

## PRINCIPALES RÈGLES À RESPECTER

### DANS TOUS LES CAS

Assurez-vous de la **qualité** 100% pure et naturelle de l'huile essentielle utilisée.

Vérifiez l'**identité** de l'huile essentielle utilisée (par exemple la lavande vraie est différente de la lavande aspic, le thym à thymol du thym à linalol...).



Respectez les **instructions** mentionnées sur l'étiquetage (dosage, précautions...) et conservez ces informations.

Assurez-vous que l'**usage** que vous envisagez est bien **recommandé** pour cette huile essentielle.

**Conservation :**

- hors de portée et de vue des enfants
- dans endroit frais, à l'abri de la lumière
- tenir éloigné des flammes et sources de chaleur intense

**Ne pas utiliser :**

- sur les yeux, le contour des yeux, les conduits auditifs et nasaux, les zones ano-génitales
- en injection

## DEMANDER L'AVIS

**D'UN PROFESSIONNEL DE SANTE**  
(médecin, pharmacien, aromathérapeute...)



- Femmes enceintes ou allaitantes
- Nourrissons et enfants
- Personnes à terrain allergique
- Pour une utilisation par voie orale
- En cas de doute sur l'usage ou sur l'huile essentielle
- En cas de traitement médical en cours (par exemple asthme, problèmes rénaux et hépatiques, pathologies cardiovasculaires, troubles convulsifs, cancers...)
- Pour une utilisation sur une longue durée