

Recommandations sur l'utilisation des huiles essentielles afin d'apaiser les douleurs dans l'appareil locomoteur

Les huiles essentielles montent en popularité depuis quelques années et c'est très bien. Elles sont à la fois très puissantes et peu invasives en termes d'effets secondaires, tout en étant simples et agréables à utiliser.

Les huiles essentielles recommandées ici sont celles de la compagnie internationale dÔTERRA (voir conseil no 1, plus bas).

Avec la collaboration d'une représentante qualifiée de cette compagnie, Md Annik Boily, nous vous faisons des recommandations portant sur des huiles pour : (Voir la vidéo, plus bas, j'ai mis ici les traductions françaises de noms de plantes ou de mélanges d'huiles)

- ❖ **Circulation** sanguine (jambes lourdes, extrémités froides, extrémités enflées) :
Cyprès, exfoliation dans la douche en remontant vers le cœur ou topiquement.

- ❖ **Rythme cardiaque** : Ylang Ylang, application topique au niveau du cœur

- ❖ **Tension artérielle** : Ylang-Ylang, huile de citron dans l'eau, marjolaine, eucalyptus ou lavande
 - **Réparation des vaisseaux sanguins**, (Varices, contusions, saignements hémorragiques, drainage lymphatique) : Hélichryse, Achillée mille-feuille (yarrow), mélange de massage (aromatouch)
 - **Flux sanguin** : Mélange Passion

- ❖ **Muscle cardiaque** : Marjolaine

- ❖ **Décongestionnant** (jambes lourdes, extrémités froides) : Cyprès, Poivre noir ou Mélange de massage (Aromatouchm), Mélange détoxifiant (zendocrine), huile de citron dans la bouteille d'eau

Les Huiles Essentielles aidantes au niveau émotionnel :

- Mélange calmant ; mélange stabilisant, Ylang Ylang, Romarin, Mélange Passion
- Pour les mémoires trans-générationnelles : Mélange de renouveau (forgive) , Mélange réconfortant (console), Mélange rassurant (peace), Mélange purifiant (purity) Mélange "Past tense" (pour couper avec le passé).

Vous trouverez plus bas une autre vidéo produite par Annick et portant sur :
« Trois façons d'utiliser les huiles essentielles ».

SYSTÈME CARDIOVASCULAIRE

QUELQUES CONSEILS D'ORDRE GÉNÉRAL CONCERNANT L'UTILISATION DES HUILES ESSENTIELLES.

Conseil no 1. La qualité des huiles sur le marché est très différente d'une compagnie à l'autre et leurs valeurs curatives vont de pair. Je vous recommande la compagnie dōTERRA parce que je connais le niveau de qualité maintenu par cette compagnie et ce, particulièrement dans l'approvisionnement des composantes des huiles qu'ils distribuent.

Je me permets de vous transmettre ici un texte qui décrit ce souci de qualité chez dōTERRA, ne serait-ce que pour vous informer des critères de qualité que vous devriez rechercher si votre choix se porte sur une autre compagnie.



CPTG Certified Pure Tested Grade®

Les huiles essentielles CPTG Certified Pure Tested Grade de dōTERRA® sont des composés aromatiques purs et naturels soigneusement extraits des plantes. Elles ne contiennent ni charges ni ingrédients artificiels qui pourraient diluer leurs qualités actives et elles sont exemptes de contaminants ou d'autres résidus chimiques.

S'il est important de garder les huiles dōTERRA exemptes de contaminants, il est primordial de s'assurer que les niveaux des composés actifs des huiles sont les bons pour garantir leur sécurité et leur efficacité. Beaucoup d'entreprises prétendent que leurs huiles sont de qualité thérapeutique et qu'elles sont pures, mais peu soumettent leurs produits à des essais rigoureux concernant leur composition chimique. Les huiles essentielles CPTG® dōTERRA sont soumises à des essais croisés utilisant la spectrométrie de masse et la chromatographie en phase gazeuse afin de garantir la pureté de l'extrait et la puissance de la composition pour chaque lot.

dōTERRA travaille en étroite collaboration avec un réseau mondial de chimistes et de producteurs d'huiles essentielles de premier plan pour sélectionner les espèces de plantes appropriées, cultivées dans des environnements idéaux et soigneusement récoltées au bon moment. Les composés aromatiques des plantes sont habilement extraits par des distillateurs expérimentés et soumis à une analyse chimique pour en assurer la pureté et la justesse de composition.

