

## 🐾 Huile Essentielle de LAVANDE pour les chevaux anxieux 🐾



Votre cheval est nerveux et sujet à l'anxiété vis-à-vis de certaines personnes ou situation comme être dans un box, séparé de ses congénères, hyper-vigilant en promenade, difficultés lors des transport (monter dans un van par exemple), avant un concours...

La posture d'alerte, le nombre important de défécation, les hennissements sont des indicateurs comportementaux du niveau d'anxiété du cheval.

L'huile essentielle (HE) de lavande vraie (*Lavandula augustifolia*), diminue les effets du stress en agissant en particulier sur le système nerveux central et sur la pression artérielle.

L'appliquer autour des naseaux, diluée à 10% dans de l'huile végétale permet la pénétration des molécules actives par inhalation et de manière transcutanée. Il est important d'utiliser une HE de qualité, bio de préférence.

Il est important de faire sentir à votre cheval l'HE avant l'application et de faire au préalable un test de réaction allergique cutanée, au niveau de l'encolure par exemple sur une très petite surface et de vérifier au bout de 24 heures s'il n'y a pas d'irruption ou de rougeurs.

🐾 Dilution à 10 % : diluer une quinzaine de gouttes d'HE dans 1,8 ml d'huile de tournesol dans un roll-on gradué (moyen efficace pour appliquer facilement une quantité précise d'huile).

🐾 Application : Application autour des naseaux de 2 ml de ce mélange environ 30 minutes avant la situation qui occasionne du stress.

Une étude scientifique à montrer des modifications physiques dès 18 minutes après l'application chez certains chevaux :

- o Une diminution du nombre de défécations.
- o Une diminution du nombre de postures d'alerte.
- o Une diminution du rythme cardiaque et du niveau de cortisol salivaire (comme chez l'Homme).

Etude INRA : Anne Poutraud de l'INRA « effets apaisants de l'HE de lavande vraie chez le cheval » Résultats de cette étude publiée en novembre 2017

Et bien sûr il y a les Fleurs de BACH et ma spécialité LA COMMUNICATION