

Sommaire

Voir aussi la table des matières détaillée
figurant p. 401-409.

Avant-propos

Première partie

Tout savoir sur les huiles essentielles 11

Deuxième partie

Les huiles essentielles 59

Les huiles essentielles courantes 60

Autres huiles essentielles à découvrir 160

Troisième partie

Se soigner avec les huiles essentielles 221

Troubles ORL et respiratoires 223

Troubles cutanés 241

Douleurs liées au sport / Autres douleurs 259

Grossesse / Allaitement 273

Bébés / Enfants 281

Troubles féminins génitaux et sexuels 293

Stress, anxiété, troubles nerveux 301

Troubles digestifs 315

Troubles endocriniens, cardiaques et circulatoires 325

Accompagner le cancer 331

Quatrième partie

Beauté & Co 339

Beauté, soins du corps et des cheveux 340

Cuisiner avec les huiles essentielles 349

Les huiles essentielles pour la maison 354

L'aromathérapie pour nos animaux de compagnie 358

Annexes 367