

---

## ANNEXE

### «Soigner ses enfants avec les huiles essentielles»

Danièle Festy

---

#### Liste n°1

#### LES HUILES ESSENTIELLES INTERDITES AUX ENFANTS

- Absinthe
- Achillées
- Acores
- Aneths
- Anis étoilé (badiane)
- Anis vert
- Armoises
- Balsamite
- Basilic camphré
- Boldo
- Buchus
- Calaments
- Camphrier du Japon (bois)
- Cannelles (sauf conseil professionnel)
- Carvi
- Cèdres
- Chénopode
- Curcuma
- Cyprès bleu
- Eucalyptus dives (mentholé)
- Eucalyptus polybractea à cryptone
- Germandrées
- Hysope officinale *ssp* officinale
- Lantana
- Lavande stoechade
- Menthes, sauf menthe bergamote et menthe poivrée (cette dernière est cependant interdite aux bébés), et menthe pouliot (dans les formules anti-poux seulement)
- Moutarde noire
- Muscade
- Myrique baumier
- Origans (sauf marjolaine)
- Persils (simple, frisé)
- Ravensare anisé
- Romarin à camphre (sauf conseil professionnel)
- Romarin à verbénone (sauf conseil professionnel)
- Rue odorante
- Santoline
- Sassafras
- Sauges
- Souchet
- Tagète
- Thuya
- Zédoaire



## Liste n°2

### À utiliser avec précaution

- Giroflier
- Hélichryse
- Niaouli

### Interdites aux bébés mais utilisables par les enfants

- Eucalyptus globuleux
- Menthe poivrée

## Liste n°3

### LISTE DES HUILES ESSENTIELLES DERMOCAUSTIQUES

#### (à éviter en application cutanée)

ou alors très diluée dans une huile végétale ou encore 1 seule goutte pure sur une toute petite surface, très ponctuellement

- Ail
- Ajowan
- Aunée (interdite\*)
- Basilic
- Baume de tolu (pas d'usage prolongé)
- Baume du Pérou (pas d'usage prolongé)
- Citron (zeste)
- Citronnelle
- Cumin
- Giroflier
- Laurier noble (peut être allergisante)
- Lemongrass
- Livèche (éviter l'usage prolongé)
- Massoïa (hyperallergisante !)
- Menthe poivrée (sauf très localisée – les autres menthes sont interdites !)
- Millepertuis (allergisante)
- Oignon
- Origan compact
- Origan de Grèce
- Origan d'Espagne
- Sarriette (interdite\*)
- Serpolet
- Tagète (interdite)
- Térébenthine du pin (allergie possible)
- Thym à thymol
- Thym saturéïdes
- Verveine citronnée

\* « Interdite » seulement en application sur la peau !

## Liste n°4

### LISTE DES HUILES ESSENTIELLES PHOTOSENSIBILISANTES

**(ne pas appliquer avant une exposition solaire)**

- Ammi visnaga (= khella)
- Angélique
- Bergamote (zeste)
- Cannelles
- Cédrat (zeste)
- Céleri
- Citronnier (zeste)
- Limette
- Mandarine (zeste)
- Moutarde noire
- Orange (zeste)
- Oranger bigaradier (zeste)
- Pamplemousse (zeste)

## Liste n°5

### HUILES ESSENTIELLES INTERDITES EN DIFFUSION

Certaines huiles essentielles, notamment à phénols ou à cétones ne doivent pas être diffusées dans une chambre ou une pièce où se trouvent des enfants.

- Cannelle
- Ciste
- Girofle
- Menthe
- Origan compact
- Origan de Grèce
- Sarriette
- Sauge
- Thuya
- Thym à thymol

**Image n°6. Calendrier vaccinal**

ÂGE	BCG	DIPHTÉRIE TÉTANOS	POLIOMYÉLITE	COQUELUCHE	HIB	HÉPATITE B	INFECTIONS À PNEUMOCOQUES	ROUGEOLE OREILLONS RUBÉOLE (ROR)	GRIPPE
Naissance	*					*			
2 mois	*	*	*	*	*	*	*		
3 mois		*	*	*	*		*		
4 mois		*	*	*	*	*	*		
9 mois								*	
12 mois								*	
16 à 18 mois		*	*	*	*	*	*	*	
24 mois							*		
- de 6 ans								*	
6 ans		*	*						
11 à 13 ans		*	*	*					
16 à 18 ans		*	*					*	
18 à 25 ans		*	*	*					
+ de 25 ans		*	*					Rubéole seulement	
+ de 65 ans		*	*						

Sources : Carnet de santé + avis du conseil supérieur d'hygiène publique, 2006.

## Image n°7

### LES CENTRES ANTIPOISON FRANÇAIS

Centre Antipoison, Angers : Tél. : 02 41 48 21 21 / fax : 02 41 35 55 07

Centre Antipoison, Bordeaux : Tél. : 05 56 96 40 80 / fax : 05 56 79 60 96

Centre Antipoison, Lille : Tél. : 0 825 812 822 / fax : 03 20 44 56 28

Centre Antipoison, Lyon : Tél. : 04 72 11 69 11 / fax : 04 72 11 69 85

Centre Antipoison, Marseille : Tél. : 04 91 75 25 25 / fax : 04 91 74 41 68

Centre Antipoison, Nancy : Tél. : 03 83 32 36 36 / fax : 03 83 85 26 15

Centre Antipoison, Paris : Tél. : 01 40 05 48 48 / fax : 01 40 05 41 93

Centre Antipoison, Rennes : Tél. : 02 99 59 22 22 / fax : 02 99 28 42 30

Centre Antipoison, Strasbourg : Tél. : 03 88 37 37 37 / fax : 03 88 11 54 75

Centre Antipoison, Toulouse : Tél. : 05 61 77 74 47 / fax : 05 61 77 25 72

## Image n°8

### Calendrier de poussées dentaires classique

<b>Formation des dents de lait</b>	<b>Incisives centrales</b>	<b>Incisives latérales</b>	<b>Canines</b>	<b>1<sup>res</sup> molaires</b>	<b>2<sup>es</sup> molaires</b>
------------------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------	---------------------------------	--------------------------------

#### **Avant la naissance (in utero)**

Préformation	3 mois	3 mois	3 mois	3 mois	4 mois
--------------	--------	--------	--------	--------	--------

Début de minéralisation de la couronne	4 mois	4 mois	5 mois	5 mois	6 mois
--	--------	--------	--------	--------	--------

#### **Après la naissance**

Minéralisation terminée	3 mois	3 mois	9 mois	6 mois	12 mois
-------------------------	--------	--------	--------	--------	---------

Sortie de la dent	6 mois	12 mois	24 mois	18 mois	30 mois
-------------------	--------	---------	---------	---------	---------

Mise en place des racines	2 ans	2 ans ½	3 mois	3 ans	4 ans
---------------------------	-------	---------	--------	-------	-------

Début de disparition	4 ans	5 ans	8 ans	6 ans	7 ans
----------------------	-------	-------	-------	-------	-------

Chute de la dent	7 ans	8 ans	10/11 ans	9/10 ans	10/11 ans
------------------	-------	-------	-----------	----------	-----------