Huiles essentielles : de plus en plus d’intoxications !

Abderrahim DERRAJI - 2017-03-17 05:46:44 - Vu sur pharmacie.ma

Le nombre de notifications d’effets indésirables liés aux huiles essentielles reçues par Le centre antipoison de Lille est en constante augmentation.

En effet, le nombre de déclaration est passé, dans les Hauts-de France, de 18 cas en 2000 à 141 cas en 2015. Ces intoxications ont touché essentiellement les enfants et dans 98 % de cas, il s’agit d’intoxications accidentelles.

Eu égard au succès que rencontre les huiles essentielles, il faut rappeler aux adeptes de l’aromathérapie la nécessité de s’entourer des précautions d’usage. À titre d’exemple, ces huiles essentielles ne peuvent être utilisées par voie cutanée qu’après les avoir diluées dans un excipient lipophile.

En ce qui concerne leur diffusion, on doit se contenter de quelques gouttes à diffuser pendant 10 à 15 minutes. Il faut également éviter d’exposer les femmes enceintes, les asthmatiques et les enfants de moins de 7 ans à ces diffusions.

La posologie orale ne devrait pas dépasser 6 gouttes par jour en prenant le soin de répartir cette dose en 2 à 3 fois.