



Bon à savoir

- Toutes les huiles essentielles de cette fiche sont photosensibilisantes : elles **augmentent la sensibilité de la peau** aux rayons du soleil
- **JAMAIS s'exposer au soleil** dans les jours qui suivent l'application et a minima attendre 8h (valable également si consommé par voie orale).
- En cas d'exposition, il peut y avoir une éruption cutanée, des **tâches ou une dépigmentation irréversibles**



Huiles essentielles de la famille des Rutacées

=> les agrumes (écorce)

=> à noter que les huiles essentielles de Petit-grain Bigarade et de Néroli sont réalisées à partir des feuilles et des fleurs.

Elles ne sont donc pas photosensibilisantes !

Rue
Ruta graveolens,
R. angustifolia

Fraxinelle
Dictamnus albus

Citron vert
Citrus aurantifolia

Citron
Citrus limonum

Pamplemousse
Citrus paradisi

Fagara
Fagara schinifolia

Orange amère
Citrus aurantium

Bergamotier
Citrus bergamia

Huiles essentielles de la famille des Apiacées

Aneth
Anethum graveolens

Livèche
Levisticum officinale

Carotte sauvage
Daucus carota

Angélique
A. archangelica,
A. atropurpurea,
A. dahurica,
A. sinensis,
A. pubescens

Panais
Pastinaca sativa

Persil
Petroselinum sativum

Berce
Heracleum sphondylium,
H. mantegazzianum

Khella
Ammi visnaga

Cumin
Cuminum cyminum

Fenouil
Foeniculum vulgare

Cèleri
Apium graveolens



Les huiles essentielles contenant des **furocoumarines** sont toutes photosensibilisantes.

On trouve les furocoumarines principalement dans les plantes de la famille des Rutacées (les agrumes) et des Apiacées ou Umbellifères.

Autres huiles essentielles photosensibilisantes

Verveine citronnée
Lippia citriodora

Tagète
Tagetes glandulifera

Millepertuis
Hypericum perforatum