

Nos Huiles essentielles pures

Huile essentielle ANETH (*Anethum graveolens L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Graines, semences, pépins

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Russie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : limonène, phellandrène, paracymène. Monoterpénones : carvone, isoet dihydrocarvones. Coumarines : ombelliférone, ombelliprénine.

PARFUM : Odeur d'herbe verte, boisée, anisée. Mais aussi une note très forte qui rappelle celle du Carvi.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Apiacées, l'aneth originaire de l'Asie Mineure a également su s'acclimater dans le Sud de l'Europe. Par contre, curieusement si cette plante est cultivée en Europe, au Pakistan, aux Etats-Unis et en Inde, a contrario elle pousse à l'état sauvage en Europe, en Asie et en Afrique.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle d'Aneth est tout particulièrement recommandée comme stimulant du système digestif et dans les cas de maladies pulmonaires. Elle est stomachique, vermifuge, carminative, antiseptique, diurétique, anti-inflammatoire. Outre ses propriétés stimulantes du système digestif et dans le traitement de maladies pulmonaires, l'huile essentielle d'aneth est indiquée contre les rhumes de cerveau, pour le soin des gencives, comme aide à la lactation, dans les cas de vomissements d'origine nerveuse et, plus traditionnellement, elle est vantée pour ses vertus contre le hoquet.

Usage externe : En frictions et en massages, diluée dans une huile végétale comme par exemple le Jojoba.

Usage interne : 1 à 2 gouttes après les repas.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucun effet secondaire n'est connu à ce jour. Cependant, l'huile essentielle doit se prendre à doses minimales et est déconseillée aux femmes enceintes ou qui allaitent.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : ANE001

Huile essentielle BASILIC GRAND VERT (*Ocimum basilicum album L. var.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventionnel

PROVENANCE : Egypte

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène. Monoterpénols : linalol, alpha terpinéol, citronnellol, nérol, géraniol. Esters terpéniques : acétates de citronnellyle et de terpényle. Phénols : eugénol. Phénols méthyl-éthers : chavicol ME, eugénol ME. Oxydes terp. : cinéole 1,8. Monoterpénals : citronnellal, néral, géraniol.

PARFUM : Odeur d'herbe verte, fraîche, poivrée et mentholée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, le basilic originaire d'Inde y est consacré à Krishna et utilisé depuis de millénaires. Il est également cultivé dans la région méditerranéenne sous le nom de « pistou ». Mais on le retrouve dans le monde entier où il est largement employé comme aromate.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Basilic est surtout utilisée dans le traitement des troubles digestifs (spasmes gastriques, aérophagie, mal des transports...), mais aussi pour lutter contre les allergies. Elle est un tonique du système nerveux et un antispasmodique puissant, ce qui la rend incontournable pour lutter contre la fatigue ou l'épuisement intellectuel, l'anxiété ou encore la dépression. C'est également un antalgique et un anti-inflammatoire. Elle est aussi désinfectante, anti-asthénique, cicatrisante au niveau de la peau et des muqueuses. Mélangée aux huiles essentielles de romarin ou de lavande et à l'huile de Jojoba, elle fera un excellent fortifiant capillaire. L'huile essentielle de basilic est souvent utilisée pour traiter des problèmes respiratoires comme des bronchites, des rhumes et des grippes. Elle favorise l'expectoration du mucus et réduit la fièvre.

Usage externe : Massages et frictions calmantes pour tous les soins de la peau (acné, couperose). Apaise également les contractures musculaires et aussi les migraines.

Usage interne : 1 à 2 gouttes d'huiles essentielles avant ou après les principaux repas.

Usage culinaire : Comme condiment, une goutte.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Ne pas l'utiliser pendant la grossesse ou l'allaitement, chez les nourrissons et les jeunes enfants. Eviter également son utilisation sur de longues périodes.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : BAS001

Huile essentielle BASILIC TROPICAL Sauvage (*Ocimum Basilicum*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Sauvage

PROVENANCE : Madagascar

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Phénols méthyl-éthers (90 %) : chavicol M.E., eugénoï M.E., cis- et trans-anétholes. Oxydes : 1,8-cinéole ; trans-ocimène oxyde. Alcools terp. : linalol, fenchol, terpinène-1-ol-4, alpha-terpinéol, citronnellol.

PARFUM : Frais, herbacé.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Appartenant à la famille des Labiées, le Basilic est originaire d'Asie. Il est très reconnu en Inde pour ses vertus curatives et on le cultive aujourd'hui en France, à la Réunion, à Chypre. Son nom vient du grec "basilikon", royal, et il est utilisé par les Hindous lors des funérailles pour protéger l'âme des défunts. Son utilisation s'étend également aux domaines de la parfumerie et de l'alimentation.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de basilic tropical est obtenue à partir de la distillation des fleurs et des feuilles du basilic. Elle possède de nombreuses vertus. C'est un stimulant général, qui éloigne l'asthénie et tonifie l'appareil digestif. L'huile de basilic tropical est également un puissant anti-spasmodique, très efficace sur pour soulager les spasmes, les douleurs abdominales. Elle exerce une action sur le bulbe rachidien qui la rend neurorégulatrice, c'est pourquoi son action est si importante contre la spasmophilie, le mal des transports, contre l'anxiété, la fièvre, voire contre la dépression. Décongestionnante, l'huile de basilic tropical est encore antivirale, anti-infectieuse, antibactérienne, anti-inflammatoire et antalgique. Elle permet de lutter contre un staphylocoque, la polyarthrite, les infections virales, les troubles de circulation sanguine et les affections respiratoires.

Usage externe : En massage (diluée !) pour soulager les spasmes et les douleurs abdominales. S'utilise également diluée dans un alcool pour une diffusion atmosphérique (en période d'épidémie de grippe par exemple). Dans le bain, 2 ou 3 gouttes pour revigorer l'organisme.

Usage interne : Une goutte maximum sur la langue pour faire passer le hoquet et pour renforcer les effets du massage.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Ne pas utiliser pure sur la peau. L'huile de basilic tropical est très puissante, l'utiliser en dilution (environ 0,5 %) car elle peut irriter la peau. Eviter pendant la grossesse. Eviter l'usage par voie orale.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : BAS011

Huile essentielle BAY SAINT THOMAS (*Pimenta racemosa acris J.W. Moore*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Indonésie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Eugénol, myrcène, chavicol.

PARFUM : Odeur boisée et épicée, avec une note citronnée, résinée, légèrement cannelle.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myrtacées, l'huile essentielle de Bay Saint Thomas est originaire des Antilles et d'Amérique centrale.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Cette huile essentielle est un antiseptique des voies respiratoires. Tonique et stimulante, elle ralentit aussi la chute des cheveux, favorise la pousse et limite les pellicules.

Usage externe : (à intégrer dans une lotion capillaire), 10 gouttes d'huile essentielle pour un flacon de 100 ml, ou dans votre shampooing.

Usage interne : 1 à 2 gouttes d'huile essentielle deux à trois fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A noter une légère toxicité. Diluer à seulement 0,5% des lotions pour cheveux.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : BAY001

Huile essentielle BERGAMOTE (*Citrus aurantium L. ssp. bergamia*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Zestes

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Expression

PROVENANCE : Italie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha pinène, camphène, limonène. Alcools arom. : al. dihydrocuminique. Alcools monoterp. : linalol, nérol, géraniol, alpha terpinéol. Esters terp. : acétate de linalyle. Aldéhydes : citrals. Coumarines et furocoumarines : bergamottine, bergaptène, bergaptole, aurapténole, byakangélicine, limettier, 5-géranoxy, 7-méthoxycoumarine.

PARFUM : Odeur fraîche, verte, rappelant le zeste de citron et d'orange amère. Mélange de senteurs d'agrumes et de fleurs.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Rutacées, la bergamote originaire d'Asie tropicale est cultivée en Italie (Calabre) et utilisée dans la médecine populaire italienne. Son nom provient de Bergame, on l'utilisait pour combattre les fièvres. Son caractère pétillant fait utiliser cette essence dans la composition de l'eau de Cologne et son goût particulier se retrouve dans les célèbres bergamotes de Nancy ou dans le thé Earl Grey.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La Bergamote est antispasmodique, antiseptique, calmante et sédative, mais aussi cicatrisante et anti-infectieuse. Elle est utilisée dans le traitement de l'acné. Apaisante, comme la plupart des huiles de citrus, la Bergamote combat les états dépressifs, favorise la digestion et recharge en énergie le système nerveux central.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Photo-sensibilisante, exposition au soleil déconseillée, s'utilise en forte dilution pour éviter tout risque d'irritations cutanées.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : BER001

Huile essentielle BIGARADE (*Citrus aurantium L. ssp. aurantium*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Zestes
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Expression
PROVENANCE : Italie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : limonène, terpinolène.
Alcools monoterp. : linalol, alpha terpinéol, citronnelle, nérol, géraniol.
Esters : acétate de géranyle, de néryle, de citronellyle et de linalyle.
Aldéhydes : non anal, décanal, un décanal, dodécanal, géraniol, néral, citronellal.
Coumarines et furocoumarines : auraptène, aurapténol, bergaptène, bergaptol, scopitone, citroptène.

PARFUM : Senteur fraîche, hespéridée et sèche.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Rutacées, le bigarade, ou Orange amère, originaire de l'Asie du Sud-Est, est cultivé en Afrique du Nord, en Sicile et en Amérique du Sud. Il a été introduit autour du bassin méditerranéen. Il entre dans la préparation de liqueurs.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Bigarade est un stimulant de l'appétit, antispasmodique. Il soulage coliques et aigreurs d'estomac. Il possède également des propriétés calmantes et sédatives. L'orange est considérée comme un tonifiant général. Son odeur familière peut plaire aux enfants.

Usage externe : En massage de l'abdomen cela permet de lutter contre la constipation et les troubles gastriques. Pour les soins du visage, étant légèrement astringente, l'huile essentielle de Bigarade s'utilise dans les crèmes faciales pour revitaliser la peau et dans les massages du visage.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Usage externe photosensibilisant. Exposition au soleil déconseillée. Risques d'allergies.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : BIG001

Huile essentielle BOIS DE ROSE Sauvage (*Aniba rosaeodora var. amazonica*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Bois

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Brésil

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpénols : linalol.

PARFUM : Odeur douce très légèrement boisée, avec une touche camphrée et rappelant la rose.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lauracées, le Bois de rose est un arbuste persistant à l'état sauvage dans les forêts d'Amazonie (Brésil, Pérou) et en Guinée française (Cayenne). Il est très utilisé en parfumerie.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Bois de rose est particulièrement efficace en soins cutanés, car elle est très bien tolérée par la peau. Elle est donc tout indiquée pour les peaux fragiles ou irritées, mais également pour l'acné et les plaies. Elle est aussi recommandée pour les infections ORL et broncho-pulmonaires (très utilisée chez le nourrisson), ainsi que pour la dépression, l'asthénie ou encore le surmenage. Cette huile essentielle a également des vertus anti-infectieuses, antibactériennes et antivirales. Mais elle peut aussi être conseillée pour les problèmes de fatigue générale et sexuelle.

Usage interne : 2 gouttes d'huiles essentielles pures ou diluées, deux à six fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune aux doses physiologiques. Huile essentielle très bien tolérée par la peau.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : BOR001

Huile essentielle CABREUVA Sauvage (*Myrocarpus fastigiatus*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Bois

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Paraguay

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpénols : trans-nérolidol, farnésols I et II, bisabolol.

PARFUM : Odeur douce, boisée et fleurie.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Fabacées, l'huile essentielle Cabreuva est originaire de l'Amérique du Sud (Argentine, Brésil).

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Cette huile essentielle est connue pour ses vertus énergétisantes, toniques, stimulantes, anti-infectieuses et aphrodisiaques. Elle est également indiquée en cas d'asthénie et de polyarthrite rhumatoïde.

Usage externe : Application pure ou en mélange, par massage le long de la colonne vertébrale.

Usage interne : 2 gouttes trois à quatre fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Prudence chez la femme.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAB001

Huile essentielle CADE Sauvage (*Juniperus oxycedrus L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Bois

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : France

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Phénols, carbures.

PARFUM : Odeur de fumée, sèche, boisée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Cupressacées, le Cade est un arbuste vivant dans les régions du Sud de l'Europe (Espagne, France). C'est une espèce méditerranéenne qui croît jusque dans les pays du Moyen-Orient.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Depuis toujours, utilisée comme antiseptique et parasiticide pour traiter, sous forme de pommade, certaines affections de la peau (dont la gale), aujourd'hui cette huile essentielle est également recommandée pour soigner les animaux domestiques, tout comme en dermatologie, en cas d'affections du cuir chevelu et comme vermifuge.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Usage externe uniquement du fait de son caractère toxique.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAD001

Huile essentielle CAJEPUT Sauvage (*Melaleuca leucadendron L.*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Vietnam

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Phénols : eugénol (tr.) Phénols méthyl-éthers : eugénol M.E.

PARFUM : Essence à l'odeur camphrée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myrtacées, le Cajeput est originaire d'Indonésie, d'Australie et du Vietnam. C'est aussi un arbre abondant aux Philippines et en Malaisie.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Cette essence est un antiseptique général (pulmonaire, intestinal, urinaire). Elle est également reconnue pour être antispasmodique, stimulante au niveau hépatique et décongestionnante veineuse. Décidément très complète, elle est aussi un anti-parasitaire puissant, un anti-inflammatoire et un décontractant. En usage interne, l'huile essentielle est conseillée dans les rhumatismes, les douleurs et certaines affections de la peau (pityriasis, psoriasis).

Usage externe : 10 à 20 gouttes pures ou en mélanges synergiques. En inhalation (laryngite). Pommades au 1/5 ou au 1/10.

Usage interne : 1 à 2 gouttes trois à quatre fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Bien diluer cette essence, car elle est susceptible d'irriter la peau.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAJ001

Huile essentielle CALAMUS Sauvage (*Acorus calamus L. var. angustatus*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Racines, rhizomes

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Corée

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Phénols méthyl-éthers : cis-isoasarol tri M.E., transisoasarol tri M.E., cis- et trans-isoeugénol M.E. Aldéhydes : asaronald.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Aracées, le Calamus originaire d'Asie se trouve près des eaux courantes. Ressemblant à l'Iris, il aime les marécages et les lieux humides.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Calamus est reconnu être d'une très grande valeur pour soulager les gastrites, les congestions rénales ou encore les cystites. Il a des propriétés antispasmodiques, anti-inflammatoires (gastro-entéro-rénale) et stomachiques, mais aussi, à moindre mesure, relaxantes. Cette plante est également connue de la médecine chinoise qui l'emploie contre la constipation et l'asthme.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiqué en usage prolongé.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAL001

Huile essentielle CAMOMILLE BLEUE Sauvage (*Tanacetum annuum L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Sauvage
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Montagnes de l'Atlas du Maroc

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : limonène (major.)
Sesquiterpènes polyinsaturés : chamazulène, 3,6-dihydrochamazulène.

PARFUM : Cette huile essentielle riche, notamment, en cétone terpénique et en un sesquialtère (le chamazulène responsable de sa couleur bleue foncée), lui confère une odeur prononcée caractéristique.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Astéracées, la Camomille Bleue est une plante vigoureuse, commune dans les lieux humides de toute l'Europe et du Nord de l'Asie.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La Camomille Bleue permet d'obtenir d'excellents résultats durant les crises d'asthme, ainsi que pour les dermites allergiques ou irritatives. Elle est également reconnue pour soulager les sciatiques ou encore les rhumatismes musculaires. Parmi ses propriétés, on retiendra son action anti-inflammatoire, antihistaminique, antiphlogistique et antiprurigineuse.

Usage externe : 2 gouttes d'huiles essentielles trois fois par jour dans un peu d'huile d'amande douce (2 à 3 gouttes). Il est conseillé de l'utiliser en synergie avec d'autres huiles essentielles.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée chez certaines femmes (incidence endocrinienne certaine à préciser).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAM001

Huile essentielle CAMOMILLE ROMAINE (*Anthemis nobilis L. ssp. chamaelum nobile*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Italie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Angélate, méthacrylate, isobutyrate d'isobutyle et d'isoamyle, pinocarveol, pinocarvone.

PARFUM : Odeur fraîche, suave et herbacée, avec des nuances fruitées et de goudron.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Composées, la Camomille Romaine est une plante originaire de l'Europe Centrale et cultivée en Europe (Belgique, Angleterre, Italie, Sud de la France). Les Egyptiens la vénéraient et, depuis des siècles, elle fait partie de la panoplie des herboristes. Elle est très recherchée aujourd'hui, notamment pour la fabrication de certaines boissons alcoolisées et, en cosmétologie, pour la confection de shampoings éclaircissants.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La Camomille Romaine est anti-inflammatoire, cicatrisante, antiseptique et antispasmodique. Traditionnellement elle est utilisée dans le traitement symptomatique des troubles digestifs (ballonnements, flatulences, digestion lente). Mais elle est aussi conseillée dans les affections inflammatoires ou les irritations de la peau, notamment après le rasage.

Usage externe : Localement, 3 à 4 gouttes pour son action anti-inflammatoire.

Usage interne : 2 à 3 gouttes deux ou trois fois par jour, en solution alcoolique.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Ni toxicité ni effets secondaires n'ont été relevés à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAM011

Huile essentielle CAMOMILLE Sauvage (*Ormenis mixta L. var. multicaulis*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Sauvage
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Maroc

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha-pinène. Alcools terp. irrég et rég. : santolina alcool, yomogi alcool, alpha-terpinéol. Cétones terp. : camphre. Oxydes terp. : 1,8-cinéole.

PARFUM : Odeur camphrée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Astéracées, la Camomille Sauvage aussi appelée la "Camomille du Maroc" est, bien entendu, une plante originaire du Maroc.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La Camomille Sauvage est conseillée comme anxiolytique et rééquilibrant du système nerveux central. Elle est d'une très grande valeur pour les dépressions nerveuses, tout comme les petites insuffisances hépatiques, gastriques et les colites colibacillaires.

Usage externe : Dans le bain, action relaxante et défatigante.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue aux doses physiologiques. Néanmoins, à éviter chez les enfants de moins de 3 ans, à cause de la présence de camphre.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAM021

Huile essentielle CAMOMILLE MATRICIAIRE (*Matricaria chamomilla*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Conventiel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Egypte

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Chamazulene, bisabolol oxide, enyndicycloether, farnesene.

PARFUM : Typique du chamazulène.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

La camomille matricaire, aussi appelée "camomille allemande", "camomèle" ou "oeil du soleil", appartient à la famille des Astéracées. Originare d'Europe du nord, on la trouve également en Europe du centre et de l'est. Elle apprécie les climats tempérés. Son grec est composé des mots "sol" (chamos) et "pomme" (melos), qui évoquent respectivement le lieu où elle pousse et l'odeur de ses fleurs. Les différentes variétés de camomille sont utilisées à des fins médicinales depuis des siècles. Un grand pharaon égyptien aurait même été embaumé à l'aide d'une huile essentielle de camomille. La camomille matricaire contient beaucoup d'azulène, une molécule aux propriétés anti-inflammatoires puissantes.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de camomille matricaire possède des vertus relaxantes et anti-inflammatoires tant au niveau interne que sur un plan externe. Elle agit entre autres comme relaxant musculaire, c'est pourquoi il est souvent conseillé de l'intégrer à une huile de massage corporel. Calmante physique, elle est aussi apaisante au niveau cutané. L'huile essentielle de camomille matricaire est employée en cosmétique pour calmer les irritations de la peau. Cicatrisante, elle protège et décongestionne l'épiderme. L'azulène qu'elle contient permet une action anti-inflammatoire efficace sur les brûlures, les coups de soleil, les dermatoses en général (eczéma, prurits, gerçures, etc.). L'huile essentielle de camomille matricaire est aussi légèrement sédative. Au niveau digestif, elle facilite la digestion et élimine les douleurs dues aux ballonnements. Elle est également antispasmodique, ce qui la rend efficace pour combattre les douleurs et troubles gastriques ainsi que certains types d'asthme.

