

La Toxicité des Huiles Essentielles

<i>La Toxicité des Huiles Essentielles</i>	<i>1</i>
<i>Prévention</i>	<i>2</i>
1. <i>Les huiles essentielles hépatotoxiques</i>	<i>3</i>
2. <i>Les huiles essentielles irritantes</i>	<i>5</i>
3. <i>Les huiles essentielles photo-sensibilisantes</i>	<i>7</i>
4. <i>Les huiles essentielles allergisantes</i>	<i>8</i>
5. <i>Les huiles essentielles neurotoxiques</i>	<i>10</i>
6. <i>Les huiles essentielles épileptiques</i>	<i>12</i>
7. <i>Les huiles essentielles hormone-like</i> s	<i>13</i>
8. <i>Les huiles essentielles abortives</i>	<i>15</i>
<i>En cas d'Accident</i>	<i>16</i>
<i>Symptômes</i>	<i>18</i>
<i>Premiers secours</i>	<i>20</i>
<i>Les huiles essentielles peuvent être N, C, Xi, T, Xn, ..</i>	<i>21</i>
<i>Qu'est-ce qu'une mention de risque ou une phrase R?</i>	<i>23</i>

Prévention

- *Les huiles essentielles ne sont pas des produits anodins.*
- *Renseignez-vous avant d'en acheter ou d'en utiliser.*
- *Conservez les flacons hors de portée des enfants.*
- *Ne placez pas de diffuseur d'huiles essentielles à portée des enfants.*
- *Les flacons d'huiles essentielles peuvent parfois ressembler à des flacons de médicaments (ex: gouttes pour les yeux). Conservez-les séparément.*
- *Conservez les huiles essentielles à l'abri de l'air et de la lumière: certains produits de dégradation peuvent entraîner des réactions allergiques.*

Avertissement

Ce site n'est pas un site médical. Les informations que vous y trouverez sont données à titre d'information et n'engagent en rien notre responsabilité. Pour tout usage des huiles essentielles à des fins thérapeutiques, consultez un médecin.

Sur les 285 huiles essentielles que comportent la table éditée par l'EFFA, seules 4 ne comportent pas de symbole de danger.

1. Les huiles essentielles hépatotoxiques

Définition

Certaines huiles essentielles sont hépatotoxiques. Elles ont un effet nocif sur le foie. Elles sont réservées exclusivement à l'adulte.

Elles sont interdites chez l'enfant, les femmes enceintes et les personnes atteintes de pathologies hépatiques : cirrhose, hépatite, intolérance au paracétamol, insuffisance hépatique.

Afin d'éviter l'effet toxique sur le foie, prenez ces huiles sur une courte période (5 jours) et à faible dose.

Les molécules responsables

- *Phénols : carvacrol ; eugénol ; thymol : ils sont toxiques à dose élevée.*
- *Pulégone : (cétone) : elle perturbe la métabolisation des autres substances traitées par le foie et provoque une toxicité hépatique même à faible dose. À utiliser seulement sur avis médical.*
- *Menthol (alcool monoterpénique) : les huiles essentielles riches en menthol peuvent provoquer des jaunisses. Elles sont interdites chez l'enfant de moins de 7 ans.*
- *Cinnamaldéhyde (aldéhyde aromatique)*

Les huiles essentielles hépatotoxiques

- | | | |
|---|---|---|
| ☐ <i>Anis vert</i> | ☐ <i>Menthe des champs</i> | ☐ <i>Sarriette des montagnes</i> |
| ☐ <i>Cannelier</i> | ☐ <i>Menthe poivrée</i> | ☐ <i>Thym à thymol</i> |
| ☐ <i>Fenouil</i> | ☐ <i>Origan vulgaire</i> | |
| ☐ <i>Giroflier</i> | | |

Les huiles essentielles peuvent également être toxiques :

- ✓ *par voie cutanée : dermocaustique, irritante, photo-sensibilisante, allergisante*
- ✓ *au niveau du foie : hépatotoxique*
- ✓ *pour le système nerveux : épileptique, neurotoxique*
- ✓ *au niveau hormonal : hormone-like, abortive*

2. Les huiles essentielles irritantes

Définition

Certaines huiles essentielles peuvent provoquer une irritation de la peau ou des muqueuses en application cutanée.

Cela se traduira par un érythème, un prurit, une rougeur ou une sensation de chaleur.

L'intensité de la réaction sera variable selon les individus et la dose administrée.

Les huiles essentielles les plus irritantes sont celles qui contiennent des aldéhydes monoterpéniques.

Celles contenant une quantité importante de monoterpènes peuvent également provoquer des irritations.

Il est conseillé d'effectuer un test cutané avant utilisation d'une nouvelle huile essentielle.

Pour cela, déposez une goutte d'huile essentielle sur le pli du coude ou le poignet.

