

Orange amère ou bigaradier (citrus aurentium)

3) orange amère zeste.

Huile essentielle Bio

Origine: bassin méditerranéen, Amérique du sud.

Organe utilisé: zeste expressé

Principes actifs:

limonène: ± 90%
coumarine et furocoumarine



Autrement appelée bigarade ou orange de Séville, l'orange amère fait partie de la famille des rutacées, comme le citron, l'orange douce, la bergamote... sous la dénomination scientifique *Citrus Aurantium*. Arbre d'ornementation, dont l'étymologie viendrait du provençal «bigarrado», signifiant bigarré, chacune de ses parties est utilisée pour la production d'huile essentielle.

Propriétés.

Densité à 20°C : 0,840 à 0,86

Indice de réfraction à 20°C : 1,465 à 1,480

Pouvoir rotatoire à 20°C : +88 ° à +98 °

Point éclair : +47°C

Couleur : Jaune vert à brun jaune

Aspect : Liquide mobile.

Odeur : Fraîche, orangée et zestée

Utilisateurs :



Mode d'emploi :



Risques :



Propriétés.

Tonique digestive, apéritive*** : gastrites, stimulant digestif.

Calmante, sédative*** : agitation, angoisses, anxiété, dépression.

Antiseptique atmosphérique** : épidémies, désinfection chambre malade, convalescence, désodorisante.

Positivante** : créativité, concentration, pessimisme, surmenage

Immunostimulante **: infections bactériennes ou virales

Bienfaits cutanés** : cheveux (gras, ternes, pellicules). Dermatoses et boutons (acné, furoncle, piqure d'insecte...). Peau fatiguée (abimée). Peau grasse (séborrhée).

Pour quel problème et comment l'utiliser.

Convalescence, maux d'hiver, infections :

Diffusion : mettre dans un diffuseur le même nombre de gouttes d'HE orange amère + HE arbre à thé + HE sarro (nombre total de gouttes fonction du modèle de diffuseur : voir notice). Diffusez par plages de 15 minutes.

Inhalation : respirez fortement au dessus du flacon ouvert ou 3 gouttes sur un mouchoir. Plusieurs fois par jour jusqu'à amélioration.

Chambre de malade, mauvaises odeurs :

Diffusion : mettre dans un diffuseur le même nombre de gouttes HE orange amère + HE lavandin + HE géranium rosat. (Nombre total de gouttes fonction du modèle du diffuseur). Diffusez par plage d'un quart d'heure.

Calmante nerveuse et positivante :

Diffusion : mettre dans un diffuseur le même nombre de gouttes HE orange amère + HE ylang ylang + HE géranium rosat (même conditions que ci-dessus). Diffusez par plage d'un quart d'heure.

Cheveux gras : 2 gouttes HE orange amère dans le creux de la main mélangées au shampoing.

Dermatoses et boutons : voie cutanée : une goutte appliquée à l'aide d'un coton tige sur chaque bouton.

Peau fatiguée, peau grasse : voie cutanée : 2 gouttes diluées dans une crème, une huile végétale ou un masque.

Problèmes digestifs :

Voie orale : 1 goutte HE orange amère + 1 goutte HE menthe poivrée sur un morceau de sucre, une cuillère à café d'huile d'olive ou de miel. Avant le repas.

Autres précautions.

Voie orale :

L'utilisation de l'huile essentielle d'orange amère par voie orale doit se faire sous contrôle d'un thérapeute et avec parcimonie. Elle est d'un emploi délicat en interne car elle contient de la Sinéprine qui peut provoquer des troubles cardiaques. Il est recommandé de privilégier l'utilisation de l'Orange douce.

Voie cutanée :

L'HE d'orange amère est très photo sensibilisante. Ne pas s'exposer au soleil après son utilisation Elle est irritante pour la peau et peut provoquer des allergies chez les sujets sensibles.

Allergies :

Avant la première utilisation de l'HE d'orange amère procédez au test d'allergie en déposant au creux du coude 2 gouttes HE. Attendre 24 heures pour voir s'il n'y a pas de réaction.