Usage externe : Localement, 3 à 4 gouttes pour son action anti-inflammatoire.

Usage interne : 2 à 3 gouttes deux ou trois fois par jour, en solution alcoolique.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A haute dose, peut provoquer des somnolences.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAM031

Huile essentielle CAMPHRE (*Cinnamomum camphora* L. ssp. *formosanum*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Bois

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpènes : camphazulène. Diterpènes : alpha et bêta camphorènes, hishorène. Alcools sesquiterp. : alpha et bêta bisabolol, t-cadinol, cubénoïl, épïcubénoïl. Phénols méthyl-éthers : eugénoïl M.E. Ether-oxydes : safroïle. Oxydes terp. : 1,8-cinéole, linalol oxyde. Cétones terp. : camphre, pipéritone.

PARFUM : Odeur puissante à forte personnalité, typique, avant tout médicinale.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lauracées, le Camphre est originaire de Chine et du Japon. Il est d'ailleurs également appelé le "Laurier du Japon".

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de camphre est un tonique et un stimulant général, en particulier des voies respiratoires. Elle permet de lutter contre l'asthme, mais également contre les faiblesses cardiaques et les états de chocs émotionnels. C'est aussi un analgésique et un antirhumatismal puissant.

Usage externe : En friction le long de la colonne vertébrale ou sur les endroits douloureux.

Usage interne : En aérosols en cas de difficultés respiratoires.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Prudence car elle est toxique à haute dose (présence de cétones). Contre-indiquée chez les bébés, les jeunes enfants, les femmes enceintes et les sujets sensibles (très neurotoxique, abortive).

CONDITIONNEMENT : Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAM201

Huile essentielle CANNELIER (*Cinnamomum zeylanicum NEES foliae*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Ceylan

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Aldéhyde cinnamique, eugénol, terpènes, pinène, cinéol, linalol, furfurol, cymène.

PARFUM : Son odeur est forte et chaude, épicée et boisée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le cannellier appartient à la famille des Lauracées. Originnaire du Sri Lanka, il fournit une épice connue dans le monde entier, la cannelle, souvent présentée sous forme de bâtonnets, qui sont des segments d'écorce séchée au soleil. Il y a 500 ans, la cannelle a traversé les frontières par l'intermédiaire des colons portugais et hollandais. Elle représente aujourd'hui un secteur majeur du commerce extérieur de l'Asie du Sud-Est vers l'Amérique du sud, où la cannelle est très utilisée dans la cuisine. L'huile essentielle de cannelle présentée ici est extraite des feuilles du cannellier.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de feuille de cannelle est un excellent antiseptique. Elle est indiquée dans les cas d'infections intestinales ou urinaires, telles que la dysenterie, l'entérocolite ou la cystite, car elle est à la fois anti-infectieuse, antivirale et antiparasitaire. Elle peut donc être administrée en tant que vermifuge. Elle peut aussi être appliquée sur les furoncles, les abcès, les verrues ou l'acné grâce à sa propriété antibactérienne. L'huile essentielle de feuille de cannelle est dotée de vertus toniques et stimulantes. Elle est recommandée pour soulager des problèmes de circulation sanguine, et permet de surmonter une fatigue passagère et de remédier aux somnolences ainsi qu'à l'impuissance. Elle est préconisée pour traverser les coups de froid et résister aux agressions de la grippe, de l'angine, de la bronchite et de toutes ces maladies hivernales. L'huile essentielle de feuille de cannelle est à préférer à celle d'écorce de cannelle, trop agressive pour la peau.

Usage externe : En massage sur les zones douloureuses (abdomen, estomac en cas de douleurs digestives). A utiliser diluée en usage externe. Dans le bain pour revigorer l'organisme. En diffusion, mélangée avec une autre huile plus douce.

Usage interne : Diluée dans une huile grasse et intégrée dans une capsule de charbon végétal ou dans une cuillerée de miel, quelques gouttes contre les infections de l'appareil digestif, contre le manque d'appétit, contre les états grippaux et les infections de l'appareil respiratoire.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée en cas de grossesse. Ne jamais appliquer pure sur la peau, diluer à hauteur de 0,5 % minimum.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAN001

Huile essentielle CANNELLE (*Cinnamomum cassia*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Écorces

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Phénols : phénol, 2-vinyl-phénol, iso eugénol, chavicol, 4-éthylgalaïacol. Aldéhydes arom. : transcinnamaldéhyde, trans-2-méthoxy-cynnamald., hydroxycinnamald., cuminal, benzaldéhyde. Coumarines : coumarine. Acides : ac. benzoïde et cis- et trans-cinnamiques.

PARFUM : Odeur chaude et épicée de cannelle et d'oeillet.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lauracées, l'écorce de Cannelle est originaire de Chine. Elle est d'ailleurs aussi appelée "Cannelle de Chine". A la fois épice et remède naturel, elle est considérée comme l'une des plantes médicinales les plus anciennes. Les Romains l'utilisaient d'ailleurs comme encens. Elle fut connue en Chine dès 2500 avant J.-C., puis en Egypte où elle était utilisée comme remède et pour l'assaisonnement des boissons, pour enfin arriver en Europe par la route des épices.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'écorce de Cannelle est une huile essentielle digestive, antispasmodique et antiseptique intestinal. Elle possède également une action tonique nerveuse, cardiaque et respiratoire. Mais elle est aussi et surtout, un puissant aphrodisiaque qui stimule l'ardeur amoureuse, car elle s'embrase d'elle-même !

Usage externe : Dans le bain, elle vous apportera une stimulation tonique, favorisant la circulation et l'élimination de la cellulite.

Usage interne : Quelques gouttes dans un grog, pour les états grippaux, angines, bronchites, otites.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Eviter de l'utiliser pure en massage sur une grande étendue car elle est irritante pour la peau et les muqueuses. Ne pas utiliser chez les enfants de moins de 7 ans.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAN011

Huile essentielle CARDAMOME (*Elettaria cardamomum var. mysorensis*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Graines, semences, pépins

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Guatemala

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : sabinène, myrcène, limonène. Monoterpénols : linalol, ter pinène-1-ol-4, alpha terpinéol. Estersterp. : acétates de linalyle et de terpénique. Oxydes terp. : 1,8-cinéole.

PARFUM : Son odeur est épicée, aromatique avec des tonalités balsamiques et florales sous-jacentes.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Zingibéracées, la Cardamome est cultivée principalement en Inde, Tanzanie et Guatemala comme épice. Comme bien d'autres épices, elle est largement employée en industrie alimentaire, pour les produits pharmaceutiques et en parfumerie.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La Cardamome rafraîchit la mauvaise haleine, tout en étant tonique et stimulante, stomachique et carminative. Elle est aussi anti-catarrhale et expectorante. En médecine indienne, elle est préconisée pour lutter contre les hémorroïdes et contre la jaunisse.

Usage interne : Essentiellement culinaire, infusion...

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue aux doses physiologiques.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAR011

Huile essentielle CAROTTE (*Daucus carota L.*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Graines, semences, pépins

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : France

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, sabinène. Sesquiterpènes : daucène, bêta bisabolène, bêta caryophyllène. Monoterpénols : géraniol, linalol. Sesquiterpénols : carotol. Esters terp. : acétates de géranyle. Phénols méthyl-éthers : asaret. Composées bifonctionnels : alcool-oxydes da capo.

PARFUM : Odeur de foin, boisée, sèche, résinée, légèrement fruitée (abricot) et légèrement terreuse.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Apiacées, la carotte est une plante cultivée en Europe. Connue depuis l'antiquité grecque et romaine, on s'en servait de façon empirique pour ses vertus intestinales. Ce que la médecine démontra un peu plus tard...

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Carotte a des vertus antirides et atténue les troubles de la ménopause. Elle est l'alliée par excellence des fonctions hépatiques et est un puissant régulateur des fonctions intestinales. Elle est dépurative pour le foie et les reins. Elle élimine les toxines et fait baisser le taux de cholestérol. Elle est également utilisée pour traiter le diabète et certaines maladies de la peau.

Usage externe : Entre dans la composition de certains complexes antirides, régénérants de la peau.

Usage interne : 2 à 3 gouttes deux ou trois fois par jour avant les repas.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CAR021

Huile essentielle CÈDRE ATLAS Sauvage (*Cedrus atlantica*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Bois

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Maroc

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpénols : atlantol.
Sesquiterpénones : alpha et bêta atlantones.

PARFUM : Odeur douce, harmonieuse, chaude et boisée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Abiétacées, le Cèdre de l'atlas, appelé aussi "Cèdre de l'atlantique", est originaire du Moyen-Orient et d'Afrique du Nord. Aux yeux de bien des peuples, le Cèdre, arbre obstiné et résistant, était la demeure de la divinité du tonnerre et la plus sacrée de toutes les plantes. Au début des Conseils et des Rites tribaux, on jette des épines de bois de Cèdre en guise d'encens sur le feu et les Indiens remplissent leurs pipes et rejettent la fumée odorante, en offrande aux six directions de leur cosmogonie. Dans l'Egypte ancienne, on se servait de l'huile de cèdre pour embaumer le corps des défunts.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Cèdre de l'atlas est antiseptique, stimulant et tonique. Il est utilisé pour les problèmes de peau, du cuir chevelu, de cellulite ou encore de déficit de la circulation lymphatique (en massage drainant).

Usage externe : En massage pour favoriser la circulation lymphatique et la cellulite. En mélange synergique pour tonifier le cuir chevelu (lotion, shampooing).

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Ne pas utiliser chez les bébés ou les femmes enceintes.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CED001

Huile essentielle CÈDRE de VIRIGINIE Sauvage (*Juniperus virginiana*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Bois

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Etats-Unis

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpènes : (-) -alpha et bêta-cédrènes (18 à 31 % et 4,5 à 9 %), (-)-thujopsène (14,5 à 19 %), cuparène (2 %). Sesquiterpénols : (+)-cédrol (21,5 à 36,5 %), pseudocédrol, prim-cédrol, cédrérol, widdrol (5 %), eudesmol (4 à 6 %).

PARFUM : Odeur fine, boisée, douce, fluide, agréable, avec quelques notes de santal, facile à associer.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le cèdre de Virginie est issu de la famille des Cupressacées. Il est parfois appelé "cèdre du Texas", et plus justement le "genévrier de Virginie". C'est en fait une variété de genévrier, même si les caractéristiques de sa composition le rapprochent beaucoup du cèdre véritable. Il pousse en Amérique du Nord, dans les régions montagneuses et les broussailles ; il mesure en général une trentaine de mètres de haut.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile de cèdre de Virginie est très riche en sesquiterpènes (essentiellement le thujopsène), ce qui lui confère des propriétés anti-inflammatoires, ainsi qu'en sesquiterpénols (surtout le cédrol), qui favorisent la régénération des muqueuses. Cette huile est donc indiquée pour les inflammations telles que les hémorroïdes, externes et internes ou les varices. L'huile de cèdre de Virginie est lymphotonique et phlébotonique, elle a des vertus décongestionnantes, ce qui la rend efficace contre la sensation de jambes lourdes, contre les varices, contre les oedèmes des membres inférieurs. Elle est un tonique veineux également, ce qui peut soulager des problèmes artériels ou de tension. Elle est enfin souvent indiquée pour l'hygiène intime, car elle est un antiseptique génital et urinaire qui peut agir dans les cas de cystite ou de gonorrhée.

Usage externe : Bains chauds, 2 gouttes (+ 3 gouttes de Cyprès) pour la cellulite. En massage, 10 gouttes (+ 10 gouttes de Romarin, + 10 gouttes de Cyprès dans 30 ml d'huile végétale de Macadamia) pour oedèmes des membres inférieurs, jambes lourdes.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune aux doses conseillées. L'usage prolongé est déconseillé, car cette huile peut provoquer des allergies et des coliques néphrétiques. A éviter pendant une grossesse.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CED011

Huile essentielle CÉLERI (*Apium graveolens L var. dulce*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Graines, semences, pépins

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Inde

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : (+)-limonène. Sesquiterpènes : (+)-bêta-sélinène. Phthalides : acide sédanonique, 3n-butylphthalide, 3n-butyl-hexa-hydrophthalide, sédanenolide, isobutylidène-phthlde, isobutylidène-3-alpha, 4dihydrophthalide, dihydroligustilide. Ethers coumariniques : ombelliprénine, célerine, apigravine.

PARFUM : Odeur forte, épicée, chaude et persistante.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le céleri appartient à la famille des Apiacées. D'origine européenne, il existe d'abord sous sa forme naturelle, l'ache sauvage, qui pousse dans les zones marécageuses ou littorales du nord jusqu'au sud du continent. Ce n'est que depuis 500 ans qu'il entre dans les cultures potagères et dans la composition de soupes et autres plats. Il est connu depuis l'Antiquité pour ses vertus diurétiques et pour son parfum caractéristique.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de céleri est surtout réputée pour son action tonique. Tonique nerveuse, elle réduit les états de tension, apaise et renforce le système nerveux. Tonique digestive, elle vient en aide aux personnes souffrant de spasmes intestinaux, de flatulences, et facilitent leur digestion. L'huile essentielle de céleri stimule et décongestionne le foie, elle est parfois préconisée en cas de jaunisse. Son effet diurétique est important également. Elle favorise ainsi l'élimination des toxines et de l'acide urique pour purifier le sang. Elle peut être employée en massage contre l'arthrite, la goutte ou les rhumatismes, ou pour soulager les douleurs provoquées par une sciatique. En usage local, l'huile essentielle de céleri sert encore à réguler les flux menstruels et à stimuler la production de sécrétions mammaires.

Usage externe : Associée à une huile de massage, contre la sciatique, la goutte, la cystite ou encore l'urétrite. En application locale, pour soulager les règles douloureuses.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Eviter pendant la grossesse.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CEL001

Huile essentielle CHANVRE (*Cannabis sativa L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Suisse

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta-pinènes (8 % et 2,5 %), myrcène (7 à 8 %). Sesquiterpènes : bêta-caryophyllène (28 à 35 %), alpha-humulène (10 à 12 %), allo-aromadendrène (4 %). Oxyde terp. : caryophyllène époxyde (4,5 à 10 %). Coumarine.

PARFUM : Parfum très herbacé et vert rappelant les herbes aromatiques avec des notes de basilic et d'estragon.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le chanvre, qualifié parfois d' "indien", ou d' "industriel", ou encore de "doux", fait partie de la famille des Moracées. Il pousse à l'origine au centre et à l'ouest de l'Asie, mais il est importé un peu partout dans le monde (en Amérique, en Afrique, en Chine). Il est important de préciser que même si la marijuana fait partie de la même espèce que le chanvre (*cannabis sativa*), dans l'usage thérapeutique, les variétés sélectionnées ont une teneur pauvre en THC, l'élément psycho-actif du cannabis. Le chanvre industriel fait l'objet de réglementations différentes selon les pays, mais il est rare que sa culture ne soit pas surveillée. Le chanvre est réputé depuis longtemps pour la solidité des fibres extraites de sa tige, dont on faisait des cordes, des voiles, du papier ou encore des vêtements. Son huile végétale est également très prisée par les professionnels du secteur cosmétique, pour son fort pouvoir hydratant.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Notons d'entrée que l'huile essentielle de chanvre est dépourvue de teneur en THC. En effet, le principe psychoactif induit par le THC n'est pas entraîné par la vapeur lors de la distillation. Les analyses montrent qu'il en reste quelques traces, mais elles sont insignifiantes. L'atout majeur de l'huile essentielle de chanvre réside dans sa qualité olfactive. Elle est utilisée comme arôme alimentaire dans la préparation de pâtisseries, de boissons infusées ou de confiseries. Son usage en cosmétique est recommandé pour ses vertus anti-inflammatoires et décongestionnantes. L'huile essentielle de chanvre a également un effet relaxant sur les muscles, c'est pourquoi son application en massages se révèle bénéfique. Grâce à l'intensité de ses produits actifs et de son odeur, l'huile de chanvre est préconisée en cas d'inflammation des voies respiratoires ; elle peut aussi être indiquée pour des inflammations du tube digestif. Son application principale reste alimentaire.

Usage externe : En massages pour la relaxation musculaire. En massages pour décongestionner l'arbre respiratoire.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CHA011

Huile essentielle CISTE Sauvage (*Cistus ladaniferus* L.)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha pinène, camphène. Alcools monoterp. : bornéol. Composés terpéniques : labdane-8-alpha, 15-diol, acétoxy-15-labdanol-8. Esters : acétates de linalyle et de bornyle, benzoates de méthyle et de benzyle, phénylpropanoate de phényl-méthyle, pinonate et campholénates, d'éthyle. Phénols : eugénol, thymol. Aldéhydes : ald. Alpha et caméléonesques. Cétones : 2,2,6-triméthylcyclohexanone, fanchon. Acétophénones : acétophénone. Acides : acides camphonaniques, acampholytiques et campholéniques. Lactones : bicyclobutyrolactone, tubérolactone, 12-nor-ambreinolide.

acampholytique et campholéniques. Lactones : bicyclobutyrolactone, tubérolactone, 12-nor-ambreinolide.

PARFUM : Ambrée, boisée, puissante et tenace, balsamique, sèche et chaude.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

La ciste ladanifère appartient à la famille des Cistacées. Elle est principalement originaire d'Espagne et du pourtour méditerranéen, où elle pousse de manière spontanée. Son nom vient du grec "kisté" qui signifie "capsule", à cause de la forme de son fruit. La particularité de cette plante est d'être recouverte d'une pellicule de résine très parfumée appelée "labdanum", dont le rôle est d'empêcher la plante de se déshydrater. Ce labdanum était utilisé déjà par les Egyptiens et les Carthaginois qui le récupéraient lorsqu'ils peignaient les chèvres, pour l'employer dans la parfumerie et la pharmacie. Il faut noter en effet que la ciste est un des rares végétaux à présenter cette odeur ambrée si chère aux parfumeurs.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de ciste agit sur le système nerveux ainsi que sur le système immunitaire. Elle possède des propriétés anti-infectieuses, antivirales et antibactériennes. Elle est préconisée dans les cas de maladies infantiles telles que la varicelle, la rougeole, la scarlatine et surtout la coqueluche, contre laquelle son action se révèle très puissante. Antihémorragique puissant, l'huile essentielle de ciste est indiquée pour traiter les maladies virales comme la grippe, ou les infections (rectocolites hémorragiques, artérites), la polyarthrite et la sclérose en plaques. Sur le plan nerveux, elle agit sur le parasymphatique et régule le système neurovégétatif. Son usage en cosmétique est enfin recommandé pour lisser les contours du visage et pour favoriser la cicatrisation des zones cutanées lésées.

Usage externe : Sur une coupure, appliquer un coton imprégné de quelques gouttes d'huile essentielle de ciste pendant quelques heures pour favoriser une cicatrisation rapide (efficacité surprenante).