Si un signe d'allergie ou une rougeur apparaît dans les 15 minutes, n'utilisez pas cette huile.

Dans le cas contraire, diluez néanmoins l'huile essentielle dans une huile végétale afin d'éviter tout risque d'irritation.

Les molécules responsables

- Citronnellal (aldhéhyde monoterpénique) : cette molécule est très irritante.
- Citral (aldhéhyde monoterpénique) : très irritant.
- Eugénol (phénol) : il peut provoquer une hypersensibilité cutanée.
- Menthol (alcool monoterpénique) : peut provoquer une dermatose, un érythème ou de l'urticaire. Ne pas appliquer sur le visage des enfants.
- Alpha pinène (monoterpène) : irritation possible lorsque l'huile essentielle en contient un pourcentage élevé.
- Limonène (monoterpène) : il est irritant et entraîne des dermatites de contact.

Les huiles essentielles irritantes

- | | | |
|--|---|--------------------------------------|
| ☐ Ciste | ☐ Marjolaine à | ☐ Tea tree |
| ☐ Citron | coquille | ☐ Verveine |
| ☐ Estragon | ☐ Mélisse officinale | citronnée |
| ☐ Genévrier | ☐ Menthe des | ☐ Ylang ylang |
| commun | champs | |
| ☐ Laurier noble | ☐ Pin | |

Les huiles essentielles peuvent également être toxiques :

- ✓ par voie cutanée : dermocaustique, irritante, photo-sensibilisante, allergisante
- ✓ au niveau du foie : hépatotoxique
- ✓ pour le système nerveux : épileptique, neurotoxique
- ✓ au niveau hormonal : hormone-like, abortive

3. Les huiles essentielles photo-sensibilisantes

Définition

Certaines huiles essentielles peuvent être photo-sensibilisantes.

Suite à leur application sur la peau ou une prise par voie orale et à une exposition au soleil, elles vont provoquer une réaction de la peau.

Cette dernière se traduira par l'apparition de taches brunes indélébiles ou de rougeurs.

Si vous avez absorbé ou appliqué sur la peau une huile photo-sensibilisante, attendez au moins 4 heures avant de vous exposer au soleil.

Les molécules responsables

- *Couramines : ce sont les principales molécules responsables d'une photosensibilisation.*

Les huiles essentielles photo-sensibilisantes

- | | | |
|---|---|---|
| ☐ <i>Angélique</i> | ☐ <i>Citron</i> | ☐ <i>Orange amer</i> |
| ☐ <i>Bergamotier</i> | ☐ <i>Mandarine</i> | |

Les huiles essentielles peuvent également être toxiques :

- ✓ *par voie cutanée : dermocaustique, irritante, photo-sensibilisante, allergisante*
- ✓ *au niveau du foie : hépatotoxique*
- ✓ *pour le système nerveux : épileptique, neurotoxique*
- ✓ *au niveau hormonal : hormone-like, abortive*

4. Les huiles essentielles allergisantes

Définition

Certaines huiles essentielles sont allergisantes.

L'allergie est une réaction liée à la libération d'histamine suite à un contact avec un allergène.

Elle se traduit par un prurit, urticaire...

Elle n'apparaît généralement qu'après plusieurs applications d'une huile essentielle.

Si vous êtes de nature allergique, faites un test avant d'utiliser une huile essentielle.

Evitez dans la mesure du possible d'utiliser les huiles essentielles soupçonnées d'être allergisantes.

Les molécules responsables

- *Limonène (monoterpène): c'est la molécule la plus allergisante.*
- *Alpha-pinène (monoterpène): il est potentiellement allergisant.*
- *Costunolide (lactone): ces molécules sont considérées comme allergisantes.*
- *Cinnamaldéhyde (aldéhydes aromatiques): il est allergisant et provoque des dermatites.*
- *Géranol et citronellol (alcools monoterpéniques): ils peuvent être allergisants à forte dose.*

Les huiles essentielles allergisantes

- | | | |
|--|---|---|
| ☐ Angélique | ☐ Cumin | ☐ Palmarosa |
| ☐ Cannelier de Ceylan | ☐ Estragon | ☐ Verveine citronnée |
| ☐ Ciste | ☐ Giroflier | |
| ☐ Citron | ☐ Laurier noble | |
| | ☐ Menthe poivrée | |

Les huiles essentielles peuvent également être toxiques :

- ✓ *par voie cutanée : dermocaustique, irritante, photo-sensibilisante, allergisante*
- ✓ *au niveau du foie : hépatotoxique*
- ✓ *pour le système nerveux : épiléptique, neurotoxique*
- ✓ *au niveau hormonal : hormone-like, abortive*

5. Les huiles essentielles neurotoxiques

Définition

Certaines huiles essentielles sont neurotoxiques. Elles provoqueront un dysfonctionnement au niveau du système nerveux central, des nerfs périphériques ou des organes sensoriels.

