

Menthe poivrée (PSN)

Mentha piperita 15 mL

dōTERRA® | CANADA

Page d'Information du Produit



CPTG Certified Pure Tested Grade®

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

Partie de la plante : Feuilles, tiges

Méthode d'extraction : Distillation à la vapeur

Description aromatique : Mentholé, frais, herbacé

Principaux composants : Menthol, menthone, eucalyptol

Menthe poivrée (PSN) | *Mentha piperita* 15 mL

30192113

Bienfaits principaux

- + Dégage un arôme rafraîchissant et énergisant.
- + Procure une sensation de fraîcheur.
- + Donne un goût de menthe rafraîchissant à l'eau ou aux recettes.
- + Sert en aromathérapie comme agent calmant qui agit sur le système nerveux.
- + Sert en aromathérapie comme remède carminatif et antispasmodique pour soulager les symptômes de l'inconfort digestif.
- + Sert en aromathérapie pour aider à soulager le rhume et la toux.
- + Sert traditionnellement en phytothérapie pour aider à soulager la nausée et les vomissements.

Description

L'huile de menthe poivrée CPTG® dégage un arôme distinctif et revigorant qui crée une atmosphère positive et énergisante. En raison de sa forte teneur en menthol, elle a un effet rafraîchissant en application topique et procure une sensation apaisante pendant un massage. Elle ajoute également un goût mentholé rafraîchissant aux desserts et aux boissons, et entre fréquemment dans la composition des dentifrices et de la gomme à mâcher pour les soins buccodentaires.

En phytothérapie, l'huile de menthe poivrée de dōTERRA peut aider à soulager les symptômes de l'inconfort digestif et de la nausée. En diffusion ou en utilisation topique en aromathérapie, son arôme frais et rafraîchissant possède des propriétés calmantes et peut aider à soulager les symptômes du rhume et de la toux. NPN 80061370

Utilisations

Cosmétiques

- + Diffusez l'huile de menthe poivrée, ou déposez une goutte dans la paume de la main et inhalez.
- + Massez-la sur le cou et les épaules pour un arôme rafraîchissant.
- + Mélangez une goutte à votre shampoing ou à votre revitalisant pour un massage stimulant du cuir chevelu.
- + Ajoutez une goutte d'huile de menthe poivrée à votre recette préférée pour l'aromatiser.

Thérapeutiques

- + Utilisée en aromathérapie comme remède nervin et calmant.
- + Utilisée en aromathérapie comme remède carminatif et antispasmodique pour soulager les symptômes de l'inconfort digestif.
- + Utilisée en aromathérapie pour aider à soulager le rhume et la toux.
- + Utilisée en aromathérapie pour aider à soulager les douleurs articulaires et musculaires associées aux entorses, aux foulures et à l'arthrite rhumatoïde.
- + Utilisée traditionnellement en phytothérapie pour aider à soulager la nausée et les vomissements.

Méthodes d'utilisations

A Utilisation aromatique **T** Utilisation topique **I** Utilisation interne **H** Utilisation à domicile

Sensibilité de la peau

N Application topique sans dilution (neutre) **D** Diluer avant d'utiliser topiquement (diluer) **S** Dilution pour les peaux jeunes ou sensibles (sensible)

Instructions

Aromatique : Versez 1 à 6 gouttes d'huile essentielle non-diluée sur un mouchoir et inspirez lentement jusqu'à 3 fois par jour.

Interne : Ajoutez 2 gouttes ou plus d'huile dans de l'eau, sur un morceau de sucre, ou dans une capsule végétale dōTERRA. Maximum de 16 gouttes par jour.

Topique : Diluez 1 goutte dans 5 ml d'huile de noix de coco fractionnée dōTERRA. Appliquez sur votre peau jusqu'à 3 fois par jour ou utilisez pendant un massage une fois par jour. Frottez ou massez sur la peau jusqu'à l'absorption complète. N'utilisez pas l'huile essentielle sans l'avoir diluée.

Précautions

Gardez hors de la portée des enfants. Pour une utilisation externe uniquement. Évitez tout contact avec les yeux et les membranes muqueuses. En cas de contact, rincez soigneusement avec de l'huile végétale. Si une ingestion accidentelle se produit, consultez urgemment un médecin ou contactez un centre antipoison. Consultez un médecin si vous avez de l'épilepsie, si vous êtes asthmatique, ou si les symptômes persistent ou s'aggravent. Si vous êtes enceinte ou en cours d'allaitement, n'utilisez pas ce produit. Évitez l'exposition au soleil des zones traitées pendant 24 à 48 heures après avoir appliqué le produit. Si vous avez des nausées, étourdissements, maux de tête ou une réaction allergique, cessez immédiatement l'utilisation de ce produit. Pour une utilisation prolongée, veuillez contacter un médecin.