuca alternifolia Excipial Capilla	4ml 2ml qsp 125ml	Masser le cuir chevelu délicatement, laisser agir 15mn et rincer	
CHEVEUX	LOTION SEBO- REGULATRICE	HE Cèdre de l'atlas HE Citron HE Géranium rosat HE Lavande officinale HE Pin sylvestre	1ml 1ml 1ml 1ml 1ml	Ajouter 3 gttes du mélange au shampooing habituel, laisser agir 5mn, rincer, renouveler tous les 3 jours	

CHEVEUX	LOTION ANTI DERMITE SEBORRHEIQUE	HE Tea tree HV Amande douce	3ml qsp 100ml	Appliquer 1 goutte sur la zone du cuir chevelu à traiter, masser, laisser agir toute la nuit, faire un shampooing	
CHEVEUX	LOTION FORTIFIANTE ET STIMULANTE	HE Romarin HE Bois de cèdre HE Bois de rose HE Citron HE Ylang ylang HV Argan	1ml 1ml 1ml 2ml 0.5ml 10ml	Mettre 3 à 5 gttes dans le shampooing, laisser agir 5 mn, rincer soigneusement, renouveler tous les 3 jours	
CHEVEUX ET ONGLES	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HV Argan HV Macadamia HV Rose Musquée	20ml 20ml 10ml	5 gttes sur les mains et masser soigneusement	
CHEVEUX ET ONGLES	LIQUIEDE USAGE EXTERNE	HV Amande Douce HV Bourache Sodium Chlorure	50ml 50ml 50g	Masser les mains avec la solution pendant 2 à 3 mn et rincer	Agiter avant emploi
CHOLESTEROL	GELULES	HE Romarin verbénone HE Hélichryse italienne HE Lédon du Groenland HE Oranger bigaradier PG HE Menthe poivrée TIXOSIL	20mg 20mg 20mg 20mg 20mg qsp 1 gélule	1 gélule 3 fois par jour 20 jours, arrêt 1 semaine puis recommencer	

CIRCULATION SANGUINE	GELULES	ES vigne rouge ES hamamélis ES mélilot ES orthosiphon ES pissenlit	60mg 60mg 60mg 60mg 60mg		
CONTRACEPTION	OVULES	HE coridothymus capitatus HE lavandula angustifolia HE rosmarinus officinalis TM saponaire TM ananas Witepsol	2à3 gttes 2à3 gttes 2à3 gttes 0,05g 0,05g qsp	1 ovule à prendre 1 heure avant les rapports	En cas de rapports itératif il est déconseillé de replacer un nouvel ovule. Pas de douche vaginale après rapports
COUPEROSE	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Ciste HE de Cyprès HE de Géranium rosat HE Hélichryse italienne HE de Palmarosa HE de Romarin à cinéole HV Calophyllum	1 gtte 1 gtte 1 gtte 1 gtte 1 gtte 1 gtte 6 gttes	Appliquez matin et soir jusqu'à amélioration sensible de votre couperose	
CREVASSES DES LEVRES	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Hélichryse italienne HE Lavande Aspic HE Palmarosa HV Germes de blé	1ml 2ml 2ml 4ml	3 gouttes en application locale 4 fois par jour jusqu'à amélioration sensible	

DIGESTION	LIQUIDE USAGE INTERNE	HE mentha piperata HE ocimum basilicum HE citrus hystrix HE citrus limonum	3 gtte 2 gtte 1 gtte 1 gtte		
DOULEURS BRULURES	POMMADE	capsicum solution à 0,1% cold-cream	25g 75g		
DOULEURS ARTICULAIRES	GELULES	ES prêle Bambou poudre Lithotame poudre ES harpagophytum Cartilage de requin poudre	60mg 60mg 60mg 60mg 60mg		
DOULEURS GINGIVALES ADULTES	LIQUIDE	HE laurus nobilis HE eugenia caryophyllata HE myrtus communis HE lavandula angustifolia vera HE cistus ladaniferus HV calendula HV millepertuis	1 gtte 1 gtte 1 gtte 1 gtte 1 gtte 3 gttes 3 gttes	Massez les gencives 3 à 4 fois par jour du bout du doigt, jusqu'à amélioration totale en 3 à 4 jours	Déconseillé aux femmes enceintes se rapprocher de la forme enfant
DOULEURS GINGIVALES BEBE ENFANT	LIQUIDE	HE laurus nobilis HE myrtus communis HE lavandula spica HE chamaemelum nobilis HV calendula	1 gtte 1 gtte 1 gtte 1 gtte 2.5ml	Massez les gencives avec 2 gouttes du mélange 4 à 5 fois par jour du bout du doigt, jusqu'à amélioration totale en 3 à 4 jours	