Usage interne : 1 à 2 gouttes 3 à 4 fois par jour contre les diarrhées, les spasmes intestinaux, les infections diverses, ou pour apaiser le système nerveux.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Pour un usage antirides, ne pas l'appliquer pure sur la peau, mais mélangée à votre crème habituelle.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CIS001

Huile essentielle CITRON (*Citrus limonum*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Zestes
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Expression
PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : limonène, ter pinènes, paracymène, alpha et bêta phellandrènes, terpinolène. Sesquiterpènes : bêta bisabolène. Alcools aliph. : hexanol, octanol, nonane, décane, 3-hexène-1-ol, nheptanol. Aldéhydes : hexanal, heptanal, octanal, nonanal, géranial. Coumarines et furocoumarines : scopolétine, ombelliférone, bergamottine, bergaptole, bergaptène, citroptène, 8-géranoxy-psoralène, 5-géranoxy-8-méthoxypsoralène.

PARFUM : Odeur fraîche, éclatante de citron, très typique.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Rutacées, le citron serait originaire de l'Inde. Il est cultivé dans le Midi de l'Europe, surtout en Espagne et au Portugal, mais aussi dans toutes les régions méditerranéennes. C'est la pulpe du citron qui sert à préparer l'acide citrique. Les fruits verts fournissent plus d'essence que les citrons mûrs. Il faut environ 3000 citrons pour obtenir 1 kg d'essence !

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le citron est un classique et ses propriétés sont nombreuses. Polyvalente, cette essence, dépourvue de toxicité, est très appréciée des enfants. Stimulant général, anti-infectieuse et anti-virale, elle est fréquemment utilisée en cas d'infections répétées. L'essence de Citron est aussi réputée comme régulateur du foie, des fonctions de l'appareil digestif et anti-vomitif. C'est un bon antiseptique atmosphérique. Le citron est également rafraîchissant, astringent, tonifiant et cicatrisant. En somme, il fait partie de ces essences dont il est toujours bon d'avoir un flacon (récent !) à portée de la main...

Usage externe : Soins du visage, taches de rousseur et de vieillesse, peaux grasses, ongles cassants, mains gercées (application du jus de citron en lotion).

Usage interne : 1 à 2 gouttes trois à quatre fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Eviter en usage cutané en cas d'exposition au soleil (photosensibilisant).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CIT001

Huile essentielle CITRONNELLE (*Cymbopogon winterianus jowitt citronnelliferum*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Herbes

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Alcools monoterp. : géniol, citronnellol.
Esters terp. : acétates de géranyle et de citronnellyle. Aldéhydes monoterp. : citronnellal.

PARFUM : Odeur légèrement suave, florale, herbacée, et un peu rosée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Poacées, la Citronnelle est une plante herbacée vivant au Sri Lanka et à Java. Elle est cultivée à grande échelle en Chine, à Taïwan, en Indonésie, au Brésil, en Colombie et au Guatemala.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La Citronnelle est surtout préconisée, en application externe, pour les pathologies inflammatoires et rhumatismales. Elle est également antiseptique, rubéfiante, anti-infectieuse et antalgique. En diffusion, en plus de parfumer agréablement une pièce tout en la désodorisant, elle est connue comme répulsif des insectes.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Eviter l'usage interne.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CIT011

Huile essentielle COPAHU Sauvage (*Copaifera officinalis* L.)**PARTIE(S) UTILISÉE(S) :** Écorces**MODE DE CULTURE :** Sauvage**MÉTHODE D'EXTRACTION :** Distillation à la vapeur d'eau**PROVENANCE :** Brésil**PRINCIPAUX CONSTITUANTS :** Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, trans-alpha-bergamotène, alpha copaène, alpha cubébène. Acides : acide en-agathique.**PARFUM :** Odeur aromatique et balsamique.**HISTORIQUE ET ORIGINE :**

De la famille des Césalpiniacées, le Copahu, connu aussi sous le nom de Copaïba ou de Baume d'Amazonie, tient ses origines en Amérique du Sud (Amazonie) et en Afrique occidentale. Les Indiens d'Amazonie l'utilisent depuis des temps immémoriaux, en application externe.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Copahu est conseillé dans les suites de choc (contusions, élongations), les entorses bénignes, ou encore l'arthrose vertébrale et des membres. C'est un anti-inflammatoire puissant. Il lutte efficacement contre les douleurs articulaires et est un tonique général, énergisant et stimulant. Utilisé également au niveau de la peau, le Copahu s'est révélé actif dans les mycoses, les plaies, les dermatoses, ainsi que les cors et les durillons.

Usage externe : Pur en massage doux avant ou après un effort sportif, le long de la colonne vertébrale en massage tonifiant. Quelques gouttes dans les plaies et les blessures, après nettoyage de celles-ci.

Usage interne : 1 à 2 gouttes deux à trois fois par jour dans les inflammations de la bouche et de la gorge.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté**REF. :** COP001

Huile essentielle CUMIN (*Cuminum cyminum L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Graines, semences, pépins
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : (Si cuminal- terpinène :) Monoterpènes : bêta-ponène, paracymène, alpha-terpinène. Sesquiterpènes : bêta-caryophyllène. Monoterpénols : cuminol. Monoterpénals : p-mentha-3-en-7-al, p-mentha-1,3-diène-7-al, p-mentha-1,4-diène-7-al. Aldéhydes arom. : cuminaldéhyde. Coumarines : scopolétine. (Si cuminal-paracymène :) Monoterpènes : paracymène. Mono- et sesquiterpénols : alpha-terpénol, pipéritol, carvéol, farnésol. Aldéhydes : cuminal, anisaldéhyde. Esters :

cinnamate de benzyle.

PARFUM : Odeur forte de cumin, persistante, chaude et épicée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Originaire de Syrie et des hautes vallées de l'Inde, le cumin appartient à la famille des Apiacées, ou Umbellifères. Utilisé comme remède médical pendant l'Antiquité par les Grecs et les Egyptiens, il entre aujourd'hui dans la composition de nombreux plats traditionnels et il est particulièrement utilisé dans la cuisine épicée du nord de l'Afrique. Comme beaucoup d'épices, il était considéré comme un produit de luxe.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de cumin est obtenue à partir des graines de la plante, qui contiennent une poudre de couleur jaune-orangé à l'odeur très forte. Elle est recommandée pour son action puissante sur la digestion. Tonique et stimulante digestive, elle soulage les ballonnements, l'aérophagie, les spasmes digestifs, les entérocrites (spasmodiques ou inflammatoires), et se révèle apéritive et carminative. L'huile essentielle de cumin exerce également un effet calmant, voire stupéfiant en agissant sur le système nerveux central. Son effet ainsi légèrement sédatif devient analgésique à haute dose. L'huile essentielle de cumin possède aussi une vertu anti-inflammatoire, c'est pourquoi elle est indiquée en cas de rhumatismes, d'arthrite et d'inflammation du système digestif.

Usage externe : Diluée dans une huile de massage pour faciliter la détente, le sommeil et la digestion. En diffusion avec des essences d'agrumes pour favoriser le sommeil.

Usage interne : 1 à 2 gouttes après les repas pour faciliter la digestion.

Usage culinaire : Pour parfumer la charcuterie et la choucroute, comme le chili con carne, le couscous, le tajine. Il relève le curry, parfume les merguez.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Ne pas administrer aux femmes enceintes ou allaitantes ni aux enfants de moins de 3 ans. Ne pas appliquer pure sur la peau ni sur une peau sensible (risque d'irritation), ni de manière prolongée.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CUM001

Huile essentielle CYPRÈS (*Cupressus sempervirens L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventiel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha pinène, 3-carène. Sesquiterpènes : alpha cédrène, cadinène. Sesquiterpénols : cédrol. Diterpénols labdaniques : manool, sempervirol. Acides diterpéniques : acide néocupressiques.

PARFUM : Odeur fraîche de limonène et de pin, épicée, camphrée, citronnée, boisée, rappelant la cire d'appartement.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Cupressacées, le Cyprès, cultivé ou à l'état sauvage sur tout le pourtour méditerranéen, principalement dans le Midi de la France et en Algérie, est le symbole de l'éternité. En Chine, l'arbre cosmique se tient au centre de l'univers et on plante sur les tombes des Cyprès et des pins pour donner de la force à l'âme des morts et pour sauver leurs corps de la corruption. Mais si c'est l'arbre des cimetières, il a aussi beaucoup d'autres qualités...

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Cyprès a des propriétés très variées. C'est un décongestionnant veineux, lymphatique et prostatique ; mais c'est aussi un rééquilibrant général, s'il y a fatigue nerveuse ou épuisement dû à une mauvaise alimentation. Il est également anti-infectieux, antispasmodique et antibactérien.

Usage externe : En massage pour les rhumatismes, l'huile essentielle de Cyprès peut être utilisée en compresses froides lorsque le massage est proscrit (pour soulager des varices). Excellent anti-cellulite. Problèmes respiratoires : verser 2 à 3 gouttes d'huile essentielle de Cyprès sur un mouchoir et respirer. Soins des peaux grasses, tonique après rasage, désodorisant et anti-transpirant pieds et aisselles.

Usage interne : 1 à 2 gouttes d'huile essentielle deux à trois fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Déconseillé durant les 3 premiers mois de grossesse. À éviter en cas de cancer hormono-dépendant, cancer de la prostate et également en cas de mastose.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : CYP001

Huile essentielle ELEMI Sauvage (*Canarium Luzonicum A.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Résines, larmes

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Philippines

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta phellandrènes. Sesquiterpènes : élémènes. Alcools sesquiterp. : élémol.

PARFUM : Odeur de poivre, douce, fraîche, citronnée, térébenthinée avec une note de noix de muscade.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Burséracées, l'Elémi est un arbre cultivé aux Philippines, mais s'y rencontre également à l'état sauvage. L'huile essentielle d'Elémi fut longtemps utilisée pour confectionner des baumes et des emplâtres.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'Elémi est utilisé pour ses propriétés cicatrisantes, antiseptiques et stomachiques. Cette huile essentielle est préconisée pour les plaies atones, mais aussi les bronchites, les abcès ou encore les diarrhées.

Usage externe : En massage tonique énergétisant le long de la colonne vertébrale : 10 à 20 gouttes une à deux fois par jour.

Usage interne : Comme tonifiant et stimulant : 1 à 2 gouttes deux à trois fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication aux doses thérapeutiques.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : ELE001

Huile essentielle ENCENS ou OLIBAN Sauvage (*Boswellia carterii birdw*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Résines, larmes

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Somalie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha pinène, limonène. Sesquiterpènes : alpha gurjunène, alpha guaiène. Alcools terp. : bornéol, transpinocarvéol, farnésol. Composés fonctionnels : alcool-cétones = olibanol et alcool-oxydes = incensoloxyle.

PARFUM : Odeur typique d'encens, balsamique-épicée, légèrement citronnée mais aussi avec des notes conifères.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Burséracées, l'Encens provient du pourtour de la mer Rouge (Somalie, Arabie) où il y pousse à l'état sauvage. L'encens est utilisé depuis la plus haute Antiquité dans les cérémonies religieuses pour sa fumée odoriférante. Hérode, l'historien grec, nous apprend que les femmes scythes broyaient sur une pierre des bois de cyprès, de cèdre ainsi que de l'Encens pour en faire une pâte dont elles s'enduisaient le visage et les membres. En Chine, on l'utilisait pour soigner la lèpre et les plaies infectées. Alors qu'en Inde, il est utilisé depuis très longtemps dans le traitement des rhumatismes. Aujourd'hui certains asiatiques font brûler de l'Encens lorsqu'ils ont les cheveux mouillés afin que ces derniers s'imprègnent du parfum dégagé.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'Encens est réputé pour son effet bénéfique sur la peau et le système respiratoire. Il a des vertus apaisantes, ce qui le prédispose au recueillement. L'huile essentielle d'Encens a des propriétés expectorantes, cicatrisantes, antidépressives, mais aussi et surtout immunostimulantes.

Usage externe : L'huile essentielle d'Encens en inhalation pour les problèmes respiratoires, contre la bronchite et pour favoriser la méditation. En massage énergétisant le long de la colonne vertébrale, sur les articulations et les muscles.

Usage interne : 1 à 2 gouttes trois fois par jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : ENC001

Huile essentielle ENCENS ou OLIBAN Sauvage (*Boswellia carterii birdw*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Résines, larmes

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Inde

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha pinène, limonène. Sesquiterpènes : alpha gurjunène, alpha guaiène. Alcools terp. : bornéol, transpinocarvéol, farnésol. Composés fonctionnels : alcool-cétones = olibanol et alcool-oxydes = incensoloxyle.

PARFUM : Odeur typique d'encens, balsamique-épicée, légèrement citronnée mais aussi avec des notes conifères.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Burséracées, l'Encens provient du pourtour de la mer Rouge (Somalie, Arabie) où il y pousse à l'état sauvage. L'encens est utilisé depuis la plus haute Antiquité dans les cérémonies religieuses pour sa fumée odoriférante. Hérode, l'historien grec, nous apprend que les femmes scythes broyaient sur une pierre des bois de cyprès, de cèdre ainsi que de l'Encens pour en faire une pâte dont elles s'enduisaient le visage et les membres. En Chine, on l'utilisait pour soigner la lèpre et les plaies infectées. Alors qu'en Inde, il est utilisé depuis très longtemps dans le traitement des rhumatismes. Aujourd'hui certains asiatiques font brûler de l'Encens lorsqu'ils ont les cheveux mouillés afin que ces derniers s'imprègnent du parfum dégagé.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'Encens est réputé pour son effet bénéfique sur la peau et le système respiratoire. Il a des vertus apaisantes, ce qui le prédispose au recueillement. L'huile essentielle d'Encens a des propriétés expectorantes, cicatrisantes, antidépressives, mais aussi et surtout immunostimulantes.

Usage externe : L'huile essentielle d'Encens en inhalation pour les problèmes respiratoires, contre la bronchite et pour favoriser la méditation. En massage énergétisant le long de la colonne vertébrale, sur les articulations et les muscles.

Usage interne : 1 à 2 gouttes trois fois par jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : ENC011

Huile essentielle ESTRAGON (*Artemisia dracunculus L.*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Iran

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Phénols monométhyl-éthers : chavicol M.E., para-anol M.E. Coumarines : aesculétine, méthoxy-coumarines : herniarine, scoparone, scopolétine.

PARFUM : Puissante odeur anisée, épicée, très particulière, rappelant le céleri.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Astéracées, l'Estragon est cultivé comme assaisonnement en France, en Yougoslavie, en Espagne et en Italie. Cette plante doit sa renommée à son efficacité pour chasser gaz et fermentations. Elle est connue dans le Moyen-Orient depuis le Moyen-Age, notamment par Avicenne qui en encense les vertus dans son "Canon de la médecine".

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'Estragon est particulièrement indiqué pour lutter contre les troubles digestifs tels l'aérophagie, les spasmes intestinaux, les digestions lentes ou encore les gastrites. Cette huile essentielle est également recommandée en cas de crises de spasmophilie, tout comme en cas de crise de hoquet. Elle possède aussi des propriétés anti-virales et anti-allergiques.

Usage externe : 5 à 10 gouttes d'huile essentielle en onctions sur le plexus solaire, avant ou après les repas.

Usage interne : 1 à 3 gouttes d'huile essentielle après les repas.

Usage culinaire : Comme condiment pour aromatiser les salades, sauces, poissons et viandes, vinaigres, moutardes et cornichons. Entre dans la composition de la sauce béarnaise.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Eviter une utilisation prolongée.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : EST001

Huile essentielle EUCALYPTUS CITRONNÉ Sauvage (*Eucalyptus citriodora*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Alcools monoterp. : citronnellol, trans-pinocarvéol, géranol, cis- et trans-p-monthane-3,8-diols. Esters terp. : acétate, butyrate et citronnellate de citronnellyle. Aldéhydes terp. : citronnellal.

PARFUM : Forte odeur typique à note camphre marquée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myrtacées, les Eucalyptus, originaires de l'Australie, se sont acclimatés dans un grand nombre de pays du pourtour méditerranéen (Espagne, France, Italie), de l'Amérique du Nord (Etats-Unis, Mexique) et du Sud (Brésil, Chili).

La production commerciale de l'eucalyptus débuta dans l'Etat de Victoria en 1860 et, depuis, environ 600 espèces ont été découvertes et 30 se sont avérées utiles en médecine. Les aborigènes d'Australie utilisaient la sève d'eucalyptus ou "gommier" en application directe ou en lavage sur leurs blessures pour en hâter la guérison.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'Eucalyptus Citronné est reconnu surtout pour ses vertus anti-inflammatoires, antirhumatismales et antalgiques. Il est particulièrement indiqué pour l'arthrite et la polyarthrite rhumatoïde.

Usage externe : En onctions et massage le long de la colonne vertébrale dans les douleurs arthrosiques et arthritiques, seule ou en mélange synergique.

Usage interne : 1 à 2 gouttes trois à quatre fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue aux doses physiologiques.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : EUC001

Huile essentielle EUCALYPTUS GLOBULUS Sauvage (*Eucalyptus globulus labillardière*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes. Sesquiterpènes : aromadendrène, allo-aromadendrène, guaïazulène. Alcools aliph. et monoterp. : transpinocarvéol. Sesquiterpénols : globulol, lédol. Monoterpénones : pinocarvone, carvone. Oxydes terp. : 1,8-cinéole. Aldéhydes : butyrald., valérald., caproald.

PARFUM : Forte odeur fraîche typique à note camphre marquée. On peut reconnaître l'Eucalyptus Globulus à son odeur puissante, qui peut devenir étouffante à trop forte dose.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myrtacées, les Eucalyptus originaires de l'Australie, se sont acclimatés dans un grand nombre de pays du pourtour méditerranéen (Espagne, France, Italie), de l'Amérique du Nord (Etats-Unis, Mexique) et du Sud (Brésil, Chili).

La production commerciale de l'eucalyptus débuta dans l'Etat de Victoria en 1860 et depuis, environ 600 espèces ont été découvertes et 30 se sont avérées utiles en médecine. Les aborigènes d'Australie utilisaient la sève d'eucalyptus ou "gommier" en application directe ou en lavage sur leurs blessures pour en hâter la guérison.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'Eucalyptus Globulus est la variété la plus utilisée dans l'industrie pharmaceutique pour ses multiples vertus sur l'arbre respiratoire, et plus spécifiquement, sur les voies respiratoires basses, c'est-à-dire la sphère broncho-pulmonaire. Cette huile essentielle agit principalement comme expectorant, décongestionnant pulmonaire et mucoral.

Usage externe : En onctions sur le thorax.

Usage interne : En inhalations, gargarismes ou aérosols.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiqué chez l'enfant de moins de 3 ans. Eviter l'ingestion en grande quantité.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : EUC011

Huile essentielle EUCALYPTUS GLOBULUS BIO (*Eucalyptus globulus labillardière*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Biologique

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes. Sesquiterpènes : aromadendrène, allo-aromadendrène, guaïazulène. Alcools aliph. et monoterp. : transpinocarvéol. Sesquiterpénols : globulol, lédol. Monoterpénones : pinocarvone, carvone. Oxydes terp. : 1,8-cinéole. Aldéhydes : butyrald., valérald., caproald.

PARFUM : Forte odeur fraîche typique à note camphre marquée. On peut reconnaître l'Eucalyptus Globulus à son odeur puissante, qui peut devenir étouffante à trop forte dose.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myrtacées, les Eucalyptus originaires de l'Australie, se sont acclimatés dans un grand nombre de pays du pourtour méditerranéen (Espagne, France, Italie), de l'Amérique du Nord (Etats-Unis, Mexique) et du Sud (Brésil, Chili).

