

Précautions d'emploi et bon usage des huiles essentielles ***A lire avant toute utilisation***

- Employez les huiles essentielles avec modération et précaution. Les huiles essentielles sont très puissantes.
 - Les huiles essentielles ne doivent pas être appliquées sur les yeux, le contour des yeux, ni dans les oreilles. En cas de contact, appliquez abondamment une huile végétale neutre, puis rincez à l'eau. Consultez rapidement un médecin. Les huiles essentielles doivent être impérativement diluées pour une application sur les muqueuses.
 - Gardez toujours les huiles essentielles hors de portée et hors de vue des enfants. Pour leur sécurité, ne jamais retirer la capsule codigoutte des flacons des huiles essentielles.
 - Certaines huiles peuvent être irritantes ou particulièrement sensibilisantes. La majorité des huiles essentielles s'emploient diluées dans une huile végétale sur la peau. Nous vous recommandons de toujours effectuer un test de tolérance cutané dans le pli du coude pendant au moins 48 heures avant toute utilisation diluée sur la peau. Si vous observez une réaction (rougeur, irritation, picotement...), n'utilisez pas le mélange.
 - Les huiles essentielles d'Angélique, Bergamote, Céleri, Citron, Citron vert, Khella, Livèche, Mandarine, Orange, Orange sanguine, Pamplemousse, Tagète, Verveine odorante et le macérât huileux de Millepertuis peuvent être photosensibilisants. Après utilisation de ces huiles, ne vous exposez pas au soleil ou aux UV pendant 8 à 10 heures.
 - Certaines huiles essentielles peuvent être irritantes, particulièrement sensibilisantes ou peuvent présenter une certaine toxicité à forte dose ou à long terme : Achillée Millefeuille, Ail, Ajowan, Amande amère, Aneth, Anis vert, Basilic sacré, Basilic tropical, Baume de Copahu, Bay St Thomas, Bouleau jaune, Cannelle de Ceylan (écorce et feuille), Cannelle de Chine, Carvi, Cèdre Atlas, Cèdre de l'Himalaya, Cumin, Curcuma, Cyprès de Provence / toujours vert, Estragon, Eucalyptus à cryptone, Eucalyptus globulus, Eucalyptus mentholé, Fenouil doux, Gaulthérie couchée, Gaulthérie odorante, Girofle (clou et feuille), Hélichryse italienne, Inule odorante, Khella, Lantana, Laurier, Lemongrass, Lentisque pistachier, Litsée citronnée, Livèche, Magnolia, Mélisse, Menthe des champs, Menthe poivrée, Menthe verte, Millepertuis, Noix de muscade, Origan compact, Origan kaliteri, Origan vert, Origan vulgaire, Persil, Pin Patagonie, Pin sylvestre, Romarin à camphre, Romarin à erbénone, Rose de Damas, Sapin baumier, Sapin pectiné, Sarriette des montagnes, Serpolet, Tagète, Tanaïsie annuelle, Térébenthine, Thym saturéïdes, Thym à thymol, Verveine odorante, Ylang-Ylang.
- Pour plus d'information sur les précautions spécifiques à chaque huile essentielle, consultez les fiches respectives disponibles sur notre site internet www.boutiqueosmose.fr.
- D'une manière générale, nous déconseillons l'usage d'huiles essentielles pour les femmes enceintes ou allaitantes, les personnes épileptiques, les personnes hypersensibles ou présentant un cancer hormono-dépendant, et plus généralement celles ayant des problèmes de santé. Sauf avis médical, n'utilisez pas non plus d'huiles essentielles chez les bébés et les enfants de moins de 3 ans. Pour les enfants de plus de 3 ans, utilisez-les exclusivement sous contrôle médical.
 - Les injections d'huiles essentielles sont rigoureusement interdites.
 - En cas d'allergies respiratoires ou d'asthme, évitez d'inhaler directement les diffusions d'huiles essentielles.
 - N'associez pas huiles essentielles et traitements médicamenteux sans avis médical.
 - Consultez un médecin pour toute indication thérapeutique ou tout traitement par voie orale. Les huiles essentielles doivent être diluées sur un support type huile alimentaire, miel, sucre ou comprimé neutre pour un usage par voie orale.
 - En cas d'ingestion accidentelle, rincez la bouche avec une huile végétale alimentaire. Contactez immédiatement un centre anti-poison et consultez un médecin. Ne pas faire vomir. Si possible, il est conseillé d'avaler 1 ou 2 cuillerées d'huile végétale alimentaire afin de diluer l'huile essentielle.
 - En cas de doutes ou d'interrogations, n'hésitez pas à demander conseil à votre médecin.
- Les informations sur les huiles essentielles disponibles sur notre site internet, sur notre catalogue et sur nos plaquettes sont mises à votre disposition à titre informatif. Elles représentent la synthèse de nos lectures de différents ouvrages concernant l'aromathérapie.

