

DANIÈLE FESTY ET ANNE DUFOUR

**MA BIBLE**  
des huiles essentielles  
antidouleurs



Livres

**Auteur(s)** : Festy, Danièle (...-2018) (Auteur); Dufour, Anne (1971-...) (Auteur)

**Titre(s)** : Ma bible des huiles essentielles antidouleurs [Texte imprimé] / Danièle Festy, Anne Dufour.

**Editeur(s)** : Paris : Leduc, DL 2022. ; Paris : Leduc, DL 2022.

**Résumé** : Arthrose, arthrite, courbatures, Covid-long, fibromyalgie, sclérose en plaques, " épaule gelée ", tennis-elbow, tendinite, fatigue chronique, lupus... la douleur est le premier motif de consultation. La réponse aroma est doublement appropriée : certaines huiles essentielles sont hyper-antidouleurs et anti-inflammatoires ; elles mettent le patient au centre d'un rituel agréable, apaisant, souligné par leurs molécules puissantes. SOS soigner, apaiser, calmer : les meilleurs outils et techniques pour aller mieux tout de suite ? applications, massages, compresses et bains aroma. Les 16 meilleures huiles essentielles pour calmer les douleurs : achillée millefeuille (la plus qualifiée en cas de fortes douleurs), camomille romaine (préanesthésiante), eucalyptus citronné (anti-inflammatoire et anti-douleur musculaire), laurier noble (spécialiste du rhumatisme)... Une aide à l'autodiagnostic : 36 symptômes et les causes possibles. 80 maux et leurs solutions aroma : arthrite, arthrose, déchirure musculaire, entorse, fibromyalgie, lombalgie, rhumatisme, syndrome de l'essuie-glace... Votre journée idéale antidouleur : bains, petits gestes pour drainer, nettoyer, alléger, apaiser, exercices antidouleur, menus, liste de courses... LES MEILLEURS CONSEILS AROMA POUR TRAITER TOUTES SORTES DE DOULEURS.

**Sujet(s)** : Aromathérapie Douleur \*\* Thérapeutique

**Indice(s)** : 615.321 9



Exemplaires

Support	Bibliothèque	Section	Cote	Utilisation	Thème	Genre	Code-barres	Situation	Site propriétaire
Livres	Creyse	Adulte	615 FES	prêt normal	Dewey 600		321901000 99952	En préparation	CAB