

## Les propriétés des huiles végétales

---

Les huiles végétales peuvent être utilisées pour l'amélioration de votre état de santé lors de petits maux ou de maladies.

Voici une liste non-exhaustive de problèmes de santé et des huiles qui pourraient être utiles comme compléments naturels à la médecine généraliste et comme soins thérapeutiques :

<b>Accidents Vasculaires :</b>	Huile de Noix
<b>Acné :</b>	Huile d'argan, Huile de jojoba, Huile de lin Huile de pépins de raisins, Huile de soja
<b>Affection de la peau :</b>	Huile de jojoba, Huile de maïs
<b>Allergies solaires :</b>	Huile de carotte
<b>Anémie :</b>	Huile d'amande douce, Huile de germe de blé Huile de noisette, Huile de noix
<b>Antidote poison :</b>	Huile d'olive
<b>Arthrite :</b>	Huile de carthame, Huile d'onagre Huile de lin
<b>Articulations :</b>	Huile de noyau d'abricot, Huile d'argan Huile de bourrache, Huile de carthame Huile de ricin
<b>Ballonnements et gaz :</b>	Huile d'arachide
<b>Peau de bébé :</b>	Huile d'amande douce, Huile de bourrache Huile de jojoba, Huile d'olive
<b>Boutons de fièvre :</b>	Huile d'aloès
<b>Bronchite :</b>	Huile d'amande douce
<b>Brûlures :</b>	Huile d'aloès, Huile d'amande douce Huile d'arachide, Huile d'argan Huile de lin, Huile de rosier musqué
<b>Bursite :</b>	Huile d'onagre
<b>Caillot de sang :</b>	Huile d'olive
<b>Calculs urinaires :</b>	Huile d'amande douce
<b>Cellulite :</b>	Huile de ricin
<b>Cicatrices :</b>	Huile de rosier musqué, Huile d'argan
<b>Cicatrisation :</b>	Huile d'aloès, Huile de lin

## Les propriétés des huiles végétales

<b>Circulation du sang :</b>	Huile de bourrache, Huile de germe de blé Huile d'onagre
<b>Congestion et sinusite :</b>	Huile de noyau d'abricot
<b>Constipation :</b>	Huile d'amande douce, Huile de carthame Huile de lin
<b>Couperose :</b>	Huile d'aloès, Huile de rosier musqué
<b>Coup de soleil :</b>	Huile d'aloès
<b>Dépression :</b>	Huile de sésame
<b>Dérèglement hormonal et ménopause :</b>	Huile de bourrache, Huile d'onagre
<b>Diabète :</b>	Huile de lin
<b>Digestion :</b>	Huile d'arachide
<b>Diurétique :</b>	Huile d'olive
<b>Energie :</b>	Huile de bourrache
<b>Ulcères estomac :</b>	Huile d'amande douce, Huile d'arachide Huile de lin
<b>Fatigue :</b>	Huile de germe de blé
<b>Foie :</b>	Huile de carotte, Huile d'olive, Huile de sésame
<b>Frigidité :</b>	Huile d'arachide, Huile de germe de blé Huile de noisette, Huile de tournesol
<b>Hémorroïdes :</b>	Huile de noyau d'abricot, Huile d'aloès Huile de rosier musqué
<b>Herpès :</b>	Huile d'aloès
<b>Hypertension :</b>	Huile d'olive
<b>Impuissance :</b>	Huile d'amande douce, Huile d'arachide Huile de germe de blé, Huile de noisette Huile de tournesol, Huile de sésame
<b>Troubles de la mémoire :</b>	Huile de germe de blé, Huile de sésame
<b>Douleurs musculaires :</b>	Huile d'argan, Huile de carthame, Huile d'olive Huile de ricin
<b>Mycose :</b>	Huile d'aloès

## Les propriétés des huiles végétales

---

<b>Ostéoporose :</b>	Huile d'olive
<b>Otites :</b>	Huile de noyau d'abricot, Huile de ricin
<b>Points noirs :</b>	huile de noisette
<b>Psoriasis :</b>	Huile d'aloès, Huile de germe de blé Huile de lin, Huile d'onagre
<b>Rachitisme :</b>	Huile de germe de blé, Huile de noix
<b>Sclérose en plaques :</b>	Huile de bourrache, Huile de lin
<b>Toux :</b>	Huile d'amande douce, Huile de sésame
<b>Vergetures :</b>	Huile d'amande douce, Huile d'argan Huile de bourrache, Huile de rosier musqué
<b>Vision :</b>	Huile de carotte

**Avant d'utiliser une huile végétale que vous n'avez jamais essayée**, il est important d'effectuer un test de tolérance afin d'éviter les réactions allergiques. Il est indispensable de procéder à cet essai pour chaque nouvelle huile que vous voulez consommer ou appliquer sur votre corps.

Ce test est particulièrement important si vous souffrez déjà d'allergies à certains aliments ou si vous présentez à l'occasion des réactions allergiques cutanées.

Appliquez quelques gouttes dans le pli de votre coude ou de votre genou et massez doucement. Attendez 24 heures sans laver la zone de peau testée. Si vous faites une réaction allergique (irritations, rougeurs, plaques, boutons, démangeaisons), lavez la zone avec de l'eau et un savon doux, n'utilisez pas cette huile et ne la consommez pas.