

# Gingembre

Zingiber officinale 15 ml

dōTERRA® | CANADA

PAGE D'INFORMATION DU PRODUIT



**CPTG** Certified Pure Tested Grade®

Application : **A** **T** **I** **S**

Partie de la plante : Racines

Méthode d'extraction : Distillation à la vapeur

Description aromatique : Chaud, épicé, terreux, doux

Principaux composants :  $\alpha$ -zingibérène, sesquiphellandrène

## Gingembre

Zingiber officinale 15 ml

Référence : 60215186

Prix de gros : \$56.50 CAD

Prix public : \$75.33 CAD

PV : 43.5



## DESCRIPTION DU PRODUIT

Provenant de Madagascar, l'huile essentielle de gingembre dōTERRA est produite à partir du rhizome de gingembre frais, la tige souterraine d'où émergent les racines. Ingrédient vedette de nombreux mets asiatiques, le gingembre présente un goût chaud et parfumé lorsqu'il est utilisé comme épice. En Occident, le gingembre est surtout associé aux desserts, comme le pain d'épices ou les biscuits au gingembre. L'huile essentielle de gingembre peut être appliquée sur la peau ou inhalée pour un arôme apaisant.

## UTILISATIONS

### Cosmétiques

- Appliquer sur le bas de l'abdomen pour un massage apaisant.
- Appliquer une goutte de gingembre sur la paume des mains et respirer pendant les promenades en voiture.
- Verser une goutte dans un bain chaud pour une expérience aromatique apaisante.

### Alimentaires

- Combiner avec du citron et du miel dans de l'eau chaude pour une boisson relaxante.
- Remplacer la racine de gingembre par une goutte d'huile essentielle dans les recettes sucrées et salées.

### Quotidiennes

- Diffuser l'huile essentielle de gingembre pour un arôme énergisant en fin d'après-midi.
- Pendant la saison froide, diffuser trois gouttes avec deux gouttes d'huile essentielle d'orange sauvage pour un arôme réchauffant.

## INSTRUCTIONS

**Usage aromatique :** Verser trois à quatre gouttes dans le diffuseur de votre choix.

**Usage interne :** Diluer une goutte dans 120 ml de liquide.

**Utilisation topique :** Pour une utilisation topique, diluer une goutte dans 5 à 10 gouttes d'huile de support afin de prévenir l'irritation cutanée.

## PRÉCAUTIONS

Peut ne pas convenir aux peaux sensibles. Garder hors de la portée des enfants. Consultez votre médecin si vous êtes enceinte, allaitez ou faites l'objet d'un suivi médical. Éviter tout contact avec les yeux, l'intérieur des oreilles et les zones sensibles.