Cela se traduit par un trouble de la vue ou des autres sens, des convulsions et une paralysie.

Le risque est élevé par voie orale mais plus faible par voie cutanée.

N'utilisez jamais les huiles essentielles neurotoxiques chez les enfants de moins de 7 ans, les femmes enceintes et les personnes épileptiques.

Chez l'adulte, privilégier la voie cutanée. La voie orale est interdite.

Ne pas utiliser sur une période trop longue (plus de 3 semaines) et gare aux surdosage. Respectez bien les doses indiquées.

Il existe des huiles moins riches en 1.8 cinéole qui pourront ainsi être utilisées chez l'enfant de moins de 7 ans.

Les molécules responsables

- *Cétones : cette molécule déclenche une dégradation du tissu neuronal et des convulsions.*

Chez l'adulte, ne jamais ingérer par voie orale des huiles essentielles contenant des cétones. Préférer une application cutanée car le risque est minime.

Chez les enfants de moins de 12 ans, la voie orale, cutanée et rectale sont interdites.

- *Monoterpènes : alpha-pinène ; bêta-pinène ; alpha-terpinène : ces molécules peuvent également provoquer des convulsions mais seulement à dose élevée. Éviter la voie orale.*
- *Cinéole (oxyde) : les huiles essentielles riches en 1.8 cinéole sont déconseillées chez l'enfant de moins de 7 ans voire 12 ans.*

Les huiles essentielles neurotoxiques

- | | | |
|---|--|---|
| ☐ <i>Aneth</i> | ☐ <i>Fenouil</i> | ☐ <i>Romarin à camphre</i> |
| ☐ <i>Anis vert</i> | ☐ <i>Immortelle</i> | ☐ <i>Romarin verbénone</i> |
| ☐ <i>Badiane</i> | ☐ <i>Lavande aspic</i> | ☐ <i>Sauge officinale</i> |
| ☐ <i>Cèdre</i> | ☐ <i>Lavandin super</i> | |
| ☐ <i>Eucalyptus mentholé</i> | ☐ <i>Menthe poivrée</i> | |
| | ☐ <i>Pin</i> | |

Les huiles essentielles peuvent également être toxiques :

- ✓ *par voie cutanée : dermocaustique, irritante, photo-sensibilisante, allergisante*
- ✓ *au niveau du foie : hépatotoxique*
- ✓ *pour le système nerveux : épileptique, neurotoxique*
- ✓ *au niveau hormonal : hormone-like, abortive*

6. Les huiles essentielles épileptiques

Définition

Certaines huiles essentielles sont épileptiques. Elles sont susceptibles de provoquer une crise d'épilepsie.

Ce sont les huiles contenant des cétones ou des mono-terpènes à dose élevée.

Elles sont interdites chez les personnes épileptiques et les enfants de moins de 7 ans.

Les molécules responsables

- | | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|---------------------|
| ■ Alpha pinène
(mono-terpènes) | ■ Alpha-terpinène
(mono-terpènes) | ■ Camphre (cétone) |
| | ■ Verbénone (cétone) | ■ Menthone (cétone) |

Les huiles essentielles épileptiques

- | | | |
|-------------------------------------|--|---|
| ☐ Aneth | ☐ Eucalyptus | ☐ Romarin à |
| ☐ Anis vert | radié | camphre |
| ☐ Badiane | ☐ Fenouil | ☐ Romarin |
| ☐ Cèdre | ☐ Immortelle | verbénone |
| ☐ Ciste | ☐ Laurier noble | ☐ Sauge officinale |
| ☐ Eucalyptus | ☐ Lavande aspic | |
| mentholé | ☐ Pin | |

Les huiles essentielles peuvent également être toxiques :

- ✓ par voie cutanée : dermocaustique, irritante, photo-sensibilisante, allergisante
- ✓ au niveau du foie : hépatotoxique
- ✓ pour le système nerveux : épileptique, neurotoxique
- ✓ au niveau hormonal : hormone-like, abortive

7. Les huiles essentielles hormone-like

Définition

Les huiles essentielles dites hormone-like aident à équilibrer nos hormones. Elles sont pour cela fréquemment utilisées dans le cadre d'une régulation hormonale (ménopause, troubles du cycle).

On distingue deux types de plantes hormone-like :

- ☐ *les plantes oestrogene-like (ou phyto-oestrogène)*
- ☐ *Les plantes progestérone-like (ou phyto-progestérone ou plantes progestéroniques)*

- ☐ *les plantes oestrogene-like (ou phyto-oestrogène)*

Ces plantes contiennent des oestrogènes d'origine végétale qui ressemblent à nos hormones. Mais leur action est bien plus faible que nos propres hormones ou que les hormones de synthèse que l'on peut retrouver dans la pilule ou le traitement pour la ménopause THS.