La production commerciale de l'eucalyptus débuta dans l'Etat de Victoria en 1860 et depuis, environ 600 espèces ont été découvertes et 30 se sont avérées utiles en médecine. Les aborigènes d'Australie utilisaient la sève d'eucalyptus ou "gommier" en application directe ou en lavage sur leurs blessures pour en hâter la guérison.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'Eucalyptus Globulus est la variété la plus utilisée dans l'industrie pharmaceutique pour ses multiples vertus sur l'arbre respiratoire, et plus spécifiquement, sur les voies respiratoires basses, c'est-à-dire la sphère broncho-pulmonaire. Cette huile essentielle agit principalement comme expectorant, décongestionnant pulmonaire et mucoral.

Usage externe : En onctions sur le thorax.

Usage interne : En inhalations, gargarismes ou aérosols.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiqué chez l'enfant de moins de 3 ans. Eviter l'ingestion en grande quantité.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : EUC017

Huile essentielle EUCALYPTUS RADIATA Sauvage (*Eucalyptus radiata*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Australie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, myrcène. Monterpénols : linalol, bornéol, isoterpinéol-4, géraniol, alpha terpinéol. Monoterpénals : myrténal, citronnellal, géraniol, néral. Oxydes terp. : 1,8-cinéole, un époxycyclomonoterpène, caryophyllène oxyde.

PARFUM : Cette variété est la plus agréable à respirer, elle a une odeur fine et aérienne.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myrtacées, les Eucalyptus originaires de l'Australie, se sont acclimatés dans un grand nombre de pays du pourtour méditerranéen (Espagne, France, Italie), de l'Amérique du Nord (Etats-Unis, Mexique) et du Sud (Brésil, Chili).

La production commerciale de l'eucalyptus débuta dans l'Etat de Victoria en 1860 et depuis, environ 600 espèces ont été découvertes et 30 se sont avérées utiles en médecine. Les aborigènes d'Australie utilisaient la sève d'eucalyptus ou "gommier" en application directe ou en lavage sur leurs blessures pour en hâter la guérison.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'Eucalyptus Radiata est une variété remarquable. Elle est particulièrement bien tolérée au niveau cutané par les enfants, mais tout aussi utile chez l'adulte. L'huile essentielle d'Eucalyptus Radiata est spécifique des voies respiratoires hautes, c'est-à-dire de la sphère rhino-pharyngée. Elle agit principalement comme décongestionnant respiratoire, expectorant, anti-catarrhale et antivirale. Elle est donc toute indiquée contre la grippe, la bronchite, la toux, ou encore l'iridocyclite. Sa souplesse d'emploi justifie sa place dans toute pharmacie familiale !

Usage externe : Idéale pour les inhalations, 5 à 6 gouttes d'huile essentielle dans un bol d'eau bouillante dont on respire les vapeurs pour décongestionner la sphère O.R.L. Sur le thorax et le dos pour les infections respiratoires et virales, 3 à 5 gouttes quatre fois par jour.

Usage interne : Dans la bouche pour une infection locale, 1 à 2 gouttes sur un support adéquat (miel, sirop d'érable...) à répéter au besoin.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : EUC021

Huile essentielle EUCALYPTUS SMITHII BIO (*Eucalyptus smithii*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Biologique

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Australie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : 1,8 cineole-terpineol, A-pinène, A-terpinéol, B-eudesmol

PARFUM : Odeur typique aux notes camphrées marquées.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

L'eucalyptus fait partie de la famille des Myrtacées. Sa production commerciale débuta dans l'Etat de Victoria en 1860. Depuis, environ 600 espèces ont été découvertes, 30 se sont avérées utiles en médecine. Les aborigènes d'Australie utilisaient la sève d'eucalyptus ou "gommier" en application directe ou en lavage sur leurs blessures pour en hâter la guérison. L'huile essentielle d'eucalyptus d'Australie est très douce et convient tout particulièrement aux enfants.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La première qualité de l'huile essentielle d'eucalyptus d'Australie tient dans un paradoxe : ses principes actifs sont puissants, mais elle n'en perd rien de sa douceur. L'huile essentielle d'eucalyptus d'Australie est un anti-infectieux puissant, et agit aussi en tant qu'antiseptique respiratoire. Elle est très recommandée pour l'infection des voies aériennes. Elle est donc préconisée dans les cas de rhinopharyngites, bronchites, rhumes ou sinusites pour ses pouvoirs décongestionnants et expectorants. Elle gagne également à être utilisée à titre préventif car elle agit sur le système respiratoire comme sur le système immunitaire. Elle a des propriétés analgésiques qui la rendent efficace sur les muscles et les articulations douloureuses, tout en étant très douce, ce qui la rend aisément tolérable. Cette essence est un puissant immunostimulant naturel qui vous protégera des refroidissements hivernaux ou des débuts de grippe. Ses vertus anti-virales, antiseptiques et fébrifuges (prévient et abaisse la fièvre) vous la rendront vite indispensable.

Usage externe : En diffusion, pour prévenir les débuts de rhume ou de grippe.

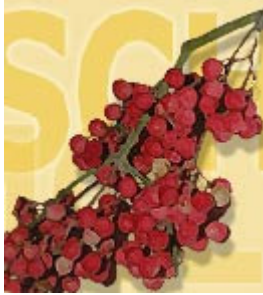
Usage interne : Associée à de la ravensare, en inhalation ou diffusion contre la grippe et les affections des voies aériennes (1 à 2 gouttes trois à quatre fois par jour).

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication aux doses normales. Chez le nourrisson et l'enfant en bas-âge ne pas appliquer sur le visage ni, en particulier, sur le nez.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : EUC031

Huile essentielle FAUX POIVRIER (*Schinus molle*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Baies

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Pérou

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Alpha-thujène, alpha- et bêta-pinène, sabinène, myrcène, alpha- et bêta-phellandrène, paracymène, limonène, gamma-terpinène, terpinenol 4, bêta-caryophyllène, delta- et gamma-cadinène.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Originaire d'Amérique du sud et centrale, l'Arbre à poivre de Californie est aussi appelé le faux poivrier. Il pousse au Pérou sous la forme "schinus molle" et au Brésil sous la forme "schinus terebinthifolius". Le schinus molle appartient à la famille des Anacardiacees. Aujourd'hui, on le rencontre fréquemment tout autour du bassin méditerranéen. Il donne des grappes de taille conséquente, constituées de fruits roses à rouges dont le goût et la forme rappellent ceux des grains de poivre. Ces baies ont une saveur aromatique, sucrée qui devient chaude et presque poivrée. On les trouve couramment mélangées à du poivre noir, vert, blanc et jamaïcain dans des assortiments de poivre. Les Indiens du Nouveau Monde se servaient abondamment de l'arbre entier. Son bois fournissait des cure-dents et du charbon. Ses baies permettaient de traiter des problèmes urinaires ou cutanés, de produire des solutions lavantes ou cicatrisantes, ou encore d'obtenir du miel et du vinaigre.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de faux poivrier ou Schinus molle est obtenue à partir des graines du faux poivrier. Elle possède des propriétés toniques, astringentes, vasoconstrictrices. Elle permet de traiter des problèmes de circulation. L'huile essentielle de Schinus molle a également un effet diurétique. Les recherches américaines ont pu démontrer les vertus antifongiques, antimicrobiennes et anti-inflammatoires de cette huile essentielle. Elle agit sur les bactéries, ce qui explique pourquoi les populations d'Amérique du Sud utilisaient cet arbre en toute occasion. L'huile essentielle de faux poivrier est recommandée pour prévenir les refroidissements, la grippe et les infections respiratoires. Elle est aussi indiquée en cas d'hypertension, ainsi que pour équilibrer le cycle féminin et atténuer les troubles liés à ce cycle. Notons enfin son action antiseptique.

Usage culinaire : Utilisé en cuisine comme arôme alimentaire.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Ne pas utiliser pendant la grossesse et l'allaitement.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : FAU001

Huile essentielle GAIAC Sauvage (*Guajacum officinale L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Bois

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Paraguay

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpénols : gaïol. Phénols : gaïacol.

PARFUM : Odeur rosée, sèche, rappelant le thé à la rose, note légèrement réglisse et térébenthinée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Zygophyllacées, le Gaïac est originaire d'Amérique Centrale et du Sud. Il est connu depuis le XVI^e siècle pour ses vertus anti-infectieuses dans le traitement de la syphilis (Ambroise Paré). La décoction de bois ou d'écorce du Gaïac a longtemps servi en Amérique comme antisiphilitique, mais aussi comme antiscorbutique ou dépuratif. Jadis, on lui vantait également sa "teinture alcoolique" comme anti-goutteux et antirhumatismal.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Gaïac a des propriétés diurétiques, légèrement puratives, stimulantes et anti-infectieuses. Particulièrement indiquée pour les inflammations des ganglions lymphatiques et les syphilitiques, à doses un peu plus fortes, on peut aussi traiter les gastro-entérites, les hémorroïdes et faciliter le flux menstruel. Le Gaïac est également utilisé pour les soins bucco-dentaires.

Usage externe : En massages ou onctions dans les maladies de la peau et certaines douleurs rhumatismales.

Usage interne : 1 à 2 gouttes trois à quatre fois par jour diluées dans du miel ou du sirop d'érable (usage de courte durée).

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Attention au surdosage, risque de gastro-entérite.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : GAI001

Huile essentielle GALBANUM (*Ferula galbaniflua* Boiss.)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Résines, larmes

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Iran

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Alpha-pinène, delta-3-carène.

PARFUM : Odeur épicée, verte et térébenthinée, de feuilles avec des notes sous-jacentes balsamiques, de forêt, d'aiguilles de pin. D'une grande originalité.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Apiacées, le Galbanum tient ses origines de Perse. Il est utilisé depuis la plus haute Antiquité et est mentionné par plusieurs auteurs grecs comme anti-douleur, antispasmodique et facilitant les règles. Il est également très utilisé en parfumerie, et a fait le succès de certains grands parfums.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Galbanum a des propriétés tonifiantes, énergisantes, anti-inflammatoires, antispasmodiques et anti-catarrhales. En Allemagne, on la tient pour emménagogue, c'est-à-dire favorisant le cycle menstruel.

Usage externe : En massages et onctions dans les douleurs rhumatismales et dans le domaine sportif.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : GAL001

Huile essentielle GAULTHÉRIE Sauvage (*Gaultheria procumbens* L.)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Limonène, linalol, salicylate de méthyle, salicylate d'éthyl.

PARFUM : odeur caractéristique de salicylate de méthyle

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Ericacées, la Gaulthérie, connue aussi sous le nom de "gaulthérie couchée" ou "Wintergreen", tient ses origines d'Amérique du Nord et de Chine. Cette plante arbustive était déjà employée par les Indiens pour combattre la douleur et la fièvre. Plus tard, l'analyse de ses principes actifs révéla la présence d'un précurseur de l'aspirine !

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Gaulthérie est un remarquable anti-inflammatoire très apprécié des sportifs, tant avant, que pendant ou encore après l'effort. Elle possède également des propriétés antispasmodiques, antidouleur, vasodilatatrices, régénérantes du foie, désintoxicantes et draineuses urinaires.

Usage externe : En onction sur toutes les douleurs rhumatismales, inflammatoires, tendinites, polyarthrites.

Usage interne : 1 à 2 gouttes trois fois par jour, fortement diluées, pour les problèmes hépatiques.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : GAU001

Huile essentielle GENIÈVRE BAIE Sauvage (*Juniperus communis*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Baies

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Slovénie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha pinène, sabinène, myrcène. Sesquiterpènes : alpha muurolène. Alcools terp. : linalol, terpinène-1-ol-4. Aldéhydes : ad. campholénique. Cétones mono et sesquiterp. : camphre, pinocamphone, geijerone, junionone.

PARFUM : Odeur balsamique.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Cupressacées, le genièvre est originaire d'Europe. Toutes les grandes civilisations, depuis les Egyptiens, ont eu recours au genièvre d'une part, pour combattre les infections, mais aussi dans des cérémonies de purification. Les Grecs de l'Antiquité le brûlaient dans le but de combattre les épidémies. Il fut d'ailleurs utilisé à ces fins, lors d'une épidémie de choléra, en Allemagne en 1856, et de variole en France en 1870.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Les principales indications de l'huile essentielle de genièvre concernent l'équilibre du système nerveux, qu'il tonifie et énergétise, ainsi que la lutte contre l'obésité et la cellulite. Mais le Genévrier est aussi un excellent antiseptique, un diurétique et un dépuratif qui nettoie les reins et le système digestif. Par ses propriétés, cette huile essentielle est indiquée dans les affections de l'appareil urinaire, les rhumatismes ou encore la fatigue et le stress.

Usage externe : En massages contre la cellulite, le long de la colonne vertébrale dans un but tonifiant, ou sur les régions douloureuses pour les rhumatismes.

Usage interne : 2 à 3 gouttes deux à trois fois par jour (pure ou diluée).

Usage culinaire : On emploie les baies de Genièvre dans les marinades de viandes ou gibier, daubes, choucroute, terrines, bouillons de viande, œufs brouillés, potées... Mais une goutte d'huile essentielle dans ce type de plat (et pas plus de deux sans quoi votre plat perd toute autre saveur) remplace au pied levé les produits frais et apporte le goût particulier que vous attendez.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A éviter en cas de grossesse, d'allaitement et de problèmes rénaux.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : GEN001

Huile essentielle GÉRANIUM BOURBON (*Pelargonium roseum*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Madagascar

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Alpha et bêta pinènes, myrcène, limonène, cis ocimène, trans bêta ocimène, oxydes roses 1 et 2, menthone, isomenthone, alpha copaene, bêta bourbonène, linalol, bêta caryophyllène, 6,9-guaiadiène, citronellyl formiate, alpha terpinéol, géranyl formiate, géraniol, géranyl acétate, delta cadinène, citronnellol, nérol, germacrene D, géraniol, géranyl butyrate, citronnelyl tiglate, épi gamma eudesmol, géranyl tiglate, phénylethyl tiglate.

PARFUM : Odeur sucrée, ronde, fleurie et herbacée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Géraniacées, le Géranium bourbon est originaire de La Réunion. Connue depuis le XIX^e siècle, il était alors considéré comme un vulnéraire exceptionnel capable de consolider les fractures.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Par ses propriétés, l'huile essentielle de Géranium bourbon est principalement indiquée pour les insuffisances hépato-pancréatiques et les prurits hémorroïdaires, mais aussi pour les vergetures en préventif ou encore l'agitation et l'anxiété.

Usage externe : En application locale sur les douleurs et plaies, et contre les mycoses.

Usage interne : 1 à 2 gouttes d'huile essentielle trois fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : GER011

Huile essentielle GÉRANIUM ROSAT (*Pelargonium graveolens*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Alpha et bêta pinènes, myrcène, alpha phellandrène, limonène, cis ocimène, oxyde rose 1 (cis), oxyde rose 2 (trans), menthone, isomenthone, bêta bourbonène, linalol, bêta caryophyllène, 6,9-guaiadiène, citronnellyl formiate, alpha terpinéol, germacrène D, géranyl formiate, gèranial, géranyl acétate, citronnellol, nérol, gèraniol, géranyl butyrate, citronnellyl tiglate, épi gamma eudesmol, géranyl tiglate, phenylethyl tiglate.

PARFUM : Odeur forte, agréable, semblable à celle de la rose.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Géraniacées, le Géranium rosat, originaire d'Afrique du Nord (Maroc), d'Égypte et de Chine, fut introduit en Europe au XVII^e siècle. Il en existe plus de 700 espèces, très parfumées pour la plupart.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Géranium rosat est un bon tonique, stimulant, antiseptique intestinal et vermifuge, anti-inflammatoire, antispasmodique et régénérant cutané. Cette huile essentielle est largement utilisée pour les soins de la peau. Cicatrisante, astringente et anti-infectieuse, elle est aussi particulièrement indiquée dans les mycoses cutanées, vaginales et digestives (candidoses). Décidément très polyvalente, elle est également préconisée contre le diabète et pour calmer le système sympathique et parasympathique.

Usage externe : En application locale sur les douleurs et plaies, et contre les mycoses.

Usage interne : 2 gouttes d'huile essentielle trois fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : GER021

Huile essentielle GINGEMBRE Sauvage (*Zingiber officinale*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Racines, rhizomes

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha pinène, camphène, bêta pinène, myrcène, limonène, bêta phellandrène. Sesquiterpènes : cyclosativène, cyclocopacamphène, copaène, sesquithujène, bêta ylangène, bêta élémène, trans bêta farnésène, bêta caryophyllène, sélina-4-11-diène, sélina-3-11-diène, sélina-3(7)-11-diène, alpha amphorphène, zonarène, 10-épizonarène, cis-bisabolène, zingibérène, bêta sesquiphellandrène, germacrènes B et D, bêta curcumène, arcurcumène, calaménène.

Hydrocarbures aliph. et arom. : undécane, dodécane, hexadécane, toluène, p-cymène. Alcools aliph. : 2-butanol, 2-méthylbut-3-en-2-ol, 2-heptanol, 2-nonanol. Alcools monoterp. : linalol, citronnelol. Alcools arom. : al. cuminique. Alcools sesquiterp. : nérolidol, élémol, cis-sesquisabinène hydrate, bêta bisabolol, zingibérénol, bêta eudesmol, trans bêta sesquiphellandrol. Aldéhyde aliph. : butanal, 2-méthyl, 3-méthyl-butanal, pentanal. Aldéhydes monoterp. : citronnellal, myrténal, phellandral, néral, géranial. Cétones aliph. : acétone, 2-hexanone, 2-heptanone, 2-nonanone, méthylhepténone. Cétones monoterp. : cryptone, carvotanacétone.

PARFUM : Odeur chaude, épicée, qui n'est pas sans rappeler les essences d'agrumes et de coriandre. Il y a quelque chose de suave dans le parfum.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Zingibéracées, le Gingembre est originaire de l'Inde, de la Chine et de Java. Il est aussi cultivé aux Philippines et à Tahiti. Depuis l'Antiquité, et jusqu'au Moyen-Age, le gingembre a été une des épices et une des drogues les plus estimées. On lit dans les textes d'époque que les Romains, en 43 lorsqu'ils envahirent la Grande-Bretagne, emportaient dans leur pharmacie du gingembre. En Extrême-Orient (en Chine), le gingembre est connu depuis si longtemps qu'il entre dans la composition de nombreuses préparations culinaires.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Gingembre est d'abord connu pour être aphrodisiaque, mais c'est aussi un excellent stimulant en général, et plus particulièrement contre l'atonie digestive. De plus, le gingembre est carminatif, dépuratif, tonique, antiseptique, fébrifuge et antalgique. Ses principales indications sont donc : l'impuissance, les digestions lentes et difficiles, les flatulences, les douleurs rhumatismales, la prévention des maladies contagieuses. Enfin, le gingembre est un bon antiscorbutique.

Usage externe : En application sur les zones douloureuses en mélange synergique.

Usage interne : 2 gouttes d'huile essentielle trois fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Déconseillée sur le visage et le cou. Attention aux surdosages, risque de crampes intestinales et de blocage de l'activité de l'estomac.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : GIN001

Huile essentielle GIROFLE CLOU Sauvage (*Eugenia caryophyllata*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Sauvage
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Madagascar

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpènes : alpha et bêta caryophyllènes, alpha et bêta humulènes, alpha amorphène, alpha muurolène, calaménène, calacorène. Esters : hexanoates d'éthyle, acétates de 2-heptanyle, de 2-nonanyle, de styrallyle, de benzyle, d'eugényle, de terpényle et d'éthylphényle; Phénols : eugénol, cis et trans isoeugénol, chavicol, 4-allylphénol. Oxydes : caryophyllène oxyde, humulène époxyde.

