

Grossesse et accouchement

Pour rendre ce voyage plus que juste «gérable» !

La grossesse et la maternité sont les plus incroyables expériences pour chaque femme ! Les huiles essentielles vous aident à ce que chaque voyage à travers la maternité permette à chaque femme, de savourer, apprécier et chérir les moments de grossesse et de maternité, sans être dérangé par des émotions, des soucis physiques ou physiologiques.

Les huiles essentielles ?

Les huiles essentielles sont des composés aromatiques naturels que l'on trouve dans les plantes. Elles sont utilisées à travers l'histoire jusqu'à l'ère moderne pour leurs bénéfices thérapeutiques sans risque d'effets secondaires.

Pourquoi CPTG ?

Choisissez des huiles essentielles qui sont CPTG (Certified Pure Therapeutic Grade). Ces huiles sont 100% pures et de composants naturels. Elles ne contiennent pas d'ajout ou de composés artificiels qui dilueraient les qualités actives.

Application ?

Tout comme on peut utiliser différentes huiles, il y a différentes méthodes d'application. Les huiles peuvent être appliquées sur la peau, ingérées ou diffusées, et bien plus encore. Chaque femme doit déterminer ce qui fonctionne pour elle !



Grossesse

Poitrine (apaiser) lavande, géranium
ajouter 3-5 gouttes dans 1 cs d'huile de coco fractionnée et masser à l'endroit souhaité.

Poitrine (douleur) camomille romaine
ajouter 3-5 gouttes dans 1 cs d'huile de coco fractionnée et masser à l'endroit souhaité.

Constipation mélange digestif, citron, menthe poivrée, fenouil
prendre 1-3 gouttes dans de l'eau ou dans une capsule OU en massage sur l'abdomen non dilué ou, si désiré, avec une huile de massage.

Depression mélange « vitalité », mélange tonifiant, mélange joyeux, mélange de base, encens
prendre les suppléments vitaminés comme indiqué, OU diffuser une des huiles listées, OU mettre 3-5 gouttes d'encens sous la langue et rincer avec de l'eau.

Fatigue mélange tonifiant, citron, mélange joyeux, grapefruit, orange sauvage, menthe poivrée
mettre 1-2 gouttes dans les paumes de la main, frotter ensemble, puis inhaler profondément, OU masser sur le dos, les épaules, la nuque, en ajoutant une huile de massage si nécessaire.

Tension haute ylang ylang, géranium, citronnelle, lavande
mettre 3 gouttes d'ylang ylang le soir dans le bain 2 fois par semaine OU mélanger 5 gouttes de géranium, 8 gouttes de citronnelle et 3 gouttes de lavande dans 2 cs huile de coco fractionnée. Appliquer sur le cœur et les points réflexes du pied gauche et de la main gauche.

Nausée, vomissements gingembre, menthe poivrée
diluer comme recommandé et appliquer 1-3 gouttes sur les oreilles, mollets et les points réflexes des pieds ou mettre 1-3 gouttes dans une capsule vide et avaler OU diffuser.

Sommeil mélange calmant, lavande
appliquer qqes gouttes directement sous les pieds OU diffuser l'huile la nuit pour aider à la relaxation.

Vergetures mélange anti-âge
le roll-on est parfait et déjà dilué. Si utilisation de mélange non-dilué, mélanger avec une huile végétale pour masser plus facilement une grande zone.

Gonflement eau, mélange tonifiant, citron, mélange de massage, cyprès, lavande, gingembre
boire 3-4 litres d'eau chaque jour. En plus, mélanger 3-5 gouttes d'une huile avec de l'huile de coco fractionnée et masser sur les jambes, les chevilles et les pieds OU ajouter 3-5 gouttes de citron à l'eau.

Accouchement

Contractions non-efficaces	sauge sclarée, myrrhe, géranium, lavande mélanger la sauge sclarée, le géranium et la lavande pour une application en topique OU appliquer la myrrhe et la sauge sclarée pour aider à l'amélioration du travail.
Energie	camomille romaine, géranium, lavande mélanger 2 gouttes de camomille romaine, 2 gouttes de géranium et 2 gouttes de lavande dans 2 cc d'huile de coco fractionnée et masser sur la peau.
Episiotomie	géranium ajouter 5-10 gouttes à ½ cuillère à café d'huile d'olive et masser sur le périnée.
Hémorragie	hélichryse appliquer 1-3 gouttes sur le bas du dos pour prévenir les hémorragies
Douleurs	basilic, poivre noir mélanger une des huiles à de l'huile de coco fractionnée et appliquer sur le bas du dos pour soulager la douleur durant le travail.
Soutien pour pour le périnée	hélichryse mélanger 20 gouttes avec 2 cs d'huile de coco fractionnée et appliquer sur le périnée.
Travail «avant terme»	lavande appliquer 1-3 gouttes sur l'estomac.
Tonicité utérus	sauge sclarée appliquer 1-3 gouttes autour des chevilles.
Transition	basilic diluer comme recommandé et appliquer 1-2 gouttes sur les tempes et l'abdomen.

Après-grossesse

Poitrine douloureuse	myrrhe, géranium, bois de santal appliquer une des huiles mentionnées, non diluées, directement sur le mamelon après la tétée. Les huiles n'ont pas besoin d'être enlevées avant la prochaine tétée.
Cicatrice de césarienne	mélange anti-âge appliquer non dilué sur la zone de la cicatrice chaque jour, deux fois par jour.
Augmenter la production de lait	fenouil, basilic, sauge sclarée, géranium appliquer une des huiles mentionnées, non diluée, sur la poitrine. Masser les tissus en évitant le mamelon.
Mastite	Melaleuca, clou de girofle, lavande, romarin appliquer une des huiles mentionnées, non diluée, sur la poitrine et sur les ganglions lymphatiques sous l'aisselle.
Soutien pour pour le périnée	encens, lavande mélanger 10 gouttes de chaque dans une bouteille de 15 ml avec un bouchon-spray. Remplir le reste de la bouteille avec de l'eau distillée et sprayer sur le périnée après la naissance pour apaiser.
Tonicité utérus	sauge sclarée appliquer 1-3 gouttes autour des chevilles.



Chaque femme et chaque grossesse, accouchement et expérience post-partum sont différents. En espérant qu'en utilisant des huiles essentielles, le voyage vers la maternité soit un pur bonheur. Différents mélanges et méthodes aident les femmes de différentes façons. Utiliser les différentes manières et options pour trouver celles qui fonctionnent le mieux pour votre corps et pour vous. Félicitations pour ce voyage si spécial et incroyable !

Ne laissez pas votre voyage avec les huiles essentielles se terminer ici....Expérimenter ce que les huiles essentielles peuvent vous offrir dans chaque aspect de votre vie !