Ce qui les rend intéressantes

- | | |
|--|---|
| ✓ <i>elles améliorent notre taux de cholestérol.</i> | ✓ <i>Elles diminuent la sécheresse vaginale.</i> |
| ✓ <i>Elles calment les bouffées de chaleur.</i> | ✓ <i>Elles régulent le système nerveux et sont antidépresseurs.</i> |

Attention : ce n'est pas parce que les plantes oestrogene-like sont naturelles qu'elles sont sans danger.

Elles sont interdites chez les femmes ayant souffert ou souffrant de cancer hormono-dépendant. Elles sont également contre indiquées en cas de mastose ou de pathologies liées à une contre indication d'oestrogènes.

- ☐ *Les plantes progestérone-like (ou phyto-progestérone ou plantes progestéroniques)*

Elles présentent un intérêt en période de ménopause lorsque le taux de progestérone chute, entraînant ainsi un déséquilibre entre les deux hormones féminines : progestérone et oestrogène.

Certaines plantes ne possèdent ni phyto-oestrogène ni phyto-progesterone mais elles ont toutefois une action hormonale. On citera l'huile d'onagre et l'huile de bourrache .

Les molécules responsables

- Sclaréol (disterpènes)
- Anéthol (ethers)
- Viridiflorol (alcool sesquiterpénique)
- Cédrol (alcool sesquiterpénique)

Les huiles essentielles hormone-like

Parmi les huiles essentielles phyto-oestrogènes, nous pouvons citer :

- ☐ *celles qui contiennent du sclaréol comme la sauge sclérée*
- ☐ *celles qui contiennent du trans-anéthol : fenouil doux et anis vert*
- ☐ *celles qui contiennent du cédrol : cyprès toujours vert, cèdre de Virginie*
- ☐ *celles qui contiennent du viridiflorol : sauge officinale, niaouli*
- ☐ *celles qui contiennent du progestérone-like on trouve la marjolaine à coquille, la mélisse et le romarin verbénone.*
- ☐ *celles qui contiennent du phyto-progestérone telles que le serpolet, le thym et la verveine.*

Les huiles essentielles peuvent également être toxiques :

- ✓ *par voie cutanée : dermocaustique, irritante, photo-sensibilisante, allergisante*
- ✓ *au niveau du foie : hépatotoxique*
- ✓ *pour le système nerveux : épiléptique, neurotoxique*
- ✓ *au niveau hormonal : hormone-like, abortive*

8. Les huiles essentielles abortives

Définition

Certaines huiles essentielles peuvent être abortives : elles sont susceptibles de provoquer un avortement.

Ce sont les huiles contenant des cétones.

Elles sont formellement interdites aux femmes enceintes durant toute la durée de la grossesse.

Les molécules responsables

- | | | |
|-------------|--------------|-----------|
| ■ Verbénone | ■ Italidione | ■ Camphre |
| ■ Menthone | ■ Carvone | |

Les huiles essentielles abortives

- | | | |
|--|--|---|
| ☐ Eucalyptus à cryptone | ☐ Palmarosa | ☐ Sauge officinale |
| ☐ Immortelle | ☐ Persil | ☐ Thuya |
| ☐ Lavande aspic | ☐ Romarin à camphre | |
| ☐ Menthe poivrée | ☐ Romarin verbénone | |

Les huiles essentielles peuvent également être toxiques :

- ✓ par voie cutanée : dermocaustique, irritante, photo-sensibilisante, allergisante
- ✓ au niveau du foie : hépatotoxique
- ✓ pour le système nerveux : épileptique, neurotoxique
- ✓ au niveau hormonal : hormone-like, abortive

En cas d'Accident

En cas d'accident avec une huile essentielle, contactez immédiatement votre médecin ou le Centre Antipoisons

Appelez le centre antipoison (de préférence de votre région) et/ou un médecin et/ou le SAMU (15).

N'attendez pas que les symptômes de l'intoxication apparaissent pour téléphoner.

Ne faites pas boire de lait ! Ne faites pas vomir !

C'est rarement indiqué et parfois même très dangereux.

Demandez d'abord l'avis du centre antipoison ou celui de votre médecin.

- ✓ *En cas de projection d'un produit dangereux dans les yeux ou sur la peau, rincez immédiatement, abondamment et longuement, plusieurs minutes, à l'eau claire.*
- ✓ *En cas d'émanation de gaz irritant ou toxique dans un espace fermé, aérez bien les locaux.*
- ✓ *En cas de pollution accidentelle massive, aérienne ou hydrique, suivre les instructions spécifiques diffusées par les autorités de santé et préfectorales.*