PARFUM : Odeur chaude, épicées et suave.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myrtacées, le Clou de Girofle, originaire de l'archipel des Moluques (océan Indien), s'est acclimaté à Madagascar, Zanzibar, au Sri Lanka et en Indonésie. Son bouton floral est ce que l'on appelle le "clou" de girofle.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

C'est un purificateur au sens large. L'huile essentielle de Girofle est un antibactérien puissant à large spectre d'action. C'est aussi un antiseptique et un anti-infectieux très efficaces. Elle possède par ailleurs des propriétés antivirales, antifongiques et anti-parasitaires, tout comme antinévralgiques, anesthésiques et cicatrisantes.

Le clou de girofle est un stimulant général reconnu. Très énergétisant et tonifiant, il est conseillé dans la fatigue, l'hypotension, ainsi que pour stimuler les défenses immunitaires.

Usage externe : 1 goutte d'huile essentielle sur un morceau de coton à appliquer sur les douleurs dentaires.

Usage interne : 1 à 3 gouttes d'huile essentielle trois à quatre fois par jour sans excéder 7 jours.

Usage culinaire : Utiliser dans les viandes bouillies (bœuf) ou la choucroute, afin d'en relever le goût et d'en faciliter la digestion.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Prudence en usage externe (dermocausticité potentielle). Par voie interne, toxicité neurologique à très forte dose. Contre-indiquée en cas d'eczéma et de fragilité cutanée.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : GIR001

Huile essentielle GIROFLE FEUILLE (*Eugenia caryophyllata*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Madagascar

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpènes : alpha et bêta caryophyllènes, alpha et bêta humulènes, alpha amorphène, alpha muurolène, calaménène, calacorène. Esters : hexanoates d'éthyle, acétates de 2-heptanyle, de 2-nonanyle, de styrallyle, de benzyle, d'eugényle, de terpényle et d'éthylphényle; Phénols : eugénol, cis et trans isoeugénol, chavicol, 4-allylphénol. Oxydes : caryophyllène oxyde, humulène époxyde.

PARFUM : Odeur boisée, épicée, qui rappelle les soins dentaires...

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le giroflier est un arbuste originaire d'Indonésie, et plus exactement de l'archipel des Moluques, situé dans l'océan Indien. Il appartient à la famille des Myrtacées, et pousse aujourd'hui à Madagascar et aux Philippines. Son nom botanique vient d'une part du prénom d'un botaniste célèbre du début du XVIIIème siècle, Eugène de Savoie-Carignan, et d'autre part des mots grecs "karuo" et "phyllon" signifiant "feuille de noyer". Le giroflier est connu pour ses clous, présents depuis des siècles dans la cuisine où ils servaient de conservateurs. Mais on connaît beaucoup moins l'existence et la valeur des feuilles du giroflier. Son feuillage est persistant, d'un vert luisant, et dégage une odeur sucrée.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Si l'odeur de l'huile essentielle de feuille de girofle rappelle tant les cabinets dentaires, c'est que les dentistes utilisent cette essence purifiée comme l'un des produits de base de leur activité. Elle a en effet l'avantage d'être antiseptique et antivirale. L'huile essentielle de feuille de girofle revêt une grande importance car elle contient un taux élevé d'eugénol. Cet eugénol entre dans la composition de nombreux produits pharmaceutiques grâce à ses propriétés anesthésiques et désinfectantes. L'huile de feuille de girofle est préconisée pour prévenir et traiter les maladies infectieuses et pour soulager les maux de dents et de ventre, car elle calme immédiatement les douleurs et stoppe l'infection. Elle exerce également un effet stimulant et elle est indiquée en cas d'asthénie physique et/ou intellectuelle. L'huile de feuille de girofle est généralement recommandée en aromathérapie pour traiter les streptocoques, les staphylocoques, les pneumocoques et autres infections, c'est une huile majeure de l'aromatogramme.

Usage externe : En diffusion, associée à d'autres huiles, pour prévenir les maladies infectieuses. En bains de bouche, 3 gouttes dans un verre d'eau, pour soigner les petites plaies buccales ou soulager les douleurs dentaires. En friction, en mélange à hauteur de 50 % avec une huile végétale, pour apaiser douleurs (maux de ventre) et fatigue (muscles, colonne vertébrale).

Usage interne : Contre les maladies virales et infectieuses, grippe, angine, oreillons.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Peut être dermocaustique, utiliser diluée en application externe. Contre-indiquée en cas d'eczéma et de peau fragilisée.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : GIR011

Huile essentielle HÉLICHRYSE Sauvage (*Helichrysum stoechas*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Sauvage
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Acétate de néryle, alpha-pinène lévogyne.

PARFUM : Odeur fraîche, avec des notes épicées et safranées.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

L'Hélichryse stoechade est une plante herbacée appartenant à la famille des Astéracées. Elle pousse au bord de la mer ou dans les endroits très arides, on la trouve surtout en Espagne et au Portugal. Elle donne de petites fleurs jaunes, d'où son nom (qui vient du grec "hélios", soleil). Ces fleurs, qui contiennent une grande quantité d'huile essentielle, se conservent longtemps, c'est pourquoi on la surnomme "immortelle". Symbole d'éternité, elle est associée à une tradition : elle était cueillie la nuit de la St-Jean après le bain rituel. Elle est utilisée aussi bien pour son odeur par les parfumeurs que pour son arôme par l'industrie (entre autres pour la production de tabac).

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle d'hélichryse stoechade a un goût amer et offre une rare couleur or. Elle est préconisée en cas de problèmes urinaires, les Français l'utilisent depuis longtemps déjà en tant que vermifuge. Elle exerce également une action efficace contre les morsures de serpent qu'elle apaise et désinfecte. L'huile essentielle d'hélichryse stoechade a des vertus anticoagulantes, elle est indiquée pour fluidifier le sang et favoriser une meilleure circulation sanguine. Elle est préconisée pour prévenir et traiter les varices, ainsi que pour faire baisser la fièvre. Elle permet du même coup de provoquer les menstruations lorsque c'est nécessaire. L'huile essentielle d'hélichryse est recommandée pour soulager les douleurs liées à une sciatique.

Usage externe : 1 à 2 gouttes 3 à 4 fois par jour.

Usage interne : Pure ou diluée (de 10 à 50 %) dans une huile végétale.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : HEL001

Huile essentielle HÉLICHRYSE BRACTÉIFERUM Sauvage (*Helichrysum bracteiferum*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Sauvage
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Madagascar

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : 1,8 cinéole, A-humulène, B-pinène, B-caryophyllène, A-pinène

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Issue de la famille des Astéracées, l'hélichryse bractéiferum pousse à Madagascar. Elle se présente comme un petit buisson et pousse à l'orée des forêts ou au bord des ravins. Elle s'épanouit dans les roches siliceuses.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle d'hélichryse bractéiferum est avant tout stimulante. Elle a aussi des vertus antiseptiques atmosphériques, elle permet de lutter contre les bactéries et les virus et protège le système ORL des infections. Elle est très efficace pour lutter contre les bronchites aiguës, par exemple. L'huile essentielle d'hélichryse bractéiferum est également immuno-stimulante, et exerce une action tonique sur l'organisme.

Usage externe : En diffusion atmosphérique pour stimuler le système immunitaire, et pour traiter les infections des voies respiratoires. En massage du bas du dos pour tonifier l'organisme.

Usage interne : En application locale contre l'herpès.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Les informations sont encore incomplètes au sujet de l'hélichryse bractéiferum.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : HEL011

Huile essentielle HÉLICHRYSE D'ITALIE Sauvage (*Helichrysum italicum* G. Don ssp. *serotinum*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Sauvage
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : France (Corse)

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpènes : bêta caryophyllène.
 Monoterpénols : nérol. Esters terp. : acétate de néryle, butyrate de néryle.
 Cétones : bêta diones : italdiones I, II et III.

PARFUM : Odeur intense, fruitée, suave, de miel, avec des notes de thé et de camomille.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Astéracées, l'Hélichryse d'Italie, appelée aussi "Immortelle", pousse à l'état sauvage dans le Sud de l'Europe, sur le pourtour de la Méditerranée (France, Italie, Yougoslavie). Sa production est faible, mais elle est indispensable en aromathérapie.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Cette huile essentielle d'hélichryse est très rare et précieuse. Elle possède des propriétés exceptionnelles à plus d'un point de vue. C'est l'anti-hématome le plus puissant actuellement connu (qu'ils soient externes et internes, même anciens !) Anticoagulant, elle est supérieure à l'arnica pour le soins des contusions. Et ce n'est pas tout ! Elle est aussi antiphlébitique, antispasmodique, ou encore mucolytique et cicatrisante. Elle peut être également un excellent préventif des pathologies cardiaques et vasculaires, en application cutanée.

Usage externe : Peut être utilisée en application directe sur la peau en cas de choc, avec ou sans plaie.

Usage interne : 1 à 2 gouttes trois à quatre fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée pour les personnes sensibles aux cétones (neurotoxique).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : HEL021

Huile essentielle HÉLICHRYSE FARADIFANI Sauvage (*Helichrysum faradifani*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : HEL031

Huile essentielle LANTANIER (*Lantana camara L.*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Madagascar

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, alpha humulène. Sesquiterpénones : davanone (major).

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Verbénacée, le Lantanier est originaire de la Jamaïque et d'Amérique du Sud (Brésil). Il est cultivé en Europe pour ses fleurs, mais s'installe très aisément un peu partout, lorsque la température lui convient. Au Congo on l'utilise pour soigner les maux de gorge, alors qu'en Guadeloupe on l'utilise plutôt pour ses vertus dépuratives.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Lantanier est un calmant du système nerveux. Elle favorise le sommeil. C'est aussi un anti-inflammatoire qui atténue sérieusement les douleurs d'arthrose et d'arthrite, ainsi que les douleurs vertébrales chroniques.

Usage interne : 1 à 2 gouttes d'huile essentielle trois à quatre fois par jour, ou en tisane calmante.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée chez les bébés, les enfants et les femmes enceintes (neurotoxique, abortive).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : LAN001

Huile essentielle LAURIER NOBLE (*Laurus nobilis* L.)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Croatie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, sabinène. Sesquiterpènes : bêta élémène, bêta caryophyllène, alpha humulène ; Monoterpénols : linalol, alpha terpinéol, terpinène-1-ol-4, bornéol, géraniol, cis-thujanol-4. Esters terp. : formiate, acétate, caproate, isobutyrate et isovalérate de terpényle, acétates de linalyle, de bornyle, de géranyle. Phénols : eugénol, cis-eugénol. Phénols méthyl-éthers : eugénol M.E. Oxydes : 1,8-cinéole, déhydro-1,8-cinéole. Lactones sesquiterp. :

costunolide, artémorine.

PARFUM : Odeur fraîche, suave-épicée, menthée, camphrée, d'une grande originalité.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le laurier, issu de la famille des Lauracées, est probablement originaire d'Asie Mineure. Il est connu en Grèce au moins depuis l'Antiquité où il symbolisait la gloire, l'immortalité, d'où le nom de "lauréat" qui signifie littéralement "glorieux". Il a même sa part dans la mythologie grecque : Apollon aurait été le premier à porter la fameuse couronne en souvenir de Daphné, une déesse qui se serait transformée en laurier pour échapper aux avances du dieu. Le laurier connaît plusieurs noms comme le "laurier d'Apollon", pour la raison que l'on vient de voir, ou encore le "laurier-sauce", qui rappelle l'utilisation courante de ses feuilles dans le domaine culinaire, et plus généralement le "laurier noble". Il est présent sur tout le pourtour méditerranéen.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de feuille de laurier possède des vertus anti-catarrhales et mucolytiques puissantes, elle facilite l'expectoration en fluidifiant les mucosités. Elle est également anti-infectieuse, bactéricide et fongicide, elle est très efficace concernant les staphylocoques, streptocoques et gonocoques. L'huile essentielle de laurier est indiquée pour traiter les hépatites virales, les entérocolites infectieuses, la stomatite, les aphtoses ou encore l'odontalgie. Elle est recommandée dans les cas de grippe ou d'infections virales. L'huile essentielle de feuille de laurier a encore des propriétés antispasmodiques et coronarodilatatrices, et son action antalgique la rend efficace pour soulager les douleurs liées à l'arthrite et aux rhumatismes. Equilibrante, elle régule la sécrétion de sébum, c'est pourquoi on la préconise pour traiter les peaux grasses, l'acné, les furoncles, et pour remédier aux ulcères. Elle agit enfin sur le système nerveux et apporte un confort moral et mental aux personnes souffrant de dépression. Elle est aussi indiquée aux personnes atteintes de cancer pour ses vertus anti-dégénérentes.

Usage externe : 2 gouttes 2 fois par jour sur les aphtes. En massage sur les contusions, les entorses et les crampes.

Usage interne : 1 à 2 gouttes 4 à 6 fois par jour pour tonifier.

Usage culinaire : Les feuilles sont couramment employées dans les recettes traditionnelles pour leur arôme et leurs qualités antiseptiques.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Usage déconseillé durant les 3 premiers mois de grossesse. Effets narcotiques à haute dose.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : LAU001

Huile essentielle LAVANDE ASPIC Sauvage (*Lavandula latifolia*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Sauvage
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, camphène, limonène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, bêta bisabolène. Monoterpénols et alcools non terp. : linalol, terpinène-1-ol-4, alpha terpinéol, lavandulol. Esters terpéniques : acétate de linalyle. Oxydes terp. : 1,8-cinéole, caryophyllène oxyde, cis et trans linalol oxydes. Cétones terp. : camphre, carvone. Coumarines : coumarine, herniarine.

PARFUM : Odeur herbacée, suave, balsamique, avec des tonalités sous-jacentes florales et de forêt.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, la Lavande est un sous-arbrisseau des coteaux arides et ensoleillés du Midi de la France et de divers pays du pourtour de la Méditerranée. La lavande est connue depuis l'Antiquité romaine comme parfum et comme arôme, et était déjà employée dans les domaines alimentaires et pharmaceutiques avant le début de notre ère.

En 1910, le parfumeur et chimiste René-Maurice Gattefossé stoppa un début de gangrène provoqué par une brûlure, en se rinçant les mains à l'essence de Lavande. La rapidité de la guérison engendra de nombreuses études sur les huiles essentielles. Aujourd'hui la Lavande, produit méditerranéen par excellence, est célèbre pour ses multiples applications.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Lavande aspic est la plus intéressante des lavandes sur le plan de la santé. Anti-infectieuse, elle est indiquée dans les infections microbiennes (angines, bronchites, sinusites, rhino-pharyngites, cystites, vaginites, dermites). Elle agit aussi efficacement contre le staphylocoque doré, ou encore le virus du zona et de l'hépatite.

Anti-inflammatoire et cicatrisante, elle est conseillée dans l'acné et l'eczéma, les piqûres et les morsures d'insectes, tout comme pour soigner les brûlures sévères en première intention.

Elle est aussi utilisée, grâce à son action sédative, comme calmant pour lutter contre les insomnies.

Usage externe : Très bien tolérée par la peau, on peut appliquer cette huile essentielle sur tout le corps et plus particulièrement au niveau du thorax et de la gorge (au moindre soupçon d'infection) ou encore sur les tempes en cas de migraine.

Usage interne : 2 à 3 gouttes en solution alcoolique deux à trois fois par jour. Les inhalations ou nébulisations sont particulièrement recommandées pour les sinusites et rhino-pharyngites.

La Lavande aspic et la Lavande officinale sont les seules huiles essentielles qui peuvent s'utiliser, sans danger, dans le conduit de l'oreille, diluées dans une huile végétale grasse (noisette, ricin) : mélanger 2 gouttes d'huile végétale à 2 gouttes d'huile essentielle.

Usage culinaire : On utilise les fleurs dans les confitures, vinaigres, pâtisseries, crèmes et plats provençaux.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : LAV001

Huile essentielle LAVANDE OFFICINALE (*Lavandula angustifolia* P. Miller)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : France

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, camphène, 3-carène, cis et trans ocimènes, allo-ocimène, limonène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, bêta farnésène. Alcools non terp. et monoterp. réguliers et irréguliers : cis-3-hexen-1-ol, linalol, terpinène-1-ol-4, alpha terpinéol, bornéol, géraniol, lavandulol. Esters non terp. et terp. : acétates de linalyle, de terpénile, de géranyle, de lavandulyle. Oxydes : 1,8-cinéole, linaloxyde, caryophyllène oxyde. Cétones non terp. et terp. : 1-octène-3-one, p-méthylacétophénone, camphre. Sesquiterpénones mono et bi-insaturées, et mono et bicycliques. Aldéhydes non terp. et terp. : trans-2-hexanal, cuminal, benzaldéhyde, néral et géraniol, myrténal. Lactones : butanolides. Coumarines : coumarine, herniarine, ombelliférone, santonine. Composés bi-fonctionnels : acétate de 2,6-diméthyl-3,7-octadiène-2-ol-6-yle.

PARFUM : Odeur typique, suave, balsamique, sucrée, fleurie, herbacée, stimulante et pénétrante.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Issue de la famille des Lamiacées, la lavande officinale est un sous-arbrisseau des coteaux arides et ensoleillés du Midi de la France et de divers pays du pourtour de la Méditerranée. La lavande est connue depuis l'Antiquité romaine comme parfum et comme arôme ; son nom vient du verbe latin "lavare", elle était utilisée lors des bains et dans les thermes. Elle était déjà employée dans les domaines alimentaires et pharmaceutiques avant le début de notre ère. La meilleure qualité de lavande pousse au-delà de 1 000 m d'altitude, par exemple dans les Alpes, où elle reçoit un air, une lumière et une chaleur précieux pour sa qualité.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La Lavande officinale, appelée aussi lavande maillette, produit une huile essentielle parfaitement tolérée par la peau. Celle-ci s'avère être un antispasmodique puissant. Elle possède également des propriétés hypotensives, antalgiques, cardiotoniques et fluidifiantes. L'huile essentielle de lavande se montre particulièrement efficace pour soulager les crampes, l'angoisse et les troubles du sommeil, ainsi que pour les dermatoses, qu'elles soient allergiques (prurit, démangeaisons) ou infectieuses (brûlures, eczémas, plaies). Elle régénère la peau, et favorise sa cicatrisation. Elle agit aussi sur les rhumatismes, et calme les inflammations. L'huile essentielle de lavande a enfin des propriétés insecticides, et son odeur facilite le sommeil.

Usage externe : En massage ou dans un bain pour soulager les douleurs et contractures musculaires. Très bien tolérée par la peau, on peut pratiquer des onctions au niveau de toutes les parties du corps, surtout la poitrine et la gorge, au moindre soupçon d'infection chez l'enfant comme chez l'adulte. En inhalation, elle favorise la guérison des rhumes, de la bronchite, de la grippe et des infections de la gorge. Dans le cas de migraine, massez doucement les tempes avec l'huile essentielle.

