

Nom botanique : Salvia Sclarea

Nom INCI : Salvia sclarea oil

Qualité : 100% pure et naturelle

Culture : Culture biologique certifiée par Ecocert

Mode d'extraction : Distillation par entraînement à la vapeur d'eau des sommités fleuries

Propriétés organoleptiques :

- Aspect : liquide
- Couleur : jaune pâle
- Odeur : herbacée, fraîche



Huile essentielle
de Sauge Sclarée



Modes d'utilisation :

Application cutanée (AC)

Cuisine (C)

Important

Dosage huiles essentielles : 30  = 1ml

En savoir plus...

La sauge sclarée est cultivée depuis l'Antiquité par les Grecs et les Romains en tant que plante condimentaire et médicinale. Ils la considéraient comme une plante merveilleuse et sacrée capable de guérir toutes les maladies.

Principales propriétés :

- Sébo-régulatrice
- Sudo-régulatrice
- Tonique du cuir chevelu
- Régulatrice des cycles hormonaux

Indications :

- Soins des peaux à tendance acnéique et grasses, soins du cuir chevelu à tendance grasse
- Transpiration excessive
- Chute de cheveux, pellicules
- Troubles de la menstruation et de la ménopause

Recettes Express :

- AC** ▪ **Soin express rééquilibrant**
30 gouttes d'HE de sauge sclarée + 99 ml d'HV de noisette
- AC** ▪ **Remède contre la transpiration des pieds**
15 gouttes d'HE de sauge sclarée + 15 gouttes d'HE de palmarosa + 4 ml de solubol + 95 ml d'HA de sauge
- AC** ▪ **Remède contre la chute de cheveux**
15 gouttes d'HE de sauge sclarée + 15 gouttes d'HE de lavande maillette + 70 ml d'HV d'olive + 29 ml d'HV de ricin
- AC** ▪ **Remède contre l'absence de règles**
15 gouttes d'HE de sauge sclarée + 10 gouttes d'HE de marjolaine à coquilles + 5 gouttes d'HE de girofle + 99 ml d'HV d'amande douce.

La sauge sclarée côté petits maux...

- Traitement des ulcères, oedèmes et plaies.

La sauge sclarée côté cuisine...

- Idéal pour aromatiser vins, vinaigres et desserts.

Le saviez-vous ?

- Elle est un fixateur de parfum efficace pour savons, crèmes, lotions... Le sclaréol qu'elle contient est une matière première recherchée par l'industrie des parfums car il donne des dérivés à note ambrée et boisée.

Conservation :

Au sec, à l'abri de la chaleur et de la lumière.

Précautions d'emploi :

Peut-être irritant pour les peaux sensibles. Ne pas utiliser pure. Éviter le contact avec les yeux.

Contre-indications :

Ne pas utiliser en cas de mastoses et cancer hormono-dépendants. Ne pas utiliser chez la femme enceinte ou allaitante.



Type de recette : hygiène



Préparation



Coût



Difficulté

Poudre anti-transpirante pour les pieds

Ingrédients :

- 30 g d'argile blanche
- 10 gouttes d'huile essentielle de sauge bio
- 10 gouttes d'huile essentielle de citron bio
- 10 gouttes d'huile essentielle de palmarosa bio

Matériel nécessaire :

- Une balance de cuisine
- Une cuillère non métallique

Flaconnage recommandé :

- Un pot de 50 ml

Mode opératoire :

- 1- Mettre l'argile dans un bol.
- 2- Verser les huiles essentielles tout en remuant à l'aide de la petite cuillère non métallique.
- 3- Transvaser dans le pot.

Conseil d'utilisation :

Appliquer la poudre le matin sur des pieds et secs.

Conservation :

6 mois, à l'abri de la lumière, de la chaleur et de l'humidité.

PETITS
MAUX

POUR LUTTER CONTRE LA TRANSPIRATION EXCESSIVE :

- Mélanger dans un bol 94 ml d'hydrolat aromatique de sauge officinale, 4 ml de solubol et la synergie d'huiles essentielles suivante : 10 gouttes de sauge sclérée + 20 gouttes de palmarosa + 20 gouttes de géranium rosat + 10 gouttes de ciste.
- Incorporer le mélange à un flacon spray 200 ml et pulvériser localement, 2 fois par jour.

Les informations mentionnées sur ce document ne se substituent pas à un avis médical auprès des professionnels compétents de la santé. Demandez conseil à votre médecin ou votre pharmacien.