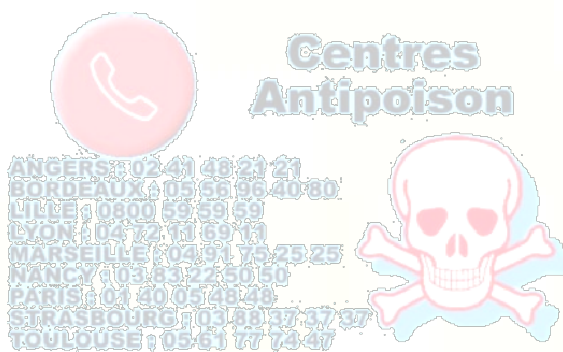
Attendez-vous aux questions que nous vous poserons en cas d'appel

Afin d'évaluer la situation, nous vous demanderons quelques informations:

➤ *L'âge de la (ou des) victimes, le poids, la taille.*

- *La dénomination du (ou des) produits à l'origine de l'intoxication (gardez l'emballage, le mode d'emploi et la notice à portée de main (faites collecter ces renseignements par votre entourage).*
 - *Type d'huile essentielle et quantité.*
 - *Huile essentielle concentrée ou non.*
 - *A quelle heure et en quelle quantité le produit a-t-il été ingéré ou inhalé (temps d'exposition) ?*
 - *Délai entre l'incident et l'appel.*
 - *Que s'est-il passé (accident, tentative de suicide, accident collectif...)?*
Donnez le plus de détails possibles.
 - *Type d'exposition : ingestion, contact cutané, inhalation, contact oculaire...*
- *Présence de symptômes.*

Samu - 15
Police Secours -
17
Pompiers - 18
Général – 112



Symptômes

Les symptômes et la gravité d'une intoxication par les huiles essentielles varient suivant le type d'exposition (ingestion, contact oculaire,...), le type d'huile en cause, la concentration du produit (l'intoxication par les huiles essentielles pures est la plus problématique), la quantité ingérée (1 goutte, 1 gorgée,...).

Ingestion

En cas d'ingestion, les symptômes peuvent être multiples:

- *Irritation des muqueuses de la bouche.*
- *Nausées.*
- *Vomissements.*
- *Diarrhée.*

L'ingestion de certaines huiles essentielles peut également provoquer des troubles de la conscience ou des convulsions, des problèmes respiratoires, et, plus rarement, une atteinte du foie ou des reins.

Les premiers symptômes surviennent dans les premières heures après l'accident, souvent dans la première demi-heure.

Contact cutané

En cas de contact cutané avec une huile pure, des irritations de la peau peuvent apparaître: rougeurs, sensations de brûlures,...

Des effets indésirables peuvent également se produire avec des huiles diluées, l'intensité de l'irritation dépendant du degré de dilution.

Les huiles essentielles peuvent déclencher des réactions allergiques chez des personnes sensibilisées.

Des irritations cutanées et des allergies ont été décrites chez des professionnels utilisant des produits pour massage à base d'huiles essentielles.

Contact oculaire

En cas de contact oculaire, des troubles de la vision et des atteintes de la cornée sont possibles. Ces lésions sont réversibles.

Voies respiratoires

L'inhalation de vapeurs peut parfois provoquer une légère irritation des voies respiratoires supérieures.

Premiers secours

Le traitement des intoxications par huiles essentielles est symptomatique, il n'existe pas d'antidote spécifique.

Ingestion

En cas d'ingestion d'huile essentielle, vous pouvez rincer la bouche et donner quelques gorgées d'eau à boire. Il ne faut surtout ne pas faire vomir la victime ni donner de lait. Les vomissements pourraient entraîner une fausse déglutition et provoquer des troubles respiratoires importants en cas d'aspiration dans les poumons.

Attention: des vomissements spontanés peuvent survenir, pensez à le signaler.

Une mise en observation à l'hôpital peut être nécessaire en cas d'ingestion importante ou de risque de convulsions.

Contact cutané

En cas de contact avec la peau, laver avec de l'eau et du savon et rincer abondamment. Si des symptômes apparaissent (rougeurs, irritations,...), prenez contact avec votre médecin.

Contact oculaire

En cas de contact oculaire, il est important de rincer immédiatement l'œil à l'eau tiède durant minimum 10 minutes. Si des symptômes d'irritation persistent une heure après le rinçage (œil rouge, sensation d'inconfort, douleur...), un avis médical est nécessaire.

Voies respiratoires

En cas d'inhalation de vapeurs, faire sortir la victime de la pièce afin qu'elle puisse respirer de l'air frais. Si des symptômes respiratoires plus importants se déclarent, une aide médicale est nécessaire.

Les huiles essentielles peuvent être N, C, Xi, T, Xn, ..

L'étiquette d'un produit doit être identique à la Fiche de Données de Sécurité (FDS) qui est fournie avec le produit.

Quand on commence à lire les FDS des huiles essentielles les plus courantes, il est vrai que cela peut faire peur. La plupart sont considérées comme nocives (Xn) et souvent dangereuses voir toxiques pour l'environnement (N). Mais ce n'est pas tout. Quand elles ne sont pas indiquées "irritante pour la peau", elles sont spécifiées "éviter le contact avec la peau".