DRAINEUR HEPATO-BILIAIRE	GELULES	ES curcuma ES artichaut ES radis noir	100mg 100mg 100mg	3 gélules par jour	
ECZEMA SEC	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Lavandula Angustifolia HE Cympopogon Martinii HV Calophyllum Inophylum HV Rosa rubiginosa	0.5ml 0.5ml 10ml 30ml	3 à 4 applications locales par jour à adapter selon amélioration	
ECZEMA / DERMITE ATOPIQUE	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Tanacetum Annuum HE Artemesia Dracunculus HE Lavandula angustifolia vera HE Chamaemelum nobile HE Cymbopogon martini HV Germe de blé	0.5ml 1ml 2ml 2ml 3ml QSP 50ml	3 applications par jour en plus d'une alimentation adaptée (acide gras essentiels)	
ETAT DEPRESSIF	GELULES	ES griffonia	200mg	1 à 3 gélules par jour	
FRAGILITE DES PHANERES	GELULES	Levure de bière ES prêle	100mg 50mg	6 gélules par jour pendant 10 jours puis 3 gélules par jour pendant 3 mois	

GRIPPE COMMUNE (préventif) ET GRIPPE AVIAIRE	LIQUIDE USAGE INTERNE	HE melaleuca alternifolia HE ravintsara HE citrus limonum HE thymus vulgaris ct4 thuya HE organum compactum HE eucalyptus radiata HE melaleuca quinquinervia	1.5ml 1.5ml 1.5ml 0.5ml 0.5ml 3ml 1.5ml	1 à 2 gttes matin et soir à prendre sur un morceau de pain ou dans 1 càc de miel	
GRIPPES (préventif)	LIQUIDE USAGE INTERNE	HE eucalyptus radiata HE thymus CT4 thuyanol HE laurus nobilis	5ml 1ml 4ml	3 gttes 2 fois par jour dans du miel	Enfant à partir de 8 ans (demi doses jusqu'à 14 ans)
GRIPPES (préventif)	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Ravintsara HE eucalyptus radiata	5ml 10ml	3 gttes 2 fois par jour dans du miel. En friction 1 à 2 fois par jour sur le thorax au creux des coudes sous les pieds	
GRIPPES (préventif)	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE saro HE ravintsara HE eucalyptus radiata	5ml 5ml 10ml	En diffusion ou quelques gouttes sur un mouchoir	

GRIPPES (curatif)	LIQUIDE USAGE INTERNE	HE Cinnamonum zeylanicum ec HE ravintsara HE saro HE eucalyptus radiata HE thymus CT4 thuyanol	10 gttes 2ml 2ml 4ml 10 gttes	2 gttes 3 fois par jour	Déconseillé aux enfants de moins de 8 ans
GRIPPES (curatif)	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE eugenia caryophyllata HE ravintsara HE laurus nobilis HE saro HE eucalyptus radiata	5ml 10ml 5ml 5ml 5ml	À respirer ou en diffusion	
GYNECOLOGIE / CANDIDOSE	GELULES USAGE INTERNE	HE melaleuca alternifolia HE pelargonium asperum HE cinnamonum verum HE cymbopogum martini HE origanum heracleoticum HE thymus vulgaris ct1 linalol	20mg 20mg 20mg 20mg 20mg 20mg	1 gélule matin midi et soir pendant 20 jours	
HEMMORROÏDES	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE melaleuca alternifolia HE lavandula angustifolia vera HE tanacetum annuum HE cupressus sempervirens HV millepertuis	10 gttes 5 gttes 5 gttes 5 gttes QSP 50ml	Bien nettoyer l'anus et les hémorroïdes avant d'y appliquer plusieurs fois par jour le mélange	

IMMUNOSTIMULANT	LIQUIDE USAGE INTERNE	EPS cyprès EPS echinacea EPS plantain	50ml 50ml 50ml	1 càc 3 fois par jour 20 jours par mois en cure de 3 mois	
IMPETIGO	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Bois de Rose HE Palmarosa HE Géranium rosat Egypte	1ml 1ml 2ml	2 gouttes du mélange en application locale cutanée 4 fois par jour pendant 7 à 10 jours suivant évolution	
INFECTION PERIUNGUEALE	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Melaleuca alternifolia HE Cymbopogon martinii HE Lavandula latifolia spica HE Aniba rosaeodora HE Gaultheria procumbens HE Origanum compactum Transcutol	2ml 2ml 1ml 1ml 1ml 1ml QSP 15ml	4 applications locales par jour jusqu'à amélioration complète	
INSOMNIE / TROUBLES DU SOMMEIL	LIQUIDE USAGE INTERNE	EPS escholtzia EPS passiflore EPS valériane	50ml 50ml 50ml	½ à 1 càc dans 1 verre d'eau au coucher	Enfant de - de 12 ans
LICHEN PLAN	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Palmarosa HE Clou de Girofle HE Géranium rosat Egypte HE Laurier noble	2ml 1ml 2ml 1ml	Appliquer localement plusieurs gouttes du mélange 3 fois par jour pendant 3 semaines	
MELANGE HYPOCHOLESTERO LEMIAN (formuleA)	GELULES	Chitosan poudre	250mg	30mn avant les repas jusqu'à amélioration	

