

SCIATIQUE

- Aromathérapie :

MASSAGE : 5 gouttes d'huile essentielle d'[Hélichryse italienne](#) + 10 gouttes d'huile essentielle de [Gaulthérie](#) + 10 gouttes d'huile essentielle de [Lemongrass](#) + 5 gouttes d'huile essentielle de [Menthe poivrée](#) dans 25 ml d'huile végétale de [Millepertuis](#) + 25 ml d'huile végétale de [Calophylle](#).

BAIN : 20 gouttes d'huile essentielle de [Genièvre](#) + 10 gouttes d'huile essentielle de [Citron](#) + 10 gouttes d'huile essentielle de [Gaulthérie](#) + 30 pressions de base neutre pour le bain. Verser le tout dans un bain tiède.

(sources : www.comptoiraroma.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.