

*Citrus aurantium**ssp. aurantium*

- Neurotonique (recharge, équilibrante) +++
- Anti-dépressive, anti-fatigue +++
- Antibactérienne, antiparasitaire +
- Tonique digestive +
- Phlébotonique +
- Anti-hypertensive
- Antispasmodique

## Propriétés



## Utilisations

- Dépression, angoisse, peurs, trac, insomnie, chocs, traumatisme, troubles nerveux et émotionnels (voie cutanée, olfaction, voie orale)
- Nausées de la grossesse et Accouchement (voie cutanée)
- Troubles menstruels, règles douloureuses (voie cutanée)

- Chez l'enfant: diarrhées et maux de ventre (massage du ventre), otite (massage derrière l'oreille), fièvre ou refroidissement (massage poitrine) (voie cutanée)
- Varices, hémorroïdes, vergetures (voie cutanée)
- Troubles addictifs (voie cutanée, olfaction)
- Parfumerie, cosmétique

## Dangers et contre-indications

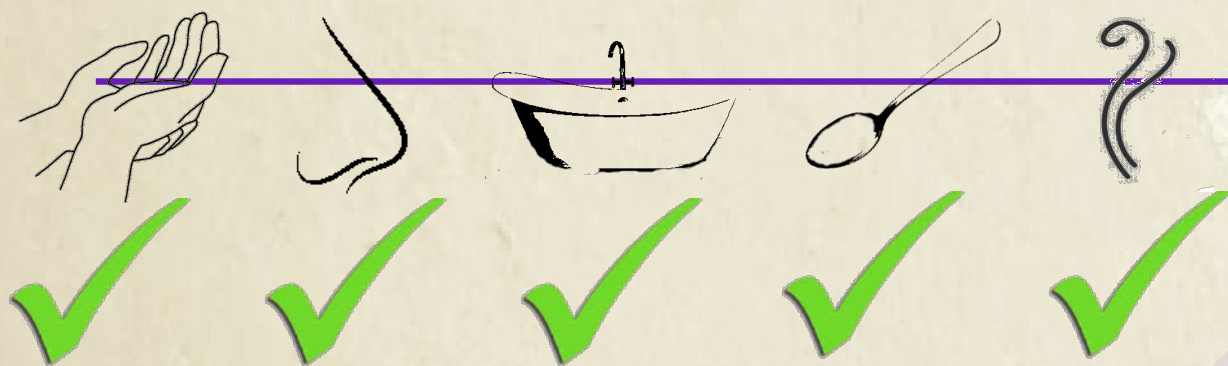
Utilisable chez la femme enceinte et chez les bébés.  
Présence d'allergènes.

## Un peu de chimie

Familles biochimique principales: monoterpénols (linalol), monoterpènes (limonène, pinènes)



## Voies d'administration



## Dosages

Massage bien-être: 10% max  
"Rescue" en cas de choc: une goutte pure sous la langue (réservé à l'adulte) ou en massage au niveau de la poitrine  
Cosmétique: 0,5%  
Cuisine: 1 goutte parfume un dessert (préférer l'eau de fleur d'oranger)

Cette huile essentielle précieuse et chère peut être remplacée par l'eau florale (ou hydrolat) issu de sa distillation: l'eau de fleur d'oranger! L'huile essentielle tirée des feuilles, le Petit-Grain bigarade est également une bonne alternative. Pensez-y!