



## Bon à savoir

- **JAMAIS** utiliser ces huiles essentielles sur des personnes sensibles ou des enfants
- **JAMAIS d'usage prolongé** de ces huiles essentielles même sur l'adulte
- **A EVITER** en cas de problème de santé lié (insuffisance rénale, hépatite,..)



Les huiles essentielles riches en **monoterpènes** peuvent détériorer les reins quand elles sont prises par voie orale sur une longue durée

## Huiles essentielles néphrotoxiques

=&gt; détériorent les tissus des reins

Santal  
*Santalum album*

Genévrier  
*Juniperus sp*

Pin des landes  
(térébenthine)  
*Pinus pinaster*



## Huiles essentielles hépatotoxiques

=&gt; détériorent les cellules du foie

=&gt; appliquer avec des huiles hépatoprotectrice

Thym  
*Thymus satreioides*  
*Thymus serpyllum*  
*Thymus vulgaris* à thymol

Origan  
*Orydothymus capitatus*  
*Origanum compactum*  
*Origanum heracleoticum*

Ajowan  
*Trachyspermum ammi*

Sarriette  
*Satureja montana*

Girofle  
*Eugenia cryophyllus*

Basilic à Thymol  
*Ocimum gratissimum L. thymoliferum*  
*Ocimum gratissimum L. eugenoliferum*



Les huiles essentielles riches en **phénols** peuvent détériorer les cellules du foie quand elles sont prises par voie orale à forte dose et sur une longue durée



Les huiles essentielles riches en **cétones** (voir fiche 3) sont agressives pour les tissus Nerveux. Les **dioxydes** et certains **éther-oxydes** aussi (ascaridole, apiole).

## Huiles essentielles neurotoxiques

=&gt; détériorent les tissus nerveux

=&gt; risque d'épilepsie

Armoise, Absinthe  
*Artemisia sp*

Thuja  
*Thuja occidentalis*

Sauge officinale  
*Salvia officinalis*

Hysope officinale  
*Hyssopus officinalis*

Menthe des champs (*Mentha arvensis*)  
Chez les nourrissons et les bébés avant 30 mois il y a toxicité par contact local : il se produit un réflexe laryngé ou nasal pouvant entraîner la mort par arrêt respiratoire