MELANGE HYPOCHOLESTERO LEMIANT (formuleB)	GELULES	ES olivier	200mg	1 gélules 3 fois par jour	
MELANGE HYPOGLYCEMIANT	GELULES	ES myrtille ES eucalyptus cosses de haricot poudre	100mg 100mg 100mg		
MENOPAUSE CONFORT HORMONAL	GELULES	ES yam ES gattilier ES salsepareille ES damiana	100mg 50mg 50mg 25mg	3 gélules par jour	
MOLLUSCUM CONTAGIOSUM	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE melaleuca quinquinervia HE melaleuca alternifolia HE eucalyptus polybractea ct2 HE ocimum basilicum	5ml 3ml 1ml 1ml	2 à 3 applications locales point par point jusqu'à disparition	
MYCOSE CUTANEE (CURATIF)	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Palmarosal HE Tea tree HE Géranium Rosat HE Litsée citronné HE Laurier Noble HV Calophyllum Inophyllum	2ml 1ml 1ml 0.5ml 1ml QSP 30ml	3 à 4 applications locales par jour jusqu'à amélioration sensible	
MYCOSE CUTANEE (PREVENTIF)	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Santal HE Palmarosa HE Bois de Rose HE Calament nepeta HV Amande douce	3 gttes 5 gttes 5 gttes 3 gttes 1ml	Dans une crème de base neutre, ajouter à raison de 1 goutte du mélange d'huiles essentielles par 5 ml de crème.	

MYCOSE DES PIEDS	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Melaleuca Alternifolia HE Thym à thuyanol HV Noisette	2ml 1ml qsp 15ml	Appliquer matin et soir sur la peau bien sèche	
MYCOSE DES PIEDS	BAIN DE PIEDS	HE Melaleuca Alternifolia HE Citron EG Pépins pamplemousse Labrafil M1944	2ml 2ml 10ml qsp 125ml		
OEDEMES / PEAU D'ORANGE	GEL	HE genièvre HE sauge d'Espagne HE menthe poivrée HE cypres HE lavande Gel neutre	1ml 3ml 1ml 1ml 3ml qsp 100g		
OEDEMES RETENTION D EAU	GELULES	ES piloselle ES reine des prés ES mélilot ES bouleau	200mg 200mg 200mg 200mg	1 gélules 3 fois par jour	
OSTEOPOROSE	GELULES	bambou poudre prêle poudre lithotame poudre chondroïtine sulfate huître coquille poudre	100mg 100mg 100mg 100mg 100mg		
PEDICULOSE ADULTE ENFANT	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Romarin camphré HE Lavandin HE Cedre de l'atlas HE Tea tree HE Myrte à cineole	2ml 3ml 1ml 3ml 1ml	Préventif : 3 gouttes dans du shampooing 3 fois par jour. Curatif : frictionner le cuir chevelu avec 6 à 10 gouttes du mélange	Enfant de + de 5 ans

PELLICULES	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Orange HE Palmarosa HE Cèdre de l'atlas	3ml 2ml 1ml	3 à 4 gouttes du mélange dans votre noix de shampooing	
PIED	BAIN DELASSANT	Sodium Chlorure HE Citron HE Lavande	200g 4ml 4ml	Bain de pied pendant 15 à 30 mn	
PIED	GEL FRAICHEUR	HE Sariette HE Lavande Menthol Gel neutre	1% 1% 2g qsp 100g	Appliquer apres la douche	Pour un effet "froid" garder la préparation au réfrigérateur
PIED	GOMMAGE	Pierre ponce Cold Cream	80g qsp 100g	Masser vigoureusement en insistant sur les callosités	
PREVENTION DU PALUDISME	GEL USAGE EXTERNE	HE eucalyptus pol.ct2 cryptone HE aniba rosaeodora HE eucalypytus citriodora Gel neutre	4ml 4ml 4ml qsp 100ml	1application thoracique et dorsale 5 jours avant, pendant, et 15 jours après le séjour	
PREVENTION DU PALUDISME	GELULES	HE satireja montana	40mg	1 gélules 1 jour sur 2	

