



### Bon à savoir

- Toutes les huiles essentielles de cette fiche sont photosensibilisantes : elles **augmentent la sensibilité de la peau** aux rayons du soleil
- **JAMAIS s'exposer au soleil** dans les jours qui suivent l'application et a minima attendre 8h (valable également si consommé par voie orale).
- En cas d'exposition, il peut y avoir une éruption cutanée, des **tâches ou une dépigmentation irréversibles**



### Huiles essentielles de la famille des Rutacées

=> les agrumes (écorce)

=> à noter que les huiles essentielles de Petit-grain Bigarade et de Néroli sont réalisées à partir des feuilles et des fleurs.

Elles ne sont donc pas photosensibilisantes !

Rue  
*Ruta graveolens*,  
*R. angustifolia*

Fraxinelle  
*Dictamnus albus*

Citron vert  
*Citrus aurantifolia*

Citron  
*Citrus limonum*

Pamplemousse  
*Citrus paradisi*

Fagara  
*Fagara schinifolia*

Orange amère  
*Citrus aurantium*

Bergamotier  
*Citrus bergamia*

### Huiles essentielles de la famille des Apiacées

Aneth  
*Anethum graveolens*

Livèche  
*Levisticum officinale*

Carotte sauvage  
*Daucus carota*

Angélique  
*A. archangelica*,  
*A. atropurpurea*,  
*A. dahurica*,  
*A. sinensis*,  
*A. pubescens*

Panais  
*Pastinaca sativa*

Persil  
*Petroselinum sativum*

Berce  
*Heracleum sphondylium*,  
*H. mantegazzianum*

Khella  
*Ammi visnaga*

Cumin  
*Cuminum cyminum*

Fenouil  
*Foeniculum vulgare*

Cèleri  
*Apium graveolens*



Les huiles essentielles contenant des **furocoumarines** sont toutes photosensibilisantes.

On trouve les furocoumarines principalement dans les plantes de la famille des Rutacées (les agrumes) et des Apiacées ou Umbellifères.

### Autres huiles essentielles photosensibilisantes

Verveine citronnée  
*Lippia citriodora*

Tagète  
*Tagetes glandulifera*

Millepertuis  
*Hypericum perforatum*