

## INSUFFISANCE VEINEUSE

- Aromathérapie :

MASSAGE : 20 gouttes d'huile essentielle de [Cyprès](#) + 15 gouttes d'huile essentielle de [Romarin à cinéole](#) + 5 gouttes d'huile essentielle de [Citron](#) + 15 gouttes d'huile essentielle de [Niaouli](#) + 10 gouttes d'huile essentielle de [Menthe poivrée](#) + 15 ml d'huile végétale de [Calophylle](#) + 10 ml d'huile végétale d'[Amande douce](#). Appliquer sur les jambes ou zones gonflées.

BAIN : 10 gouttes d'huile essentielle de [Cyprès](#) + 10 gouttes d'huile essentielle de [Niaouli](#) + 20 pressions de base neutre. Verser le tout dans un bain tiède.

(sources : [www.comptoiraroma.fr](http://www.comptoiraroma.fr))

- Phytothérapie :

VIGNE ROUGE : 1 gélule matin et soir

OU

FRAGON : 1 gélule matin et soir

OU

VIGNE ROUGE-MYRTILLE-CASSIS : 1 sachet par jour

Déconseiller pendant la grossesse et l'allaitement.

Selon les symptômes, l'utilisation de la vigne rouge ou du fragon est suffisante.

(sources : [www.naturactive.fr](http://www.naturactive.fr))

Pour toute information complémentaire venez nous voir !

D'une façon générale les huiles essentielles sont contre indiquées chez : la femme enceinte, la femme allaitant, les épileptiques, les enfants de moins de 12 ans.

PHARMACIE DE LA MAIRIE 24 rue Charles Lescot 60700 PONT STE MAXENCE  
03.44.31.64.64 Rédacteur : Antoine Caignault

Pour toute information complémentaire venez nous voir !  
D'une façon générale les huiles essentielles sont contre indiquées chez : la femme enceinte, la femme allaitant, les épileptiques, les enfants de moins de 12 ans.