N - Dangereux pour l'environnement

N-Dangereux pour l'environnement

Pour la toxicité aquatique (poisson, algue, daphnie), son classement dépendra de la quantité de mg / litre d'eau pour laquelle elle sera considérée comme :

R53 si $> 100\text{mg/l}$

R52/53 si $> 10\text{ mg/l}$ et $< 100\text{mg/l}$ = Nocif

R51/53 si $> 1\text{mg/}$ et $< 10\text{mg/l}$ = toxique

R50/53 si $> 1\text{mg/l}$ = très toxique



C - Corrosif

C-Corrosif

Définition Corrosif (INRS): *Pouvant, en contact avec des tissus vivants, exercer une action destructrice sur ces derniers Il existe plus de 200 substances corrosives. On y*

trouve principalement les acides et les bases comme la soude caustique mais également le thymol, phénol contenu dans l'huile de thym. Même si l'huile essentielle de thym est beaucoup moins corrosive que de l'acide sulfurique, il convient de l'utiliser avec précaution. Eviter, comme certaines personnes, de prendre un bain en y ajoutant de l'huile essentielle de thym pure sinon vous prenez le risque de ressortir comme une écrevisse.



Xi - Irritant

Xi-irritant

Définition Irritant (INRS): Non corrosif mais pouvant, par contact immédiat, prolongé ou répété, avec la peau ou les muqueuses, provoquer une réaction inflammatoire.

*Pratiquement toutes les huiles essentielles sont classées irritantes mais cela ne veut pas dire que si vous mettez une goutte d'huile essentielle de lavande sur la main vous allez avoir une rougeur. **Cela veut dire qu'il existe des règles d'utilisation des huiles essentielles et qu'il faut les respecter. La première de ces règles, c'est d'éviter de les utiliser pures sur la peau mais seulement après dilution dans une huile végétale, ce qui est indiqué d'ailleurs dans tous les livres d'aromathérapie.***



T - Toxique

T-Toxique

Définition Toxique (INRS): Entraînant la mort par inhalation, ingestion ou pénétration cutanée en petites quantités, ou nuisant à la santé de manière aiguë ou chronique. Le logo T devra être présent sur un flacon quand

*au moins une phrase "Risque toxique" sera présente dans la FDS. **Cela peut être toxique par inhalation, par contact avec la peau ou en cas d'ingestion.** Ce sont des huiles essentielles qui sont particulièrement dangereuses à l'utilisation mais il en existe moins d'une quinzaine qui sont réellement classées comme Toxique (tête de mort). on y trouve par exemple le Sassafras, la moutarde, la noix de muscade.*



Xn - Nocif

Xn-nocif

Définition Nocif(INRS): Pouvant, par inhalation, ingestion ou pénétration cutanée, entraîner la mort ou nuire à la santé de manière aiguë ou chronique

Le logo Xn devra être présent sur un flacon quand au moins une phrase "Risque nocif" sera présente dans la FDS. Cela peut être Nocif par inhalation, par contact avec la peau, en cas d'ingestion ou peut provoquer une atteinte des poumons en cas d'ingestion ! Si peu d'huiles essentielles sont classées T, de nombreuses huiles essentielles sont classées Xn.

Qu'est-ce qu'une mention de risque ou une phrase R?

Exemple :

Nocif par ingestion (R22): $200\text{mg/kg} > \text{LD50} < 2000\text{mg/kg}$

Soit pour une personne de $50\text{kg} = 10\text{grs}$ ce qui fait environ 200 gouttes d'huiles essentielles à absorber avant d'atteindre le seuil de nocivité. Il est techniquement très difficile d'ingérer un flacon d'huile essentielle de sauge officinale ou de thuya.

Nocif par contact avec la peau (R21): $400\text{mg/kg} > \text{LD50} < 4000\text{mg/kg}$

En partant sur le même calcul que ci-dessus on arrive à 20 ml.

Techniquement, il est possible de se masser l'ensemble du corps avec 2 flacons d'huile essentielle pure, mais cela relève de la totale méconnaissance des produits. Les huiles classées en R21 sont rares. On y trouve par exemple l'origan ou la cannelle de chine. Ces deux huiles sont indiquées dans tous les livres d'aromathérapie comme à "ne jamais utiliser pur sur la peau mais toujours dilué"

Nocif par inhalation R20 : $2\text{mg/L d'air} > \text{LC50} > 20\text{mg/L d'air}$

Une petite chambre fait environ 20m^3 , le seuil de nocivité sera atteint avec 40grs d'huiles essentielles dans l'air ambiant, avec un diffuseur puissant on vaporise dans l'air 2g/h soit 20 heures de diffusion sans aérer avant d'atteindre le seuil critique. Les huiles essentielles classées comme R20 sont rares ont y trouve par exemple le Raifort et la moutarde, alors le Nocif par inhalation parait donc peu probable sauf de le faire exprès!

