

# L'AROMATHÉRAPIE

## A LA MAISON MEDICALE JEANNE GARNIER

### VOUS AVEZ DIT AROMATHERAPIE?

La Maison Médicale Jeanne Garnier vous propose l'aromathérapie en complément de soin. Cette discipline consiste en l'utilisation des huiles essentielles et permet d'agir de façon douce et naturelle sur différents symptômes.



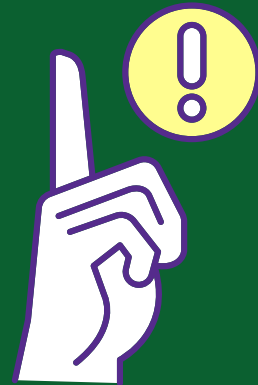
### QU'EST-CE QU'UNE HUILE ESSENTIELLE?

Une huile essentielle (HE) est un véritable "concentré" de plante obtenu par distillation d'une partie de la plante (fleur, feuille, écorce...) ou par extraction du zeste pour les agrumes. Chaque HE contient entre 50 et 200 composés chimiques différents, responsables de l'action des HE mais aussi de leur toxicité potentielle.



### LE CHOIX DES HUILES ESSENTIELLES

Les huiles essentielles ont été rigoureusement sélectionnées par des professionnels formés à l'aromathérapie afin de vous proposer des soins sécuritaires et adaptés à vos besoins.



### SUR QUELS SYMPTÔMES?

- Anxiété, troubles du sommeil
- Détente
- Douleur
- Nausées, vomissements
- Etc...

### LES VOIES D'UTILISATION

- par le biais de l'odorat: en diffusion ou par sticks olfactifs.
- par voie cutanée: HE diluées dans une huile végétale, en massages, après un test de tolérance.
- par voie orale: non utilisée à Jeanne Garnier, excepté pour les soins de bouche.