Usage interne : 2 à 3 gouttes en solution alcoolique deux à trois fois par jour. La Lavande officinale et la Lavande aspic sont les seules huiles essentielles qui peuvent s'utiliser, sans danger, dans le conduit de l'oreille, diluées dans une huile végétale grasse (noisette, ricin) : mélanger 2 gouttes d'huile végétale à 2 gouttes d'huile essentielle.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : LAV011

Huile essentielle LAVANDE OFFICINALE AOC (*Lavandula angustifolia* P. Miller)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : France (Drôme)

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, camphène, 3-carène, cis et trans ocimènes, allo-ocimène, limonène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, bêta farnésène. Alcools non terp. et monoterp. réguliers et irréguliers : cis-3-hexen-1-ol, linalol, terpinène-1-ol-4, alpha terpinéol, bornéol, géranol, lavandulol. Esters non terp. et terp. : acétates de linalyle, de terpénile, de géranyle, de lavandulyle. Oxydes : 1,8-cinéole, linaloxyde, caryophyllène oxyde. Cétones non terp. et terp. : 1-octène-3-one, p-méthylacétophénone, camphre. Sesquiterpénones mono et bi-insaturées, et mono et bicycliques. Aldéhydes non terp. et terp. : trans-2-hexanal, cuminal, benzaldéhyde, néral et géranial, myrténal. Lactones : butanolides. Coumarines : coumarine, herniarine, ombelliférone, santonine. Composés bi-fonctionnels : acétate de 2,6-diméthyl-3,7-octadiène-2-ol-6-yle.

PARFUM : Odeur typique, suave, balsamique, sucrée, fleurie, herbacée, stimulante et pénétrante.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Issue de la famille des Lamiacées, la lavande officinale est un sous-arbrisseau des coteaux arides et ensoleillés du Midi de la France et de divers pays du pourtour de la Méditerranée. La lavande est connue depuis l'Antiquité romaine comme parfum et comme arôme ; son nom vient du verbe latin "lavare", elle était utilisée lors des bains et dans les thermes. Elle était déjà employée dans les domaines alimentaires et pharmaceutiques avant le début de notre ère. La meilleure qualité de lavande pousse au-delà de 1 000 m d'altitude, par exemple dans les Alpes, où elle reçoit un air, une lumière et une chaleur précieux pour sa qualité. Notre lavande officinale AOC répond aux critères exigés par l'Appellation d'Origine Contrôlée : elle provient des hauts plateaux de la Drôme.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La Lavande officinale, appelée aussi lavande maillette, produit une huile essentielle parfaitement tolérée par la peau. Celle-ci s'avère être un antispasmodique puissant. Elle possède également des propriétés hypotensives, antalgiques, cardiotoniques et fluidifiantes. L'huile essentielle de lavande se montre particulièrement efficace pour soulager les crampes, l'angoisse et les troubles du sommeil, ainsi que pour les dermatoses, qu'elles soient allergiques (prurit, démangeaisons) ou infectieuses (brûlures, eczémas, plaies). Elle régénère la peau, et favorise sa cicatrisation. Elle agit aussi sur les rhumatismes, et calme les inflammations. L'huile essentielle de lavande a enfin des propriétés insecticides, et son odeur facilite le sommeil.

Usage externe : En massage ou dans un bain pour soulager les douleurs et contractures musculaires. Très bien tolérée par la peau, on peut pratiquer des onctions au niveau de toutes les parties du corps, surtout la poitrine et la gorge, au moindre soupçon d'infection chez l'enfant comme chez l'adulte. En inhalation, elle favorise la guérison des rhumes, de la bronchite, de la grippe et des infections de la gorge. Dans le cas de migraine, massez doucement les tempes avec l'huile essentielle.

Usage interne : 2 à 3 gouttes en solution alcoolique deux à trois fois par jour. La Lavande officinale et la Lavande aspic sont les seules huiles essentielles qui peuvent s'utiliser, sans danger, dans le conduit de l'oreille, diluées dans une huile végétale grasse (noisette, ricin) : mélanger 2 gouttes d'huile végétale à 2 gouttes d'huile essentielle.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : LAV021

Huile essentielle LAVANDIN GROSSO Sauvage (*Lavandula burnatii*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Sauvage
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : France

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha- et bêta-pinènes. Alcools non terpéniques et terpéniques : linalol. Esters : acétate de linalyle. Oxydes : 1,8-cinéole. Cétones non terp. et terp. : camphre. Coumarines : herniarine.

PARFUM : Camphré, boisé, frais, herbacé.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le lavandin grosso est un sous-arbrisseau de la famille des Labiées. Il s'agit en fait d'un hybride de deux espèces de Lavande : la lavande officinale et la lavande sauvage. Le lavandin a été mis au point pour fournir davantage d'huile essentielle (ses têtes contiennent plus de fleurs que les variétés d'origine). Son odeur est plus camphrée, et intéresse les parfumeurs au même titre que la lavande.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de lavandin a des propriétés assez semblables à celle de la lavande officinale. Elle est en priorité anti-microbienne, bactéricide et fongicide. Elle est indiquée en cas d'entérocologie infectieuse par exemple, pour sa vertu viricide. Anti-inflammatoire, elle agit aussi sur les rhumatismes. Grâce à son fort parfum, l'huile essentielle de lavandin grosso favorise l'expectoration et on la préconise en cas de rhume, de bronchite. Elle est également utilisée par les sportifs pour préparer leurs muscles par des massages, et leur force mentale, en diffusion. Son action neurotonique lui permet de remédier aux asthénies physiques et intellectuelles, et favorise le sommeil des personnes angoissées. Elle peut aussi traiter les brûlures, escarres ou irritations cutanées

Usage externe : 2 à 3 gouttes sur le poignet ou le plexus solaire pour écarter l'angoisse. En massage pour les crampes et les douleurs musculaires. 1 à 2 gouttes sur les blessures ou les irritations.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : LAV031

Huile essentielle LEMONGRASS Sauvage (*Cymbopogon citratus*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Herbes

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : limonène.
Monoterpénals : citrals néral et géranial, citronnellal.

PARFUM : Forte odeur rafraîchissante de citron.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Poacées, le lemongrass est appelé aussi "verveine des Indes" et "herbe citronnelle". Il tient ses origines des régions tropicales, de l'Indonésie et de l'Inde. Le lemongrass est un ingrédient traditionnel des cuisines thaïlandaises et malaises. La médecine ayurvédique y recourt largement pour soigner fièvres et infections, ce que confirment par ailleurs des recherches scientifiques récentes.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Lemongrass provoque sur la peau une vasodilatation intense. Digestive et améliorant la diurèse, elle est utilisée en massage pour les problèmes de cellulite. D'une grande valeur sédative au niveau du système nerveux, elle permet aussi de lutter contre la fatigue mentale. Elle possède également des propriétés anti-inflammatoires et anti-infectieuses.

Usage externe : En massage le long de la colonne vertébrale dans les déminéralisations et l'ostéoporose (diluée à 50 % dans de l'huile grasse) pour activer la circulation locale et l'apport minéral. Désagrège les calculs.

Usage interne : 2 à 3 gouttes par jour pour tonifier le système sympathique ou 4 à 6 gouttes par jour pour le calmer.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A utiliser en forte dilution, car risques d'irritations cutanées. Ne pas administrer aux bébés, ni aux enfants en bas âge. Ne pas appliquer autour des yeux.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : LEM001

Huile essentielle LENTISQUE PISTACHIER Sauvage (*Pistacia lentiscus L.*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Maroc

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha pinène, myrcène, sabinène, 3-carène. Sesquiterpènes : muurolène, cadinènes. Monoterpénols : terpinène-1-ol-4. Sesquiterpénols : alpha cadinol.

PARFUM : Odeur térébenthinée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Anacardiacees, le Lentisque pistachier est un arbrisseau que l'on trouve couramment en sites arides de la région méditerranéenne (de l'Asie, l'Europe, l'Afrique, jusqu'aux Canaries). La résine qui suinte spontanément ou après incision est connue communément sous le nom de "mastic". Elle sert en médecine dentaire comme colle, ou encore dans l'industrie agroalimentaire pour préparer des masticatoires. Le Lentisque est également employé dans l'industrie photographique.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Lentisque pistachier a des propriétés d'une grande valeur décongestionnante (veineuse, lymphatique, prostatique). Elle est particulièrement indiquée pour les varices, varicosités, hémorroïdes et congestions utérines.

Usage externe : En onctions douces : 5 à 10 gouttes matin et soir, pure ou diluée à de l'huile végétale ou en mélange avec d'autres huiles essentielles moins onéreuses : cyprès, lavandin, palmarosa...

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : LEN001

Huile essentielle LIME (*Citrus aurantifolia* (Christm.) Swing.)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Zestes
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Expression
PROVENANCE : Mexique

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : limonène. Alcools monoterp. et arom. : linalol, alpha terpinéol. Esters : acétates de décyle, de terpényle, de géranyle, de néryle et de bornyle. Composés azotés : n-méthylanthranilate de méthyle. Aldéhydes : furfural, octanal, nonanal, décanal, ald. laurique, néral, géranial, citronellal. Coumarines et furocoumarines : 7-méthoxy-5-géranoxy-coumarine.

PARFUM : Odeur de citron vert, légèrement florale, intense, suave et pétillante.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

La lime est le fruit du limettier, un arbuste épineux de petite taille, appartenant à la famille des Rutacées. Il existe de nombreuses variétés d'agrumes. Le *Citrus aurantifolia* est originaire des tropiques d'Asie du sud-est. Les fruits utilisés pour la préparation de l'essence de lime sont récoltés principalement dans les îles de l'Inde occidentale, au Mexique, au Brésil et en Italie. Parfaitement adapté à la culture en intérieur, le limettier présente des feuilles très odorantes. L'écorce de son fruit, aussi appelé "limette", "citron galet" ou encore "citron vert", est lisse, fine et de couleur vert foncé. C'est la lime qui a permis aux marins britanniques d'éviter le scorbut.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de lime est obtenue par expression à froid des zestes. Sédatrice, elle apaise l'anxiété et réduit la nervosité. Elle soulage aussi les troubles liés au stress comme l'insomnie ou les problèmes digestifs d'origine nerveuse. Elle est également anti-inflammatoire, c'est pourquoi elle est préconisée pour traiter les inflammations du système digestif (entérocolite inflammatoire). L'essence de lime a des vertus antispasmodiques, elle est indiquée en cas de spasmes de l'appareil digestif (ballonnements, diarrhées). Elle a enfin une propriété anticoagulante, qui la rend précieuse pour les personnes présentant des risques cardio-vasculaires.

Usage interne : 1 à 2 gouttes après les repas.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : L'huile essentielle de lime est photosensibilisante. En cas d'application externe, ne pas s'exposer au soleil pendant les 6 heures qui suivent.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : LIM001

Huile essentielle LISTEA CUBEBA (*Listea cubeba lour persoon*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fruits

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Citral (néral et géranial), limonène.

PARFUM : Intense odeur fruitée-suave rappelant le citron, avec une légère tonalité florale sous-jacente.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lauracées, le Litsea cubeba est un arbre que l'on rencontre en Chine et en Indonésie.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Litsea cubeba est surtout recommandée pour ses propriétés calmantes, sédatives, et anti-inflammatoires. Elle est donc particulièrement indiquée en cas d'agitation et d'insomnie.

Usage externe : En application sur les tempes.

Usage interne : 1 à 2 gouttes d'huile essentielle une à deux fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : LIS001

Huile essentielle MAGNOLIA FEUILLE Sauvage (*Michelia alba DC*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Cis- et trans-ocimène, linalol, bêta-caryophyllène, géraniol, méthyl eugénol, trans nérolidol.

PARFUM : Odeur chaude, envoûtante, note verte.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le magnolia est un arbre (ou un arbuste, selon le cas) appartenant à la famille des Magnoliacées. Il est originaire des régions humides et boisées d'Amérique du Nord et de Chine, où il a pour nom "chuan how pow". Il est arrivé en Europe par l'intermédiaire du gouverneur de Louisiane qui, au début du XVIIIème siècle, fit parvenir en France différentes variétés botaniques encore inconnues pour les y acclimater. Après diverses tentatives, l'une de ces espèces végétales s'avère magnifique en extérieur, il s'agit du magnolia. Le botaniste Pierre Magnol, qui exerce à la même époque que Linné, lui donnera son nom après l'avoir décrit dans son classement des plantes par familles. Il faut noter que le magnolia fait partie des plus anciennes espèces végétales du monde. Ses fleurs sont parfois même qualifiées d'archaïques quant à leur mode d'éclosion et de fécondation.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le magnolia possède de nombreuses propriétés médicinales. L'huile essentielle de feuille de magnolia est élaborée à partir de feuilles fraîches. Elle possède des propriétés calmantes. Elle est préconisée pour apaiser les personnes en proie à des troubles liés à l'anxiété. L'huile essentielle de feuille de magnolia exerce un effet bénéfique sur le sommeil, elle stimule les domaines psychiques et émotionnels. Aromatique et stimulante, elle agit également sur la digestion, c'est pourquoi elle est recommandée pour traiter les colites et les problèmes intestinaux.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : MAG001

Huile essentielle MAGNOLIA FLEUR Sauvage (*Michelia alba DC*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Sauvage
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Méthyl-2-méthyl butyrate, bêta-pinène, cis- et trans-ocimène, linalol, bêta-caryophyllène, géraniol, méthyl eugénol, trans-nérolidol.

PARFUM : Odeur suave, citronnée, légèrement vanillée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le magnolia est un arbre (ou un arbuste, selon le cas) appartenant à la famille des Magnoliacées. Il est originaire des régions humides et boisées de Chine, où il a pour nom "chuan how pow". Il est arrivé en Europe par l'intermédiaire du gouverneur de Louisiane qui, au début du XVIIIème siècle, fit parvenir en France différentes variétés botaniques encore inconnues pour les y acclimater. Après diverses tentatives, l'une de ces espèces végétales s'avère magnifique en extérieur, il s'agit du magnolia. Le botaniste Pierre Magnol, qui exerce à la même époque que Linné, lui donnera son nom après l'avoir décrit dans son classement des plantes par familles. Il faut noter que le magnolia fait partie des plus anciennes espèces végétales du monde. Ses fleurs sont parfois même qualifiées d'archaïques quant à leur mode d'éclosion et de fécondation.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de fleur de magnolia est obtenue à partir des grandes fleurs de l'arbre. Ces fleurs blanches sont très parfumées. Leur essence est utilisée en parfumerie. Elles peuvent mesurer une trentaine de centimètres de diamètre, ce qui leur confère ce côté spectaculaire, encore accentué par un parfum réellement délicieux.

Usage externe : Diluée dans un parfum huileux, un baume parfumé, un savon ou une base parfumante dans une huile de massage pour une note fleurie et suave.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : MAG011

Huile essentielle MANDARINE (*Citrus reticulata blanco*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Zestes
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Expression
PROVENANCE : Italie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : limonène. Alcools non terp. : nonanol, octanol. Monoterpénols : citronnellool, linalol. Esters arom. acétate de benzyle. Composés azotés (esters) : n-méthylanthranilate de méthyle, anthranilate de diméthyle. Ald. non terp. : décaneal. Coumarines et furocoumarines.

PARFUM : Frais, doux et apaisant, caractéristique du fruit.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Rutacées, la Mandarine est cultivée sur le pourtour de la Méditerranée. Ce fruit aux mille vertus vient des régions chaudes de l'Asie et est parvenu en Occident par le biais des routes de la Soie, dans les paniers des caravanes qui transitaient sur les côtes méditerranéennes, dès les premiers siècles avant notre ère.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'essence de Mandarine a principalement des propriétés calmantes. Elle est modératrice du système nerveux central, calmant le sympathique. Relaxante et sédative, cette essence très douce pour la peau favorise le sommeil.

Usage externe : En massages relaxants. En aérosol dans les chambres d'enfants.

Usage interne : 2 à 4 gouttes le soir dans une tisane de fleur d'oranger ou de passiflore.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A ne pas appliquer sur la peau avant une exposition solaire (photosensibilisante).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : MAN001

Huile essentielle MARJOLAINE A COQUILLES (*Origanum majorana L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Egypte

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, sabinène, myrcène, alpha terpinènes, paracymène, terpinolène, alpha et bêta phellandrènes. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, alpha humulène. Monoterpénols : linalol, terpinène-1-ol-4, terpinène-1-ol-3, alpha terpinéol, cis et trans thujanol. Esters terp. : acétates de terpényle, de linalyle et de géranyle. Phénols méthyl-éthers : trans-anéthole.

PARFUM : Odeur d'herbe séchée, boisée, légèrement camphrée et épicée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, la Marjolaine à coquilles, appelée aussi Marjolaine des jardins, est originaire d'Orient. Elle est cultivée dans le midi de la France, en Egypte, en Afrique du Nord et en Espagne. Dans l'Antiquité, elle était considérée comme le symbole du bonheur et du bien-être.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Depuis des siècles, la marjolaine a prouvé son efficacité pour les problèmes nerveux et gynécologiques. L'huile essentielle de Marjolaine est un bon antidépresseur. En effet, c'est un excellent neurotonique et un rééquilibrant général et nerveux. Ses vertus réchauffantes et calmantes agissent sur les règles douloureuses. Elle est également indiquée dans le traitement de l'arthrose, des rhumatismes musculaires, ainsi que les problèmes digestifs (aphtes, diarrhées...).

Usage externe : En massages des jambes, du plexus.

Usage interne : En infusion, seul ou en mélange avec de la passiflore ou de la fleur d'oranger, jusqu'à deux ou trois fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : L'usage intensif de l'huile essentielle de marjolaine présente un risque de somnolence. A éviter en cas d'hypotension aiguë.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : MAR001

Huile essentielle MELISSE (*melissa officinalis* L.)**PARTIE(S) UTILISÉE(S) :** Plantes entières**MODE DE CULTURE :** Conventionnel**MÉTHODE D'EXTRACTION :** Distillation à la vapeur d'eau**PROVENANCE :** France

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : cis et trans ocimènes. Sesquiterpènes : alpha cubébène, alpha copaène, bêta bourbonène, bêta caryophyllène, alpha humulène, germacrène. Alcools non terp. : 1-octène-3-ol, cis-3-hexénol. Monoterpénols : linalol, nérol, géraniol, citronnellol, alpha terpinéol, terpinène-1-ol-4. Sesquiterpénols : 10-épi-alpha-cadinol, caryophyllénol, farnésol. Esters terp. acétates de géranyle, de néryle et de citronnellyle. Oxydes terp. : 1,8-cinéole, caryophyllène oxyde.

Monoterpénals : citrals : néral, géraniol, alpha cyclocitral. Coumarines : aesculétine.

PARFUM : Odeur douce, herbacée et fortement citronnée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, la Mélisse, originaire de l'Est du bassin méditerranéen, est cultivée en Europe et aux Etats-Unis. Considérée dans l'Antiquité comme le remède ultime, la Mélisse était utilisée pour calmer les troubles du système nerveux. Au Moyen-Âge, elle entrainait dans la composition d'élixirs de jouvence. En Grec, Melissa signifie "abeille". C'est sans doute pour cela que les apiculteurs des régions méditerranéennes l'utilisent depuis plus de 2000 ans, afin d'éviter que les ouvrières s'éloignent de la ruche et pour retirer la reine de l'essaim.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Mélisse est très efficace dans toutes les affections d'origine nerveuse et dans d'autres problèmes touchant différents organes. Elle favorise la digestion et le sommeil, calme les spasmes et l'anxiété. C'est un sédatif doux, calmant, hypotensif, anti-inflammatoire et cholérétique. Elle est donc toute indiquée pour soulager les insomnies, les crises de nerf, ou encore pour régulariser la sécrétion de la vésicule biliaire et de l'estomac.

