

Introduction à l'aromathérapie

Par Églantine Vignon, herboriste et aromathérapeute

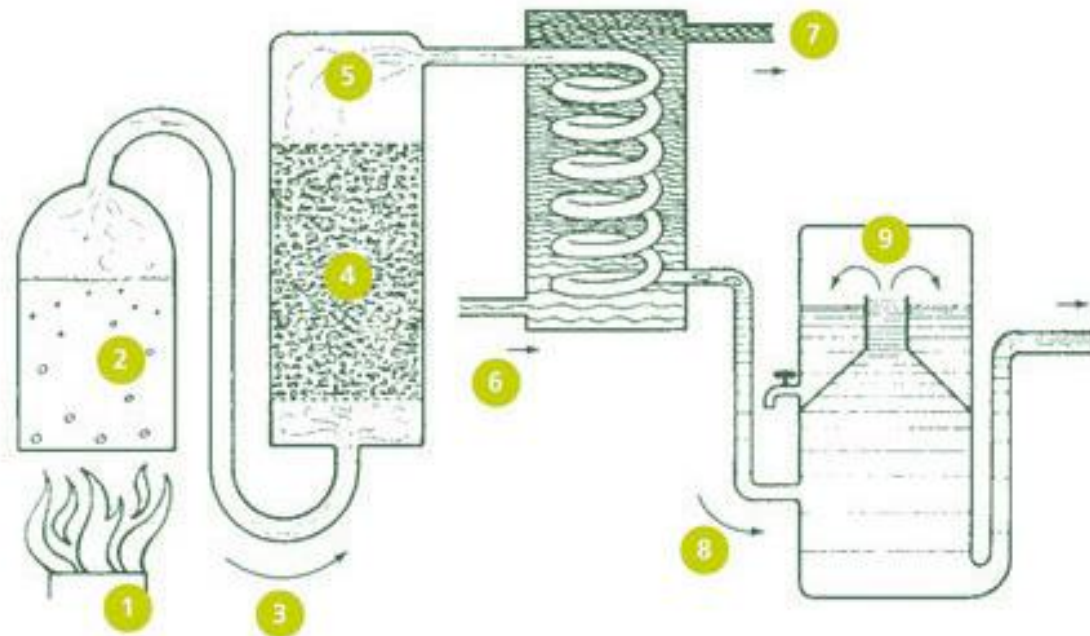


Type d'extraction

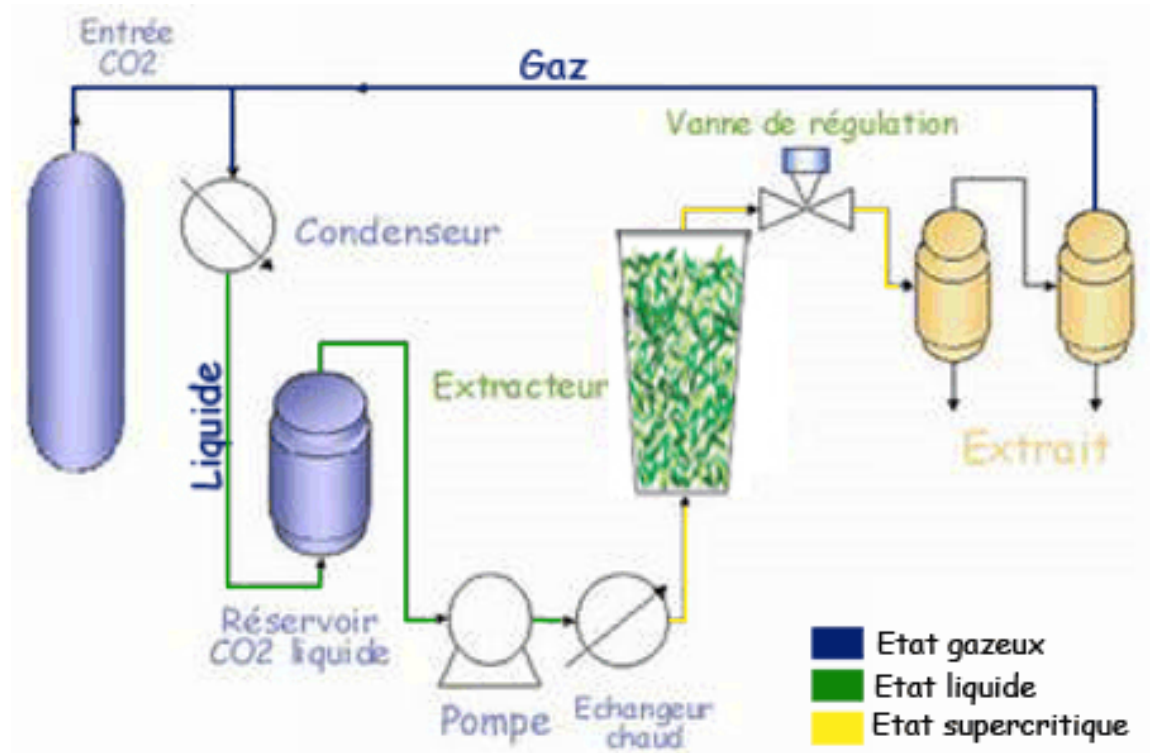
- Distillation à la vapeur d'eau: la plus utilisée. Donne l'huile essentielle et l'eau florale.
- Expression: pour les zestes d'agrumes. Pas d'eau florale.
- Enfleurage: pour les fleurs comme le jasmin. Très dispendieux. On obtient l'absolu.
- Extraction par fluide supercritique (CO₂): dispendieux. Technologie moderne qui extrait sans altérer l'extrait végétal.
- Extraction aux solvants organiques: à proscrire. Inflammable et toxique.