Les bonnes pratiques de fabrication des cosmétiques maison ***A lire avant toute préparation***

1 - Avant la réalisation de votre cosmétique :

Assurez-vous du bon respect des règles d'hygiène :

- Adoptez une tenue propre et couvrante (privilégier le port de charlottes et blouses jetables).
- Lavez et séchez-vous soigneusement les mains ou portez des gants propres.
- Désinfectez les ustensiles et contenants que vous allez utiliser : soit en les passant 10 minutes à l'eau bouillante (à l'exclusion des contenants plastiques et pompes) puis en les séchant soigneusement avec un linge propre et sec, soit en les rinçant à l'alcool 60-70° (à l'exclusion des contenants gloss, petit pot bulle, mini-poudrier, boîtiers plats et les poudriers non résistants à l'alcool : nettoyage à l'eau chaude n'excédant pas les 75°C) puis en les laissant sécher à l'air libre.

Préparez votre plan de travail :

- Votre plan de travail doit être propre et non encombré, éloignez la nourriture et les boissons.
- Assurez-vous que vous disposez bien des ingrédients nécessaires et que leur date limite d'utilisation n'est pas dépassée.

Préparez les documents nécessaires à la réalisation de votre produit :

- Recette cosmétique, formulaire de traçabilité permettant de noter les ingrédients, les lots utilisés, les pesées réalisées ainsi que la date de fabrication.

2 - Pendant la fabrication :

- Suivez bien la recette en respectant les dosages indiqués, complétez bien votre formulaire de traçabilité.
- Utilisez des conservateurs éprouvés comme le Cosgard Aroma-Zone (respectez les dosages).
- Eviter les contacts de vos mains avec la préparation et les ingrédients.
- Des chauffes importantes de certains ingrédients sont parfois nécessaires. Les précautions d'usage doivent être respectées pour éviter brûlures et projections. Il est conseillé de porter des lunettes de protection.
- Dans le cas de préparations contenant de l'alcool : manipulez l'alcool, inflammable, loin de toute flamme et de toute source incandescente. Manipulez l'alcool dans un local aéré.

3 - Après la fabrication :

- Vérifiez la bonne dispersion des ingrédients, l'aspect homogène et sans agglomérat ni déphasage.
- N'hésitez pas à jeter votre préparation à la moindre formation de moisissure ou à la moindre apparition d'odeur désagréable, changement d'aspect,...
- Étiquetez soigneusement votre produit avec le nom de la préparation, date de réalisation, composition et date d'utilisation optimale.
- Stockez votre produit dans des conditions adaptées hors de portée des enfants.

4 - Avant d'utiliser votre produit :

- Certains ingrédients peuvent être allergisants : faites toujours un test préalable d'application de votre préparation dans le pli du coude sur environ 1 cm² pendant 48H pour vérifier qu'aucune réaction (picotement, rougeur, gêne respiratoire,...) n'apparaît avant d'utiliser votre préparation.