Usage externe : L'huile essentielle de Mélisse s'utilise en massage du corps tout entier, diluée dans une huile végétale. Pour soulager les problèmes digestifs, masssez l'abdomen avec de l'huile de Mélisse diluée. Elle s'utilise aussi en friction. On peut aussi verser quelques gouttes dans un bain pour calmer, revitaliser et rétablir l'équilibre émotionnel.

Usage interne : 1 à 2 gouttes d'huile essentielle de Mélisse deux à trois fois par jour dans du lait chaud, du miel ou sur un sucre.

Usage culinaire : Les feuilles de Mélisse servent à parfumer les potages, salades, ragoûts, et sont utilisées dans les marinades de harengs et d'anguilles.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication aux doses physiologiques.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : MEL001

Huile essentielle MENTHE DES CHAMPS (*Mentha arvensis L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventiennel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Chine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : limonène. Sesquiterpènes : bêta carophyllène. Monoterpénols : menthol (70 à 80 %), néomenthol, diols, 2,5-trans-p-menthane-diol. Esters non terp. et terp. : phénylacétate de bêta, hexanyle, acétate de menthyle. Phénols méthyl-éthers. Monoterpénones : menthone, isomenthone, pipéritone.

PARFUM : Odeur fraîche, herbacée, très mentholée

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Issue de la famille des Lamiacées, la menthe se trouve sous plusieurs formes. Son nom vient d'une nymphe de la mythologie grecque appelée Minthe, qui fut changée en fleur par Perséphone. Les peuples de l'Antiquité en faisaient grand usage pour se parfumer, pour aromatiser des plats et des boissons, ou encore pour améliorer leur haleine. Elle est parvenue en Europe au XVIIIème siècle, et entre aujourd'hui dans la composition de nombreux produits alimentaires et pharmaceutiques. Quant à la menthe des champs, elle est originaire de Chine et du Japon. On la cultive également au Paraguay, essentiellement pour en extraire le menthol.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de menthe des champs a des propriétés liées essentiellement au menthol, ce qui lui confère une grande valeur "anti-céphalique", due aux actions antalgiques et vasoconstrictives associées. On la préconise pour des maux de tête, des douleurs névralgiques, des maux de dents. L'huile essentielle de menthe des champs possède également des vertus anti-infectieuses et antibactériennes. Elle est indiquée pour traiter l'eczéma, le zona, mais aussi les vomissements en cas d'indigestion ou de grossesse. Elle procure en outre une grande sensation de fraîcheur, et stimule l'activité cardiaque. Elle est recommandée en cas de sinusite, de rhume ou de fatigue. L'huile essentielle de menthe des champs est enfin efficace pour soulager des problèmes digestifs, de la colique hépatique à la colique néphrétique en passant par l'indigestion et le mal des transports.

Usage externe : A mélanger à hauteur de 5 % dans un onguent ou un baume de massage contre les douleurs rhumatismales ou autres (tendinites, sciaticques, arthrite), ou pour atténuer un hématome.

Usage interne : 1 goutte dans un demi-verre d'eau contre la fatigue du décalage horaire. En grog, avec une goutte d'huile essentielle d'orange ou de citron contre les troubles digestifs et les nausées.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A éviter chez les personnes souffrant d'hypertension, chez les femmes enceintes et les enfants de moins de 8 ans. Ne pas dépasser quelques gouttes pendant 2 à 3 jours. A haute dose ou en prise prolongée : tremblements puis phase dépressive. Ne jamais utiliser pour un bain.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : MEN001

Huile essentielle MENTHE BERGAMOTE (*Mentha x citrata Ehrh.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : France

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : bêta pinène. Sesquiterpènes : bêta-caroyphyllène, germacrène D. Monoterpénols : linalol (22 à 25 %), alpha terpinéol, citronnellol, géraniol. Esters non terp. et terp. : acétate de 3-octyle, acétates de linalyle et de géranyle. Oxydes terp. : 1,8-cinéole, cis- et trans-linalol oxydes.

PARFUM : Herbacé, frais et mentholé, avec une note de citron.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Issue de la famille des Lamiacées, la menthe se trouve sous plusieurs formes. Son nom vient d'une nymphe de la mythologie grecque appelée Minthe, qui fut changée en fleur par Perséphone. Les peuples de l'Antiquité en faisaient grand usage pour se parfumer, pour aromatiser des plats et des boissons, ou encore pour améliorer leur haleine. Elle est parvenue en Europe au XVIIIème siècle, et entre aujourd'hui dans la composition de nombreux produits alimentaires et pharmaceutiques. La menthe bergamote quant à elle est une plante vigoureuse qui recouvre le sol en formant un tapis aromatique très odorant.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de menthe bergamote est préconisée dans les cas d'asthénie, de fatigue nerveuse, et de dépression. Elle stimule le système nerveux et exerce un effet antispasmodique. Elle permet aussi de pallier à l'impuissance masculine due au surmenage. L'huile essentielle de menthe bergamote a des vertus anti-inflammatoires, elle agit sur les cystites et les entérocolites spasmodiques. Sa propriété principale est d'être une tonique digestive et pancréatique, elle facilite la digestion en éliminant l'aérophagie et les nausées, et stimule l'action du foie.

Usage interne : Grâce à son goût agréable, elle est recommandée en grog. A associer à l'huile essentielle de carotte en cas de troubles hépatiques.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Ne pas diffuser seule. Interdite aux femmes enceintes ou qui allaitent et aux enfants de moins de 8 ans.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : MEN011

Huile essentielle MENTHE POIVRÉE (*Mentha x piperata L. var. officinalis*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : France

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, limonène. Sesquiterpènes : bêta cariophyllène, bicyclo-élémente, z-bulgarène. Alcools non terp. : octan-3-ol. Monoterpénols : menthol (38-48 %), néomenthol, iso-menthol, néo-isomenthol, pipéritols, pipériténol, isopipériténol. Monoterpénones : menthone (20-30 % et jusqu'à 65 %), isomenthone, néomenthone, néoisomenthone, pipéritone, pipériténone, isopipé-riténone, pulégone. Oxydes terp. : 1,8-cinéole, menthofurane, pipéritonoxyde. Esters terp. : acétates de menthyle, de néomenthyle et d'isomenthyle, butyrate et isovalérate de menthyle. Coumarines : aesculétine. Composés sulfurés : diméthylsulfide, mintsulfide.

PARFUM : Herbacé, frais, mentholé.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Issue de la famille des Lamiacées, la menthe se trouve sous plusieurs formes. Son nom vient d'une nymphe de la mythologie grecque appelée Minthe, qui fut changée en fleur par Perséphone. Les peuples de l'Antiquité en faisaient grand usage pour se parfumer, pour aromatiser des plats et des boissons, ou encore pour améliorer leur haleine. Elle est parvenue en Europe au XVIIIème siècle, et entre aujourd'hui dans la composition de nombreux produits alimentaires et pharmaceutiques. La menthe poivrée, quant à elle, est le résultat de l'hybridation entre la menthe aquatique et la menthe verte. Elle est peut-être originaire du Moyen-Orient, et elle est cultivée un peu partout, des Etats-Unis à la France.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de menthe poivrée est préconisée en cas d'irritations du côlon, d'insuffisance hépatopancréatique, de vomissements et de mal de transports. Elle est utile pour résoudre les problèmes digestifs mineurs. On la connaît surtout pour son efficacité sur les rhumes : elle traite l'inflammation des voies aériennes, soulage la toux et désinfecte les muqueuses buccales. L'huile essentielle de menthe poivrée est recommandée aussi pour soulager les sciaticues, les céphalées et les prurits (urticaire, eczéma). La menthe poivrée a des propriétés toniques et stimulantes, anesthésiantes et antiamariles (contre la fièvre jaune). Elle est efficace contre les douleurs musculaires et névralgiques, ainsi que dans les cas de douleurs rhumatismales.

Usage externe : En diffusion ou en inhalation en cas d'infection respiratoire. En friction, 2 à 3 gouttes diluées dans une huile végétale.

Usage interne : 2 à 4 gouttes 3 fois par jour contre les troubles digestifs.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée en usage externe, sauf très localisé (front, tempes et lobes des oreilles). Eviter tout contact avec les yeux. Ne jamais utiliser dans le bain. Ne pas utiliser par voie orale chez les bébés avant 30 mois et les femmes enceintes ou allaitantes. Ne pas appliquer sur le visage des enfants (risques de spasmes). Chez la femme, à haute dose par voie interne, la menthe poivrée peut déclencher les menstruations.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : MEN021

Huile essentielle MENTHE VERTE (*Mentha spicata* L.)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventiionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Etats-Unis

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, camphène, myrcène, limonène, alpha phellandrène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, alpha élémène, farnésène, bêta bourbonène. Monoterpénols : menthol, linalol, bornéol, dihydrocarvéol, néodihydrocarvéol, cis et trans carvéol, trans-thujanol-4, alcool périllique. Alcools aliph. : octan-3-ol. Sesquiterpénols : farnésol, élémol, cadinol. Esters terp. : acétates de dihydrocarvyle et de cis et trans carvyle. Oxydes terp. : 1,8-cinéole.

Monoterpénones : carvone (55-65 %), dihydrocarvone, menthone, pulégone.

PARFUM : Odeur de chlorophylle fraîche, douce et sucrée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Issue de la famille des Lamiacées, la menthe se trouve sous plusieurs formes. Son nom vient d'une nymphe de la mythologie grecque appelée Minthe, qui fut changée en fleur par Perséphone. Les peuples de l'Antiquité en faisaient grand usage pour se parfumer, pour aromatiser des plats et des boissons, ou encore pour améliorer leur haleine. Elle est parvenue en Europe au XVIIIème siècle, et entre aujourd'hui dans la composition de nombreux produits alimentaires et pharmaceutiques. Quant à la menthe verte, ou menthe douce, c'est la variété la plus cultivée. Elle est particulièrement appréciée pour son goût ni trop doux ni trop fort, et sert à parfumer boissons, comme le thé ou certains sirops, desserts et différents plats (on pense au taboulé).

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de menthe verte est moins forte en menthol que les autres variétés de menthe. Ses propriétés sont assez semblables à celles de la menthe de la menthe poivrée, avec l'avantage d'être plus douce, moins agressive. L'huile essentielle de menthe verte a donc des propriétés anti-infectieuses et antispasmodique, son usage est conseillé pour traiter les hépatites virales, les colites, l'aérophagie, les problèmes de digestion et les acidités gastriques. Analgésique, elle permet également de soulager la migraine, et remplace avantageusement l'aspirine car elle ne cause aucun effet secondaire sur l'estomac. L'huile essentielle de menthe verte est encore anti-inflammatoire, antiseptique et expectorante, c'est pourquoi elle est préconisée en cas de bronchite, de sinusite et de toute affection des voies respiratoires. Cette huile a la particularité d'être utilisable sur la peau en dilution, pour favoriser la cicatrisation.

Usage externe : 1 à 2 gouttes dans une huile de base en inhalation. En diffusion avec une autre huile pour prévenir les infections. En application sur une blessure, diluée à parts égales avec de l'huile essentielle de lavande.

Usage interne : 1 à 2 gouttes 3 à 4 fois par jour contre les problèmes digestifs.

Usage culinaire : 2 à 3 gouttes dans un dessert, pour lui donner un goût relevé.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée pour les bébés, les enfants et les femmes enceintes (neurotoxique, abortive). Ne pas prolonger le traitement au-delà de 2 à 3 jours. Ne pas diffuser seul.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : MEN031

Huile essentielle MYRRHE Sauvage (*Commiphora myrrha nees*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Résines, larmes

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Somalie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Furanodiénone, furanoendesma-1.3-diène, curzéréne.

PARFUM : Doux, boisé, balsamique.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Burséracées, la Myrrhe est un arbre originaire de la Somalie et de la Mer Rouge. Il pousse principalement en Afrique de l'Est. La Myrrhe avait été incluse dans la composition de la potion donnée au Christ avant la crucifixion, car elle était reconnue pour ses effets cicatrisants.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Myrrhe a une action antiseptique particulièrement efficace. Elle est tonique et stimulante, cicatrisante, anti-inflammatoire et analgésique. Très efficace pour apaiser les maux de gorge et pour traiter les affections de la bouche (gingivites, stomatites, lésions dues aux prothèses dentaires), comme celle du pharynx, la Myrrhe est très souvent utilisée dans les produits de soins dentaires. Elle est également efficace dans les infections des voies respiratoires.

Usage externe : En bain de bouche, en gargarismes ou en applications sur les zones lésées, une à trois fois par jour. Egalement en massages.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : La Myrrhe est conseillée en usage externe uniquement. Eviter une utilisation prolongée, des manifestations d'allergie pouvant survenir.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : MYR001

Huile essentielle MYRTE (*Myrtus communis* L.)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Tunisie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, alpha humulène, dihydroazulènes. Alcools monoterp. : linalol, myrténol, alpha terpinéol, terpinène-1-ol-4, nérol (tr.), géraniol. Esters terp. : acétates de linalyle, de myrtényle, de terpényle (tr.), de néryle (tr.), de géranyle, de bornyle et de trans carvyle, myrténate de méthyle. Oxydes terp. : 1,8-cinéole, caryophyllène oxyde, 2-méthylfurane. Aldéhydes : trans-2-hexanal, n-décaneal, furfural, 2-méthylbutanal, myrténal. Lactones : myrtucommulones A et B.

PARFUM : Mentholé, camphré, térébenthiné, rappelant l'encens.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myrtacées, le Myrte est originaire des pays méditerranéens et de l'Asie occidentale. C'est un arbre sacré, symbolisant l'amour et la pureté. Il est associé aux femmes guerrières, car tout comme le Laurier, le Myrte est emblème de gloire.

Au XVI^e siècle, il était utilisé pour les problèmes de peau, notamment le psoriasis. Il était également employé pour la préparation de philtres d'amour...

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Myrte est un antiseptique des voies respiratoires (aussi bien pour de jeunes enfants que pour des personnes âgées) et de l'appareil génital. C'est aussi un très bon antibactérien et un antiseptique atmosphérique. Le myrte a le pouvoir de tonifier et de contracter les tissus : il agit contre l'acné, le psoriasis, les peaux grasses, les ecchymoses et les hémorroïdes.

Usage externe : En inhalations ou aérosols, en onctions et massages du plexus. Cette huile essentielle est très bien tolérée par la peau.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : MYR011

Huile essentielle NARD Sauvage (*Nardostachys jatamansi*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Racines, rhizomes

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Népal

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpènes : calarène, aristolène, dihydroazulènes. Sesquiterpénols : valérianol, calarénol, nardol. Sesquiterpénals : valéranal. Sesquiterpénones : valéranone, nardostachone. Acides : ac.jatamanshinique. Coumarines : coumarine.

PARFUM : Epicé et musqué.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Valérianacées, le Nard est une plante devenue très rare qui existe à l'état sauvage dans quelques vallées retirées de l'Himalaya et du Yunnan. Les Romains tenaient son parfum pour précieux. En Inde, à ce jour, le Nard est toujours utilisé pour traiter l'épilepsie ou l'hystérie et pour calmer les convulsions, ainsi que pour favoriser la pousse des cheveux.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Nard est surtout reconnue pour ses propriétés calmantes au niveau des plexus cardiaque, solaire et sacré, mais c'est aussi un stimulant ovarien et un phlébotonique. Il est également tout indiqué pour traiter le psoriasis.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : NAR001

Huile essentielle NÉROLI (*Citrus aurantium L.ssp. amara*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Tunisie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, limonène. Alcools arom. : al. phényléthylque et benzylique. Alcools terp. : linalol, alpha terpinéol, géraniol et nérol. Esters terp. : acétates de linalyle, de néryle et de géranyle. Alcools sesquiterp. : transnérolidol, farnésols I et II. Aldéhydes : 2,5-diméthyl-2-vinyl-hex-4-éanal, décanal, benzaldéhyde. Cétones : jasmone. Composés azotés : méthylantranilate de méthyle, indole.

PARFUM : Odeur d'une forte personnalité, florale, suave et capiteuse.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Rutacées, le Néroli est originaire de Chine et croît en méditerranée (Midi de la France, Sud de l'Italie, Sicile...) Ce sont les fleurs de l'oranger ou du bigaradier qui contiennent la précieuse huile essentielle de Néroli. Celle-ci est utilisée dans la composition de base destinée à la fabrication des meilleures eaux de Cologne ainsi que dans les parfums de grande classe. C'est une huile essentielle rare et chère.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Avec son odeur délicieuse, le Néroli est un sédatif doux. Il aide à combattre les crises d'angoisse et les insomnies, ainsi que les troubles digestifs. Très bon pour les soins de la peau, il est notamment conseillé pour traiter les peaux vieillissantes ou sensibles et couperosées. Il gomme ou atténue les cicatrices et prévient l'apparition des rides, des vergetures ou encore des varices. Tendre et sensible, l'huile essentielle de Néroli stimule le désir sexuel. D'ailleurs, la tradition populaire veut que les fleurs d'oranger agrémentent les bouquets de noce, comme symboles de pureté et de fertilité... et apaisent le stress du couple lors de sa nuit de noce.

Usage externe : En massage pour le visage et le corps, en mélange avec des huiles végétales.

Usage interne : Infusion de fleurs d'oranger après les repas ou le soir. 2 à 6 gouttes d'huile essentielle par jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : NER001

Huile essentielle NIAOULI BIO (*Melaleuca viridiflora solander*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Biologique

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Madagascar

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Alpha pinène et thujène, terpinen-4-ol et bêta caryophyllène, camphène, aromadendrène, bêta pinène, alloaromadendrène, myrcène, alpha humulène, alpha phellandrène, alpha terpinéol et terpényle acétate, alpha terpinène, limonène, viridiflorène, 1,8-cinéole, bêta sélénène, gamma terpinène, delta cadinène, para cymène, oxyde de caryophyllène, terpinolène, nérolidol, alpha copaène, ledol, benzaldehyde, viridiflorol, linalol.

PARFUM : Fort, camphré et franc.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myrtacées, le Niaouli est originaire de Madagascar et de Nouvelle-Calédonie. L'essence de Niaouli est aussi connue sous le nom de "Goméol". Proche parent du cajepout, le Niaouli est bien plus doux que ce dernier et moins agressif pour la peau et les muqueuses.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Antiseptique et antibactérienne, l'huile de Niaouli est excellente contre les cystites et autres infections urinaires. Elle permet de lutter contre le catarrhe, la dysenterie, la lithiase urinaire, ou encore les rhumatismes. En inhalation elle est efficace en traitement de rhumes, gripes, troubles respiratoires et catarrheux. C'est un analgésique et un vermifuge. Le Niaouli est aussi un antispasmodique et il équilibre les fonctions de l'organisme. Il est également prescrit pour réguler les peaux grasses, traiter les boutons et l'acné, et soulager les piqûres d'insectes.

Usage externe : Surtout en inhalations et onctions cutanées, elle peut être employée pure sans inconvénient. Huile de première importance, elle est à utiliser dès les premiers signes d'infection respiratoire.

Usage interne : 2 ou 3 gouttes, en solution alcoolique, deux à trois fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée chez les enfants de moins de 3 ans et les femmes enceintes. Par voie interne, éviter tout surdosage (troubles neurologiques). En usage externe, sur une grande surface, l'utiliser diluée dans une huile végétale.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : NIA001

Huile essentielle MUSCADE (*Myristica fragrans*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fruits

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Indonésie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, sabinène, alpha terpinènes, limonène. Monoterpénols : terpinène-1-ol-4. Phénols : eugénol, isoéugénol. Phénols méthyl-éthers : myristicine, élémicine. Ether-oxydes : safrole.