Distillation à la vapeur

- 1 feu
- 2 eau
- 3 vapeur d'eau
- 4 plantes aromatiques
- 5 vapeur d'eau chargée d'H.E.
- 6 eau froide
- 7 eau chaude
- 8 eau + H.E.
- 9 huile essentielle
- 10 hydrosol ou hydrolat



Extrait Co2





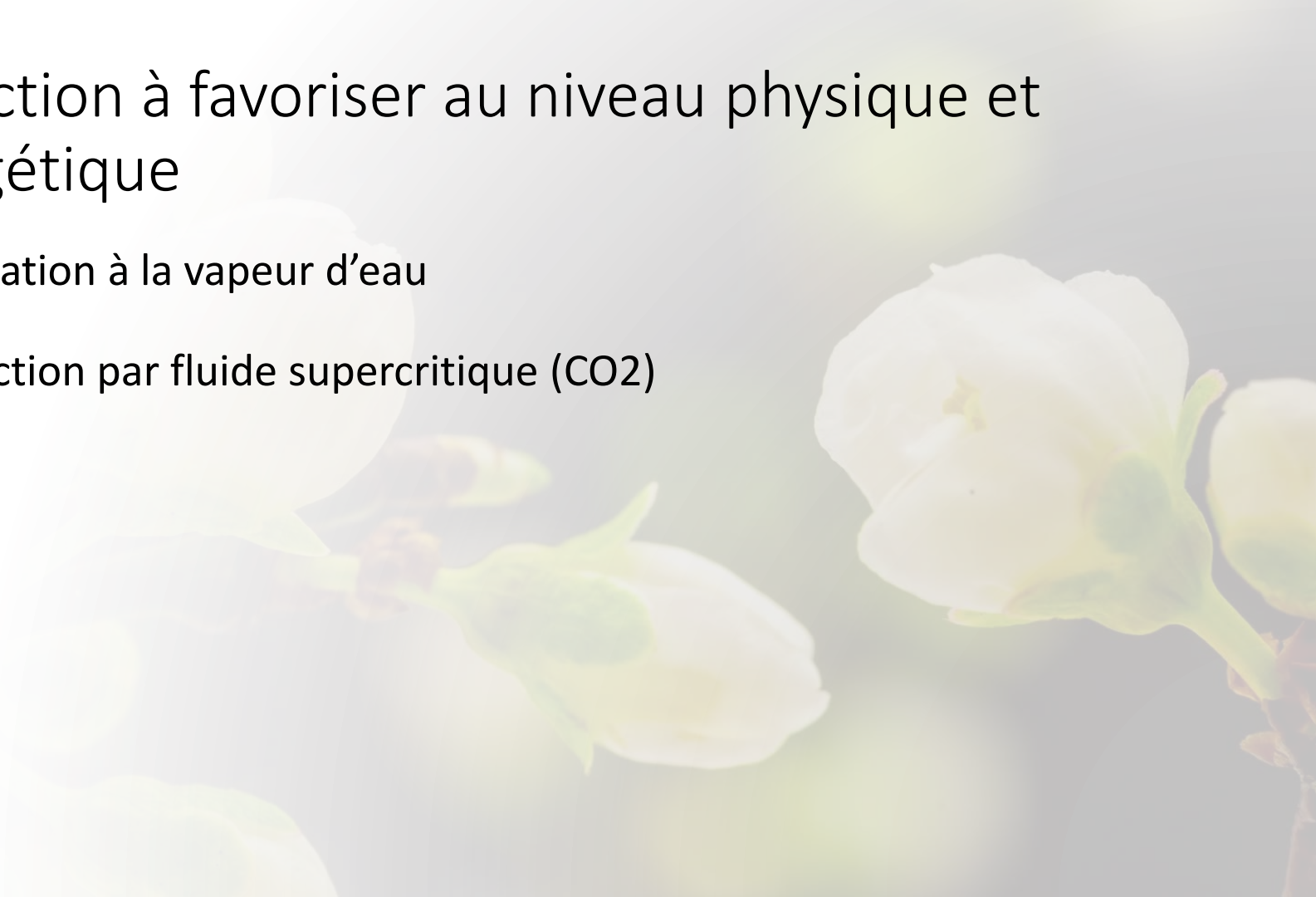
Expression

Enfleurage



Extraction à favoriser au niveau physique et énergétique

- Distillation à la vapeur d'eau
- Extraction par fluide supercritique (CO₂)



Modes d'utilisation

- En diffusion: diffuseurs aromatiques, brûleurs aromatiques. Voie respiratoire = rapidité de pénétration.
- Inhalation: Idéal lors de rhumes et congestion nasale. Voie respiratoire = rapidité de pénétration.
- Interne: par voie orale, dilué dans de l'huile végétale ou du miel. Voie digestive : idéal pour infections sévères et traitement de fond
- Interne: par voie rectale: idéal pour les infection respiratoires. Rapidité de pénétration.
- Applications cutanées: pure ou diluée dans une huile végétales. Voie cutanée: idéal pour infections de la peau, blessures de toutes sortes et pour les bébés et enfants Attention aux huiles dermocaustiques et/ou photosensibilisantes. Faire un test allergie. Utiliser les pieds.

Diffuseur aromatique électrique



Inhalation



Nébulisateur avec eau



Aromathérapie de qualité

- Nom latin complet avec le chémotype
- Partie de la plante utilisée
- Pays de provenance
- Mode d'extraction
- Numéro de lot
- Attention aux essences bas de gamme et aux fragrances

Merci pour votre attention !

Si vous avez des questions n'hésitez pas à les poser dans le cours!

Bonne lecture et écoute!