PSORIASIS ENFANT ET ADULTE	GEL	HE Nard jatamansi HE Myrrhe HE Palmarosa HE Camomille romaine HE Myrte à cinéole HE Tanaisie annuelle HE Romarin à verbénone HV Calophylle inophyle HV Argan Gel neutre	0.5ml 1ml 1ml 1ml 1ml 0.5ml 0.5ml 3ml 3ml QSP 100ml	Posologie adulte : 1 application locale 3 fois par jour pendant 3 semaines et plus	
PURIFICATION DE L'AIR	SOLUTION	HE Eucalyptus HE Pin sylvestre HE Thym rouge HE Lavande Alcool 90°	4ml 4ml 4ml 4ml qsp 100ml	Vaporiser dans la salle laissez agir 15mn puis aérer	Enfants de moins de 6 ans et femmes enceintes
REGIME : APPAISEMENT DE LA SENSATION DE FAIM (sucré)	GELULES	ES hoodia gordonii	200mg	3 gélules par jour	
REGIME : AUGMENTATION DE LA SATIETE	GELULES	ES fucus konjac poudre ES garcinia	100mg 200mg 200mg	1 gélule 3 fois par jour 30 mn avant les repas avec beaucoup d'eau	
REGIME : BRULEUR	GELULES	ES ananas ES citrus aurantium ES fucus	50mg 10mg 10mg	2gélules le matin et 2 gélules le soir	

REGIME : BRULEUR	GELULES	ES coléus forskohlii	150mg	1 gélule 30mn avant châque repas	
REGIME : BRULEUR	GELULES	ES thé vert ES svétinol ES citrus aurantium	100mg 100mg 100mg	1 à 2 gélules 2 à 3 fois par jour	
<u>REGIME : DRAINEUR</u>	GELULES	ES vignes rouges ES orthosiphon ES piloselle ES pissenlit	100mg 100mg 100mg 100mg	1 à 2 gélules 3 fois par jour	
<u>REGIME SURPOIDS</u>	GELULES	HE Liveche HE Céleri HE Carotte HE Basilic HE Cannelle de chine HE Citron Tixosil	25mg 25mg 25mg 25mg 25mg 25mg qsp 1 gélule	1 gélule 3 fois par jour 20 jours, arrêt 1 semaine puis recommencer	
<u>RHUMATISMES / INFLAMMATIONS</u>	LIQUIDE USAGE INTERNE	EPS fumeterre EPS bardane EPS scrofulaire	50ml 50ml 50ml	1 càc dans 1 verre d'eau au petit déjeuner	
<u>SPORT CHAUFFANT</u>	LIQUIDE USAGE EXTERNE	Huile camphrée Alcool camphré	100ml 100ml	Masser les muscles 30 mn avant l'effort	
<u>SPORT CHAUFFANT</u>	LIQUIDE USAGE EXTERNE	Camphre Menthol HE Terebenthine HV Noisette	1g 1g 2% qsp 100ml	Masser les muscles 30 mn avant l'effort	

<u>SPORT CONTUSION</u>	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Gaultheria procumbens HE Helichryse HV Arnica	1.5% 1.5% qsp 100ml	Masser la zone douloureuse 2 à 3 fois par jour	
<u>SPORT FATIGUE MUSCULAIRE</u>	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Gaultheria procumbens HE Juniperus communis HV Noisette	1% 2% qsp 100ml	Masser de façon prolongée la zone douloureuse matin et soir	
<u>SPORT TENDINITE</u>	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Gaultherie HE Eucalyptus citroné HE Romarin camphré HE Helichryse italienne HE Menthe poivrée HV Arnica HV millepertuis	2ml 2ml 1ml 1ml 1ml 10ml 10ml	6 à 10 gouttes par jour jusqu'à guérison complète	
<u>TRACHEITE</u>	LIQUIDE USAGE INTERNE	HE thymus vulgaris HE thymus vulgaris ct4 thuya HE melaleuca alternifolia HE mentha x citrata	2 gtte 2 gtte 2 gtte 1 gtte		
<u>URTICAIRE CHEZ L ADULTE</u>	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE Géranium Rosat Egypte HE Lavande vraie HE Camomille Noble HE Palmarosa HV Calendula	2 gttes 3 gttes 1 gtte 1 gtte 3 gttes	Conseil d'utilisation : 4 à 6 gouttes du mélange en application locale 3 fois par jour jusqu'à amélioration franche	

<u>ZONA</u>	LIQUIDE USAGE EXTERNE	HE eucalyptus globulus HE ravensara HE helichrysum italicum HE laurus nobilis HE thymus vulgaris HE chamaemelum nobilis HE mentha piperata	6ml 12ml 4.5ml 1.5ml 2.1ml 0.9ml 3ml	En application locale plusieurs fois par jour sur les zones lésées	
--------------------	-----------------------------	--	--	--	--