Conseil no 2. : Je vous l'ai déjà mentionné et je vous le répète ici :

14 avril 2020 : Mise à jour ; En conformité aux connaissances actuelles sur la prévention et le traitement du virus COVID-19

Les conseils donnés ici ont pour objectif de vous permettre de renforcer votre système immunitaire, car celui-ci est généralement sollicité lors d'épidémie ou de pandémie.

Ces conseils répondent au grand principe de base de naturopathie voulant que le maintien d'un corps à son niveau optimal de santé et présentant particulièrement « un terrain immunitaire fort », permet une réaction minimale à la majorité des microbes ou agent infectieux rencontrés.

SYSTÈME CARDIOVASCULAIRE

Cependant, il n'existe aucune preuve scientifique reconnue par les autorités de santé autant nationales qu'internationales qui permette d'identifier un médicament, un traitement ou un remède (produits naturel, vitamines, herbes ou nutriments) pouvant directement prévenir ou combattre le virus COVID-19.

Il est donc important pour vous de lire ces recommandations avec l'objectif de maintenir une santé optimale et ce, dans toutes les dimensions de votre être, incluant la bonne gestion du stress engendré par la situation de pandémie actuelle ou par les mesures prises afin de LIMITER LA PROPAGATION du virus COVID-19.

Aucune des informations, des produits mentionnés ou des enseignements de techniques de libération ou de transformation des stress mentionnés sur ce site ne sont destinés à diagnostiquer, traiter, atténuer ou guérir une maladie physique ou mentale.

Ceci se veut un exercice informatif. La responsabilité de transformation ou de guérison d'une maladie quelconque demeure chez la personne concernée et devrait toujours se faire dans le cadre d'un accompagnement professionnel approprié et certifié.

Je tiens aussi à mentionner que toutes les directives des autorités gouvernementales et sanitaires provinciales et nationales afin de prévenir la propagation ou le traitement du COVID-19 prévalent et peuvent être consultées aux sites suivants :

www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/

www.canada.ca/le-coronavirus



Annik Boily

La représentante, conseillère, spécialiste des huiles essentielles de la compagnie doTERRA, Annik Boily, qui anime ces deux vidéos-conseils travaille avec ces huiles depuis plus de 5 ans

Ses coordonnées sont :

Annik Boily

FB : Vos Solutions Naturelles de Bien Être

819-598-4574

Vous pouvez la consulter pour vos besoins individuels. Annik offre aussi des ateliers de formation sur les huiles essentielles dans la région de l'Outaouais et en ligne.

Elle peut vous aider à obtenir les huiles essentielles que vous choisirez et vous indiquer comment vous les procurer à rabais.

Je vous recommande de lui mentionner votre participation à l'atelier de Bio-Kiné Intégrale portant sur le Système Respiratoire.

Un atelier en ligne sur les huiles essentielles doTERRA : Tous les jeudis soir à 19h

La thématique varie d'une semaine à l'autre selon les actualités et/ou selon les nouveaux produits-vedettes. L'impact positif qu'aura l'utilisation de ces produits sur votre santé et celle de votre famille est assuré.

SYSTÈME CARDIOVASCULAIRE

Parmi les thématiques abordées : Support du système immunitaire, nerveux, respiratoire, lymphatique, réduire les toxines à la maison, meilleure santé émotionnelle etc...

C'est gratuit, mais il faut s'y inscrire : <https://zoom.us/j/9663707305>