<i>Code</i>	<i>Risque</i>
<i>R1</i>	<i>Explosif à l'état sec</i>
<i>R2</i>	<i>Risque d'explosion par le choc, la friction, le feu ou d'autres sources d'ignition</i>
<i>R3</i>	<i>Grand risque d'explosion par le choc, la friction, le feu ou d'autres sources d'ignition</i>
<i>R4</i>	<i>Forme des composés métalliques explosifs très sensibles</i>
<i>R5</i>	<i>Danger d'explosion sous l'action de la chaleur</i>
<i>R6</i>	<i>Danger d'explosion en contact ou sans contact avec l'air</i>
<i>R7</i>	<i>Peut provoquer un incendie</i>
<i>R8</i>	<i>Favorise l'inflammation des matières combustibles</i>
<i>R9</i>	<i>Peut exploser en mélange avec des matières combustibles</i>
<i>R10</i>	<i>Inflammable</i>
<i>R11</i>	<i>Facilement inflammable</i>
<i>R12</i>	<i>Extrêmement inflammable</i>
<i>R14</i>	<i>Réagit violemment au contact de l'eau</i>
<i>R14/15</i>	<i>Réagit violemment au contact de l'eau en dégageant des gaz très inflammables</i>
<i>R15</i>	<i>Au contact de l'eau, dégage des gaz extrêmement inflammables</i>
<i>R15/29</i>	<i>Au contact de l'eau, dégage des gaz toxiques et très inflammables</i>
<i>R16</i>	<i>Peut exploser en mélange avec des substances comburantes</i>
<i>R17</i>	<i>Spontanément inflammable à l'air</i>
<i>R18</i>	<i>Lors de l'utilisation, formation possible de mélange vapeur/air inflammable/explosif</i>
<i>R19</i>	<i>Peut former des peroxydes explosifs</i>
<i>R20</i>	<i>Nocif par inhalation</i>
<i>R20/21</i>	<i>Nocif par inhalation et par contact avec la peau</i>
<i>R20/21/22</i>	<i>Nocif par inhalation, par contact avec la peau et par ingestion</i>
<i>R20/22</i>	<i>Nocif par inhalation et par ingestion</i>

R21	Nocif par contact avec la peau
R21/22	Nocif par contact avec la peau et par ingestion
R22	Nocif en cas d'ingestion
R23	Toxique par inhalation
R23/24	Toxique par inhalation et par contact avec la peau
R23/24/ 25	Toxique par inhalation, par contact avec la peau et par ingestion
R23/25	Toxique par inhalation et par ingestion
R24	Toxique par contact avec la peau
R24/25	Toxique par contact avec la peau et par ingestion
R25	Toxique en cas d'ingestion
R26	Très toxique par inhalation
R26/27	Très toxique par inhalation et par contact avec la peau
R26/27/ 28	Très toxique par inhalation, par contact avec la peau et par ingestion
R26/28	Très toxique par inhalation et par ingestion
R27	Très toxique par contact avec la peau
R27/28	Très toxique par contact avec la peau et par ingestion
R28	Très toxique en cas d'ingestion
R29	Au contact de l'eau, dégage des gaz toxiques
R30	Peut devenir facilement inflammable pendant l'utilisation
R31	Au contact d'un acide, dégage un gaz toxique
R32	Au contact d'un acide, dégage un gaz très toxique
R33	Danger d'effets cumulatifs
R34	Provoque des brûlures
R35	Provoque de graves brûlures
R36	Irritant pour les yeux
R36/37	Irritant pour les yeux et les voies respiratoires
R36/37/ 38	Irritant pour les yeux, les voies respiratoires et la peau
R36/38	Irritant pour les yeux et la peau

R37	<i>Irritant pour les voies respiratoires</i>
R37/38	<i>Irritant pour les voies respiratoires et la peau</i>
R38	<i>Irritant pour la peau</i>
R39	<i>Danger d'effets irréversibles très graves</i>
R39/23	<i>Toxique : danger d'effets irréversibles très graves par inhalation</i>
R39/23/24	<i>Toxique : danger d'effets irréversibles graves par inhalation et par contact avec la peau</i>
R39/23/24/25	<i>Toxique : danger d'effets irréversibles très graves par inhalation, par contact avec la peau et par ingestion</i>
R39/23/25	<i>Toxique : danger d'effets irréversibles très graves par inhalation et par ingestion</i>
R39/24	<i>Toxique : danger d'effets irréversibles très graves par contact avec la peau</i>
R39/24/25	<i>Toxique : danger d'effets irréversibles très graves par contact avec la peau et par ingestion</i>
R39/25	<i>Toxique : danger d'effets irréversibles très graves par ingestion</i>
R39/26	<i>Très toxique : danger d'effets irréversibles très graves par inhalation</i>
R39/26/27	<i>Très toxique : danger d'effets irréversibles très graves par inhalation et par contact avec la peau</i>
R39/26/27/28	<i>Très toxique : danger d'effets irréversibles très graves par inhalation, par contact avec la peau et par ingestion</i>
R39/26/28	<i>Très toxique : danger d'effets irréversibles très graves par inhalation et par ingestion</i>
R39/27	<i>Très toxique : danger d'effets irréversibles très graves par contact avec la peau</i>
R39/27/28	<i>Très toxique : danger d'effets irréversibles très graves par inhalation et par ingestion</i>
R39/28	<i>Très toxique : danger d'effets irréversibles très graves par ingestion</i>

