

# Parfum maison aux huiles essentielles



Créez votre parfum maison aux huiles essentielles ...

En créant votre parfum avec les huiles essentielles vous aurez le plaisir de porter sur vous votre création, en ayant la certitude de n'employer que des produits naturels. Il vous faudra beaucoup de patience afin de trouver la bonne composition !

## **Les différentes notes des odeurs des huiles essentielles**

“notes de base” (“notes de fond”): pour fixer le parfum.

Ce sont des senteurs boisées, d'écorce, de racines voire de résine.

Exemples d'huiles essentielles: benjoin de Sumatra, bois de rose, cannelle de Chine écorce, bois de cèdre de l'Atlas, encens, baies de genévrier, racine de gingembre, oléorésine de

myrrhe, feuille de patchouli, bois de santal des Indes et racine de vétiver ...

“notes de cœur” : le caractère dominant du parfum.

Ce sont des senteurs florales, boisées ou épicées.

Apport au parfum : harmonie entre les 2 autres notes, effet équilibrant.

Exemples d'huiles essentielles: absolue de Jasmin, bois de rose, baies de genévrier, racine de gingembre, clou de girofle, géranium rosat, fleur de néroli, fleur de lavande fine, lemongrass, fleur de magnolia, fleur de marjolaine, muscade, palmarosa, sapin Douglas, absolue de rose de Damas, rose de Damas, sauge sclarée, et ylang-ylang première ou ylang-ylang extra ...

“notes de tête” : ce qui donne la première impression quand on ouvre le flacon.

Apport au parfum : dynamisant, vivifiant et rafraîchissant.

Exemples d'huiles essentielles: fleur de basilic exotique, zeste de bergamote, zeste de citron, graine de coriandre, fleur de lavande fine, fleur de lavandin super, litsée citronnée, zeste de mandarine rouge, menthe des champs, menthe poivrée, zeste d'orange douce, zeste de pamplemousse, petitgrain bigarade, pin sylvestre et romarin à cinéole ...

Si les notes de tête sont importantes, votre parfum sera frais mais fugace.

Si les notes de cœur et particulièrement celles de base sont prédominantes, votre parfum sera riche, somptueux et tenace.

## **Faire son propre parfum**

Avant d'utiliser les huiles essentielles, merci d'aller lire les Précautions d'emploi.

Pourcentages en huiles essentielles

parfum: environ 20% d'huiles essentielles

eau de toilette: environ 10 % d'huiles essentielles.

Il faut diluer les huiles essentielles dans de la base économique pour parfums naturels

Idéalement, incorporez-y un peu de glycérine végétale à raison de 1 à 3 % pour que le parfum tienne mieux : vous obtiendrez de la sorte une base pour parfums naturels.

### Réalisation du parfum

Il est indispensable d'effectuer faire des tests olfactifs avec quelques gouttes d'huiles essentielles.

Vous pouvez utiliser soit les bandelettes de parfumeur mais également des des cotons tiges.

Déposez une goutte ou 2 d'huile essentielle de chaque type de note sur une tigelette en commençant par les notes de base, puis de cœur et enfin par les notes de tête.

Si l'odeur d'une synergie vous convient, préparez une toute petite quantité de parfum et étiquetez vos essais.

Attention, une seule goutte peut tout changer dans votre parfum.

Choisissez ensuite un beau flacon de 50 ml.

Versez-y environ 40ml de base pour parfums naturels

Ajoutez ensuite à peu près 10 ml de votre mélange d'huiles essentielles sélectionnées préalablement.

Notez que 1 ml d'huile essentielle correspond à environ 20 gouttes.

Glaçage et filtrage: Laissez reposer votre parfum pendant 3 semaines au minimum (au frais et à l'abri de la lumière) pour que les molécules odorantes se lient entre elles.

Ensuite, placez votre parfum au congélateur une nuit afin de le "glacer".

Le lendemain, filtrez-le (dans un filtre à papier non blanchi)

Votre parfum est prêt !

Avant de vous parfumer, veillez à effectuer un test de

sensibilité en déposant quelques gouttes sur la peau au niveau du pli du coude afin de vérifier s'il n'y a aucune allergie.

