

## Fiche Technique

### Huile Essentielle Saugé Sclarée - Réf : I26DM



---

#### Description :

L'huile essentielle de saugé sclarée peut s'utiliser par voie cutanée, par voie orale ou en cosmétique.

#### Caractéristiques :

- Contribue à alléger les symptômes de la ménopause
- Idéale en cosmétique pour les peaux et cheveux gras
- Aide en cas de cycle menstruel douloureux

#### Fiche d'identité :

Nom botanique : *Salvia sclarea*

Partie de la plante utilisée : parties aériennes fleuries

Origine : France, Espagne

Couleur : incolore à jaune-brun

Odeur : herbacée, douce, éthérée, ambrée

Culture : agriculture biologique

Méthode d'extraction : distillation totale et complète à la vapeur d'eau (notre huile essentielle contient la totalité des principes aromatiques de la plante), extraite sans solvant, non déterpénée.

Famille botanique : Lamiaceae

Rendement : de 1 à 1,8%. Cela signifie qu'il faut 55 à 100 kg de parties aériennes fleuries de sauge sclarée pour obtenir 1 kg d'huile essentielle de sauge sclarée. Le rendement peut varier selon la saison, la région, le type de culture, ou d'une année à l'autre. Plus le rendement est bas, plus l'huile essentielle sera précieuse et onéreuse.

Solubilité : toutes les huiles essentielles sont solubles dans l'huile ou les matières premières huileuses. Pour mélanger une huile essentielle dans de l'eau, il convient de la solubiliser préalablement dans un dispersant comme le Disper.

### Utilisations :

- Par voie orale :

Déposez une goutte d'huile essentielle de sauge sclarée sur un comprimé neutre. Avalez-le le soir avant le coucher, pendant 5 à 7 jours maximum. Cette cure peut être prise une semaine par mois pendant 4 à 6 mois si nécessaire.

- Par voie cutanée :

Préparez une synergie à base de 3 gouttes d'huile essentielle de sauge sclarée et 2 gouttes d'huile essentielle de basilic exotique diluées dans 10 gouttes d'huile végétale de calophylle. Appliquez cette préparation sur le bas ventre en massages lents et réguliers matin et soir. Utilisez pendant 2 à 3 jours pour calmer les douleurs prémenstruelles.

### Précaution d'emploi :

Tenir hors de portée des enfants. Ne pas utiliser chez la femme enceinte ou allaitante. Ne pas utiliser chez les enfants de moins de 8 ans. Évitez un usage prolongé. Demandez conseil à un professionnel de la santé. Déconseillée aux personnes épileptiques. Déconseillée aux personnes âgées et hypertendues. Ne pas utiliser en cas de problèmes hormono-dépendants ou de mastose. Respecter les précautions d'emploi des huiles essentielles.

Pour tout usage des huiles essentielles dans un but thérapeutique, consultez un médecin.

Conservation : à l'abri de la lumière et de la chaleur.