R40	<i>Effet cancérogène suspecté – preuves insuffisantes</i>
R41	<i>Risque de lésions oculaires graves</i>
R42	<i>Peut entraîner une sensibilisation par inhalation</i>
R42/43	<i>Peut entraîner une sensibilisation par inhalation et par contact avec la peau</i>
R43	<i>Peut entraîner une sensibilisation par contact avec la peau</i>
R44	<i>Risque d'explosion si chauffé en ambiance confinée</i>
R45	<i>Peut provoquer le cancer</i>
R46	<i>Peut provoquer des altérations génétiques héréditaires</i>
R48	<i>Risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée</i>
R48/20	<i>Nocif: risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par inhalation</i>
R48/20/21	<i>Nocif: risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par inhalation et par contact avec la peau</i>
R48/20/21/22	<i>Nocif: risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par inhalation, par contact avec la peau et par ingestion</i>
R48/20/22	<i>Nocif: risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par inhalation et par ingestion</i>
R48/21	<i>Nocif: risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par contact avec la peau</i>
R48/21/22	<i>Nocif: risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par contact avec la peau et par ingestion</i>
R48/22	<i>Nocif: risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par ingestion</i>
R48/23	<i>Toxique : risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par inhalation</i>

R48/23/24	Toxique : risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par inhalation et par contact avec la peau
R48/23/24/25	Toxique : risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par inhalation, par contact avec la peau et par ingestion
R48/23/25	Toxique : risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par inhalation et par ingestion
R48/24	Toxique : risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par contact avec la peau
R48/24/25	Toxique : risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par contact avec la peau et par ingestion
R48/25	Toxique : risque d'effets graves pour la santé en cas d'exposition prolongée par ingestion
R49	Peut provoquer le cancer par inhalation
R50	Très toxique pour les organismes aquatiques
R50/53	Très toxique pour les organismes aquatiques, peut entraîner des effets néfastes à long terme pour l'environnement aquatique
R51	Toxique pour les organismes aquatiques
R51/53	Toxique pour les organismes aquatiques, peut entraîner des effets néfastes à long terme pour l'environnement aquatique
R52	Nocif pour les organismes aquatiques
R52/53	Nocif pour les organismes aquatiques, peut entraîner des effets néfastes à long terme pour l'environnement aquatique
R53	Peut entraîner des effets néfastes à long terme pour l'environnement aquatique
R54	Toxique pour la flore
R55	Toxique pour la faune

R56	<i>Toxique pour les organismes du sol</i>
R57	<i>Toxique pour les abeilles</i>
R58	<i>Peut entraîner des effets néfastes à long terme pour l'environnement</i>
R59	<i>Dangereux pour la couche d'ozone</i>
R60	<i>Peut altérer la fertilité</i>
R61	<i>Risque pendant la grossesse d'effets néfastes pour l'enfant</i>
R62	<i>Risque possible d'altération de la fertilité</i>
R63	<i>Risque possible pendant la grossesse d'effets néfastes pour l'enfant</i>
R64	<i>Risque possible pour les bébés nourris au lait maternel</i>
R65	<i>Nocif : peut provoquer une atteinte des poumons en cas d'ingestion</i>
R66	<i>L'exposition répétée peut provoquer dessèchement ou gerçures de la peau</i>
R67	<i>L'inhalation de vapeurs peut provoquer somnolence et vertiges</i>
R68	<i>Possibilité d'effets irréversibles</i>
R68/20	<i>Nocif : possibilité d'effets irréversibles par inhalation</i>
R68/20/21	<i>Nocif : possibilité d'effets irréversibles par inhalation et par contact avec la peau</i>
R68/20/21/22	<i>Nocif : possibilité d'effets irréversibles par inhalation, par contact avec la peau et par ingestion</i>
R68/20/22	<i>Nocif : possibilité d'effets irréversibles par inhalation et par ingestion</i>
R68/21	<i>Nocif : possibilité d'effets irréversibles par contact avec la peau</i>
R68/22	<i>Nocif : possibilité d'effets irréversibles par ingestion</i>
R68/21/22	<i>Nocif : possibilité d'effets irréversibles par contact avec la peau et par ingestion</i>