### **3 formules d'eau de toilette que vous pouvez essayer**

#### Formule n°1

90 ml de [base économique pour parfums naturels](#) ou de [base pour parfums naturels](#)

2 ml Huile essentielle [Benjoin de Sumatra](#)

4 ml Huile essentielle [Bois de Rose](#)

2 ml Huile essentielle [Géranium rosat](#)

2 ml Huile essentielle [Ylang-ylang première](#)

#### Formule n°2

90 ml de [base économique pour parfums naturels](#) ou de [base pour parfums naturels](#)

3 ml Huile essentielle [Bois de santal des Indes](#)

4 ml Huile essentielle [Zeste de Bergamote](#)

1 ml Huile essentielle [Rose de Damas](#)

2 ml Huile essentielle [Bois de Rose](#)

#### Formule n°3

90 ml de [base économique pour parfums naturels](#) ou de [base pour parfums naturels](#)

1 ml Huile essentielle [Feuille de Patchouli](#)

2 ml Huile essentielle [Bois de santal des Indes](#)

3 ml Huile essentielle [Ylang-ylang première](#)

2 ml Huile essentielle [Absolue de Jasmin](#)

1 ml Huile essentielle [Rose de Damas](#)

1 ml Huile essentielle [Fleur de néroli](#)

### **Contre-indications aux huiles essentielles précitées**

D'une manière générale, ces parfums sont prévus pour des

adultes ou adolescents.

L'usage d'huiles essentielles est fortement déconseillé pour les femmes enceintes ou allaitantes, les personnes ayant des problèmes neurologiques, asthmatiques ou souffrant d'allergies respiratoires

(surtout les huiles essentielles suivantes: Bois de Cèdre de l'Atlas, Menthe des champs, Menthe poivrée.)

Certaines huiles essentielles sont allergisantes : c'est le cas notamment de la Cannelle de Chine écorce, Racine de Gingembre. Il est recommandé d'effectuer un test d'allergie: déposez une goutte d'huile essentielle dans le pli du coude.

Certaines huiles sont photosensibilisantes : Fleur de Basilic exotique, Zeste de Bergamote, Zeste de Citron, Zeste de Mandarine rouge, Zeste d'Orange douce, Zeste de pamplemousse. Elles peuvent provoquer, au soleil ou en banc solaire, des réactions cutanées.

Il ne faut donc pas s'exposer au soleil ou faire du banc solaire durant les 4h suivant l'application de ces huiles essentielles.

Certaines huiles essentielles sont dermocaustiques (irritantes pour la peau).

C'est le cas ici de : Fleur de Basilic exotique, Zeste de Bergamote, Cannelle de Chine écorce, Zeste de Citron, Baies de Genévrier, Clou de Girofle, Lemongrass, Litsée citronnée, Zeste de Mandarine rouge, Fleur de Marjolaine, Muscade, Zeste d'Orange douce, Pin sylvestre, Romarin à cinéole, Racine de vétiver, Ylang-ylang première. Elles s'utilisent diluées dans une huile végétale ou en dilution 10% maximum (ne pas appliquer pures sur la peau).

Certaines huiles essentielles sont formellement contre-indiquées dans les pathologies cancéreuses hormono-dépendantes. C'est le cas des huiles essentielles de Feuille de Patchouli, Sauge sclarée.

Ps: Deux autres livres intéressants:

\* le Guide de poche d'aromathérapie qui coûte trois fois rien (moins de 6€)

\* les Cahiers pratiques d'aromathérapie : Vol. 5 – Grossesse

Une petite pensée pour les femmes enceintes qui voient, chaque fois dans les précautions d'emploi, des tas d'interdictions ou de restrictions: voici enfin un livre qui leur est particulièrement destiné.

Elles pourront découvrir toutes les huiles essentielles qui sont sans aucun danger pour elles ainsi que des formules qui leur sont adaptées.

*Vous aimez lire nos articles ? Merci de visiter également notre site web [www.phytowebbarom.be](http://www.phytowebbarom.be)*