

Basilic dit tropical



Ocimum basilicum

Feuilles



La plante : A partir d'une petite plante méditerranéenne les hommes ont créé une infinité de variétés de basilic aux senteurs délicieuses. Celui-ci dont la hampe florale est rougeâtre et les fleurs violettes, sent l'estragon.

L'huile essentielle :

De couleur jaune claire, on retient surtout son parfum, frais et herbacé, épicé et anisé, très agréable.

Elle contient surtout de l'estragol ou méthylchavicol et aussi du linalol un alcool doux et efficace.

AROMATHÉRAPIE

C'est d'abord l'huile essentielle du **bien-être digestif**.

Egalement une essence anti-infectieuse et **antivirale** à emporter lors de [voyages](#) en zones tropicales pour prévenir les infections virales et stopper les diarrhées.

Très antispasmodique, anti-inflammatoire et analgésique, elle soulage les coliques.

Le basilic en général, et celui-ci en particulier, est un **tonique et équilibrant nerveux**. Il favorise la concentration et la mémorisation. Il agit sur la spasmophilie et le mal des transports.

Immunostimulante (par son action sur les glandes surrénales) et revitalisante, elle aide à rétablir une santé défaillante.

Propriétés et indications :

A utiliser sur un plan digestif contre les **flatulences, l'indigestion, la nausée, aérophagie**, le mal des transports et pour soigner une **gastro-entérite**, la turista, l'hépatite virale.

Egalement pour soulager spasmes, douleurs, **crampes du bas du ventre**, coliques.

Et sur un plan nerveux pour combattre les peurs, **le stress, la nervosité, l'épuisement intellectuel**, la spasmophilie et le vertige.

Elle atténue les **taches de vieillesse**, guérit les **verrues plantaires**

Usage externe :

Application sur le plexus [solaire](#) (spasme digestif) ou le long de la colonne vertébrale (fatigue et dépression)

En massage externe sur le ventre, contre les problèmes de l'aérophagie.

Usage interne :

En cas de maladies infectieuses uniquement

Dosage conseillé :

Diluée de 1% à 3% dans de l'huile végétale en externe.

3 gouttes 3 fois par jour en interne.

Contre-indications :

Ne pas utiliser pure en application sur la peau, diluer fortement dans une huile végétale. Éviter l'usage pendant la grossesse, pour les enfants en bas âge.



Retour à la table

[Communiquez vos expériences](#)