PARFUM : Poivré, boisé, superbe odeur d'épice, très typique.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myristicacées, la noix de Muscade est originaire d'Indonésie, des Antilles et d'Amérique du Sud. C'est un arbre des régions tropicales.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le rôle tonique de l'huile essentielle de noix de Muscade s'exerce surtout sur le système digestif : elle soulage vomissements et nausées, infections intestinales et diarrhées chroniques. La noix de muscade possède des propriétés analgésiques. Elle agit un peu comme une hormone naturelle et est tout indiquée en cas de règles peu abondantes. Elle fortifie les cheveux et donne de l'énergie vitale : c'est aussi un fortifiant de l'esprit.

Usage externe : En application locale contre les névralgies dentaires et les douleurs rhumatismales.

Usage culinaire : Condiment.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Cette huile essentielle ne doit jamais être utilisée en usage interne, car elle est susceptible de provoquer des irritations du tube digestif, des vertiges, des maux de tête et des hallucinations. En usage externe, ne pas l'utiliser de manière prolongée et à fortes doses, car risques d'irritations cutanées.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : NOI101

Huile essentielle ORANGE DOUCE (*Citrus sinensis L.*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Zestes
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Expression
PROVENANCE : Grèce

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : limonène. Alcools monoterp. : linalol, alpha terpinéol, cis et trans carvéol, géranol. Aldéhydes : n-octanal, n-décanal, citronnellal. Cétones : carvone, alpha ionone. Coumarines et furocoumarines : auraptène, bergaptole, iso impérorine.

PARFUM : Familier qui plaît aux enfants, typique, gai, léger, vivifiant, frais, suave et fruité.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Rutacées, l'orange douce est originaire de Méditerranée et des régions tropicales. Le berceau de cet oranger se situe entre l'Himalaya et la Chine du Sud. Ce sont les Portugais qui le rapportèrent vers l'an 1400, bien après le voyage en Chine de Marco Polo (1287). Depuis, sa culture s'est considérablement répandue dans maints pays (Canada, Côte d'Ivoire, Brésil, Mexique, Italie...)

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'orange douce est une essence calmante et carminative. Sédatrice, elle est excellente contre la tension nerveuse et les insomnies. Tout en éveillant l'esprit, elle estompe les dépressions. Elle est également efficace en cas de spasmes douloureux, de constipation et de diarrhée. Tout comme elle permet de réguler la tension artérielle et la circulation, ainsi que de stimuler le système lymphatique, ce qui atténue les rétentions d'eau. Elle renforce le système immunitaire et peut faire baisser la fièvre en cas de rhume ou de grippe, mais aussi être utilisée en diffusion comme désinfectant aérien.

Usage externe : Très agréable en massage pour les douleurs arthrosiques de la colonne vertébrale, elle est très bien tolérée par la peau. En association avec un massage de l'abdomen, elle permet de lutter contre la constipation et les troubles gastriques. Ou encore dans les crèmes faciales pour revitaliser la peau.

Usage interne : 1 à 2 gouttes trois à quatre fois par jour. Conseillée en aérosols.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Exposition au soleil proscrite (photosensibilisante).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : ORA001

Huile essentielle ORIGAN D'ESPAGNE Sauvage (*Corodothymus capitatus*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : myrcène, alpha et gamma terpinènes. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène. Alcools terp. : linalol, bornéol. Phénols : carvacrol, thymol, 3-méthyl-2,6-diisopropyl phénol.

PARFUM : Odeur fortement phénolique, épicée, âpre et amère, très voisine de la senteur du thym.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, l'Origan est cultivé en Espagne, dans le midi de la France et dans les Balkans. Il y pousse également à l'état sauvage. L'Origan est un condiment très utilisé dans l'industrie agroalimentaire. Ses feuilles ont remplacé autrefois le tabac dans les périodes difficiles. Dans les campagnes, l'Origan est aussi un remède classique pour le torticolis.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'Origan d'Espagne est le plus puissant anti-infectieux des Origans, par sa teneur exceptionnelle en phénols. C'est aussi un tonique général et un antibactérien à large spectre d'action et à action puissante, antiviral, antifongique et anti-parasitaire. Cette huile essentielle est d'une très grande valeur contre toutes les pathologies infectieuses, quelle que soit leur localisation.

Usage interne : 1 à 2 gouttes diluées à 10 % dans un dispersant quatre à cinq fois par jour, en mélange avec du Niaouli ou du Ravensare aromatique.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Ne pas l'utiliser en usage prolongé. Localement, elle peut être irritante pour la peau et les muqueuses. Contre-indiquée pour les enfants et les femmes enceintes.

CONDITIONNEMENT :

REF. : ORI001

Huile essentielle PALMAROSA Sauvage (*Cymbopogon martinii*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Herbes

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Inde

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Alcools monoterp. : linalol, géraniol, nérol, p-mentha-1,8(10)-dien-9-ol. Alcools sesquiterp. élémol. Esters terp. et aliph. formiates de géranyle et de néryle ; acétates de géranyle et de p-mentha-1,8(10)-dien-9-yle, butyrate et isobutyrate de géranyle isovalérates de prényle et de géranyle, hexanoates d'amyle, de prényle et de géranyle ; octanoates de prényle et de géranyle.

PARFUM : Odeur proche de la rose et du géranium avec une note citronnée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Poacées, le Palmarosa est originaire d'Inde. Appelé d'ailleurs autrefois le "Géranium des Indes", il pousse à l'état sauvage et en culture en Inde, au Brésil et en Amérique Centrale. La médecine indienne ayurvédique a toujours eu recours au palmarosa pour lutter contre les infections. Aujourd'hui, l'intérêt que lui porte l'industrie pharmaceutique, cosmétique et agroalimentaire, le place parmi les huiles essentielles de choix.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Palmarosa est un antidouleur recommandé notamment dans les douleurs des seins. Il est aussi un tonique du système neuro-hormonal. Ses actions thérapeutiques sont nombreuses et variées : antibactérien important, antiviral et antifongique puissant, il est également utérotonique, neurotonique et cardiotonique. L'huile essentielle de Palmarosa est également efficace en soins cutanés. Elle régénère les peaux ridées et âgées en stimulant l'activité cellulaire et se montre efficace sur les plaies.

Usage externe : Application en onctions douces, pure ou diluée à 50 % dans de l'huile d'onagre ou rosa mosqueta. Pure sur les zones atteintes de mycoses. Pour les soins de la peau, l'intégrer dans les crèmes et lotions (1 à 2 %).

Usage interne : 1 à 2 gouttes deux à trois fois par jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : PAL011

Huile essentielle PAMPLEMOUSSE BLANC (*Citrus paradisi Macfadyn J.*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Zestes
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Expression
PROVENANCE : Argentine

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Limonènes (94,71 %) ; myrcènes (1,92 %) ; alpha-pinènes (0,55 %) ; sabinènes (0,52 %) ; terpinolènes (0,35 %) ; bêta-caryphyllènes (0,25 %).

PARFUM : Odeur agréable et éclatante, fraîche, amère et citronnée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Rutacées, le Pamplemousse est un arbre cultivé essentiellement en Amérique du Nord (Floride, Californie, Texas), au Brésil, aux Antilles et en Israël.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de pamplemousse est tonique et rafraîchissante. Elle contracte et stimule les tissus. A utiliser dans les produits de soin pour les peaux grasses et pour traiter l'acné. Elle soulage également la douleur ou la fatigue musculaire. Elle est apéritive et digestive, tout en drainant le foie et les reins. Dés-intoxicante, purifiante et diurétique, elle participe à la régulation du poids corporel, et aide à chasser ce qui gêne ou dérange dans l'organisme mais aussi dans la tête (idées et pensées sombres, doute, incertitude, hésitation...).

Usage interne : 1 à 2 gouttes trois à quatre fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée en usage externe (photosensibilisante).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : PAM001

Huile essentielle **PATCHOULI** (*Pogostemon cablin bentham*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Indonésie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, limonène. Sesquiterpènes : alpha et bêta gaiènes, alpha et bêta bulnésène, alpha et bêta patchoulènes, bêta élémène, seychellène, cycloseychellène, bêta caryophyllène, alpha humulène, cadinène. Sesquiterpénols : patchoulol, norpatchoulénol, pogostol, bulnésol, guaïol et 3 autres sesquiterpénols. Epoxysesquiterpènes : époxy-1-alpha, 5-alpha-V-alpha-gaiène, époxy-1-bêta, 5-bêta-alpha-gaiène, époxy caryophyllène, époxy-1,10-alpha-bulnésène. Sesquiterpénones : patchoulénone. Pyranones. Acides : carboxy-acide 2-pentyl cyclopropanique. Alcaloïdes sesquiterpéniques : patchoulipyridine, gaïapyridine.

PARFUM : Odeur très intense, boisée, sucrée, balsamique.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, le Patchouli, originaire de Malaisie, d'Inde et du Sud-Est de l'Asie, est cultivé dans les pays tropicaux. L'Indonésie en est aujourd'hui le principal centre de production.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Patchouli est l'une des huiles essentielles les plus actives contre les pellicules et les infections fongiques cutanées. C'est un régénérateur cellulaire, excellent contre le vieillissement de la peau. Son action astringente favorise le resserrement d'une peau distendue et gomme les plis disgracieux. Le Patchouli facilite également la cicatrisation.

Usage externe : En massage, pour l'acné et l'eczéma, le vieillissement de la peau, les pellicules et les cheveux gras.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Risque de maux de tête

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : PAT001

Huile essentielle PERSIL (*Petroselinum sativum apioliferum*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Graines, semences, pépins

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : France

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha pinène. Ether-oxydes : myristicine, apiole.

PARFUM : Odeur aromatique, chaude, épicée et herbacée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Apiacées, le Persil tient ses origines du Sud de l'Europe.

Cultivée depuis des milliers d'années, les Grecs croyaient que cette ombellifère naissait du sang des héros ! Elle fut longtemps réservée à un usage médicinal, son rôle diurétique et emménagogue étant attesté dès le Ier siècle après J.C.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

C'est une excellente huile essentielle pour traiter les troubles circulatoires, en rapport avec le cycle menstruel. Dépurative, elle nettoie les voies urinaires, le foie et la vésicule biliaire. C'est un antiseptique et un tonique stimulant. Excellent diurétique, elle permet d'éviter les problèmes de rétention d'eau. L'infusion de feuilles est un tonique pour les cheveux, la peau et les yeux.

Usage externe : Pour ses propriétés anti-laitueuses, l'utiliser en cataplasme avec de l'argile blanche sur les seins engorgés.

Usage interne : 1 à 2 gouttes trois fois par jour (pour un usage prolongé, consultez votre médecin).

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée chez les enfants de moins de 7 ans, les femmes enceintes et en cas d'allaitement.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : PER001

Huile essentielle PETIT GRAIN BIGARADE (*Citrus aurantium L. ssp. aurantium*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Paraguay

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : myrcène, cis et trans bêta ocimènes, paracymène. Alcools monoterp. : linalol, alpha terpinéol, nérol, géraniol. Esters terp. : acétates de linalyle, de néryle, de terpényle et de géranyle. Composés azotés : méthylanthranilate de méthyle.

PARFUM : Senteur fleurie, hespéridée et sèche.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Rutacées et originaire de l'Asie du Sud-Est et de l'Europe, le Petit grain est le nom donné aux huiles essentielles extraites par distillation des feuilles du bigaradier, du citronnier et du mandarinier. Chacun de ces arbres donne trois huiles essentielles différentes, selon que celle-ci se fait, à partir des feuilles : c'est donc le Petit grain, à partir de la fleur : c'est alors le Néroli, ou à partir du zeste : c'est le fruit. Le Petit grain est utilisé dans les eaux de Cologne de qualité.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Petit grain, qu'il soit du bigaradier, du citronnier ou du mandarinier, est un excellent relaxant. C'est un calmant du système nerveux sympathique, un régulateur cardiaque, au niveau des palpitations, mais aussi un antiseptique et un digestif.

Le Petit grain bigarade est plus particulièrement indiqué pour soulager les dystonies neurovégétatives et l'acné infecté, tout comme les hépatites chroniques, les rhumatismes d'origine nerveuse, ou encore les infections respiratoires et les furoncles. C'est un antibactérien.

Usage externe : En massage vertébral et des plexus, 5 à 20 gouttes d'huile essentielle une à trois fois par jour.

Usage interne : 1 à 2 gouttes d'huile essentielle trois à quatre fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Pas d'onction sur la peau en cas d'exposition au soleil (photosensibilisation).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : PET001

Huile essentielle PETIT GRAIN CITRON (*Citrus limon L. burman*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Limonène, bêta pinène, trans ocimène, citral.

PARFUM : Odeur fraîche et fruitée, éthérée et citronnée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Rutacées et originaire de l'Asie du Sud-Est et de l'Europe, le Petit grain est le nom donné aux huiles essentielles extraites par distillation des feuilles du bigaradier, du citronnier et du mandarinier. Chacun de ces arbres donne trois huiles essentielles différentes, selon que celle-ci se fait, à partir des feuilles : c'est donc le Petit grain, à partir de la fleur : c'est alors le Néroli, ou à partir du zeste : c'est le fruit. Le Petit grain est utilisé dans les eaux de Cologne de qualité.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Petit grain, qu'il soit du bigaradier, du citronnier ou du mandarinier, est un excellent relaxant. C'est un calmant du système nerveux sympathique, un régulateur cardiaque, au niveau des palpitations, mais aussi un antiseptique et un digestif.

Le Petit grain citron est un purifiant et un fluidifiant sanguin. Il renforce les défenses immunitaires. C'est aussi un dépuratif du foie, de la vésicule biliaire, du pancréas, des reins et, bien sûr, du sang.

Usage externe : En massage vertébral et des plexus, 5 à 20 gouttes d'huile essentielle une à trois fois par jour.

Usage interne : 1 à 2 gouttes d'huile essentielle trois à quatre fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Pas d'onction sur la peau en cas d'exposition au soleil (photosensibilisation).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : PET011

Huile essentielle PETIT GRAIN MANDARINE (*Citrus reticulata blanco*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Egypte

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Composés azotés (esters) : n-méthylanthranilate de méthyle (environ 50 %).

PARFUM : Fruité et sucré.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Rutacées et originaire de l'Asie du Sud-Est et de l'Europe, le Petit grain est le nom donné aux huiles essentielles extraites par distillation des feuilles du bigaradier, du citronnier et du mandarinier. Chacun de ces arbres donne trois huiles essentielles différentes, selon que celle-ci se fait, à partir des feuilles : c'est donc le Petit grain, à partir de la fleur : c'est alors le Néroli, ou à partir du zeste : c'est le fruit. Le Petit grain est utilisé dans les eaux de Cologne de qualité.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Petit grain, qu'il soit du bigaradier, du citronnier ou du mandarinier, est un excellent relaxant. C'est un calmant du système nerveux sympathique, un régulateur cardiaque, au niveau des palpitations, mais aussi un antiseptique et un digestif.

Le Petit grain mandarine est un antispasmodique et un calmant vraiment très puissant. Ce Petit grain est le plus recommandé, car d'une très grande valeur, contre les insomnies, l'anxiété, mais aussi et surtout les suites de stress.

Usage externe : En massage vertébral et des plexus, 5 à 20 gouttes d'huile essentielle une à trois fois par jour.

Usage interne : 1 à 2 gouttes d'huile essentielle trois à quatre fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Pas d'onction sur la peau en cas d'exposition au soleil (photosensibilisation).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : PET021

Huile essentielle PIN MARITIME Sauvage (*Pinus pinaster*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Aiguilles

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : France

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, carène, terpinolène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, longifolène. Monoterpénols : bornéol.

PARFUM : Odeur très typique, fraîche et résineuse.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Abiétacées, le Pin maritime est originaire de l'Europe tempérée et des côtes landaises en France. De nombreuses spécialités pharmaceutiques renferment des produits provenant du Pin maritime.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Pin maritime est un stimulant. C'est un antiseptique pulmonaire et des voies urinaires. Il fluidifie et facilite l'évacuation des sécrétions bronchiques, et favorise la dissolution des calculs rénaux. Il peut également être utilisé pour désinfecter les locaux.

Usage externe : En onction sur le thorax et les articulations arthrosiques.

Usage interne : 2 à 3 gouttes d'huile essentielle diluées trois à quatre fois par jour, en inhalation.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue, mais à utiliser modérément par voie interne.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : PIN001

Huile essentielle PIN DE SIBERIE Sauvage (*Abies sibirica ledeb*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Aiguilles

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Sibérie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : camphène. Esters terp. : acétates de bornyle et de terpényle. Diterpénols : isoabiéanol.

PARFUM : Odeur typique des bonbons à base de sève de Pin. Senteur douce et balsamique.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Abiétacées, le Pin de Sibérie est, comme son nom l'indique, originaire de Sibérie, où il y pousse à l'état sauvage. Cet arbre est également appelé "Sapin de Sibérie".

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Pin de Sibérie possède des propriétés antispasmodiques et anti-inflammatoires. C'est un décongestionnant respiratoire. Il est recommandé contre les bronchites asthmatiformes car il fluidifie les sécrétions bronchiques, et contre les colites spasmodiques. Il s'utilise aussi comme antiseptique et assainissant atmosphérique. Idéal, par exemple, lors d'une épidémie de grippe.

Usage externe : En onction thoracique et en aérosol.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue aux doses physiologiques.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : PIN011

Huile essentielle PIN SYLVESTRE Sauvage (*Pinus sylvestris L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Aiguilles

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Autriche

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, limonène. Sesquiterpènes : longifolène. Monoterpénols : bornéol. Sesquiterpénols : alpha cadinol. Esters terp. : acétate de bornyle.

PARFUM : Odeur de conifère très typique, fraîche et résineuse.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Abiétacées, le Pin sylvestre est originaire de l'Europe tempérée et des pays nordiques. Il est très utilisé dans la fabrication des bains moussants, des savons et des détergents pour ses propriétés antiseptiques, toniques et balsamiques.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Pin de sylvestre contient des composants à haut pouvoir antiseptique, très efficaces dans les inhalations et par voie interne. Il est tout particulièrement recommandé en cas de bronchite, de sinusite, d'asthme, ou encore d'asthénie. On lui reconnaît également des propriétés toniques et dynamisantes, notamment au niveau sexuel.

Usage externe : En massage sur le thorax et les articulations ou en bain aromatique.

Usage interne : 2 à 3 gouttes d'huile essentielle diluées, trois fois par jour, en inhalation.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : L'usage interne doit être limité en quantité et dans la durée. Contre-indiquée pour les personnes épileptiques ou souffrant d'insuffisance rénale.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : PIN021

Huile essentielle POIVRE NOIR (*Piper nigrum L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Baies

MODE DE CULTURE : Conventiel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Inde

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, alpha humulène, alpha gaiène, alpha et bêta sélénènes, alpha et bêta cubébènes, bêta élémènes, bêta bisabolène, calamémène. Alcools terp. : terpinène-1-ol-4, alpha terpinéol, linalol, trans pinocarvéol, trans carvéol. Phénols méthyl-éthers : paracymène-8-ol M.E., carvacrol M.E. Cétones : dihydrocarvone. Acétophénones : m et p-méthylacétophénones. Aldéhydes : pipéronal. Composés azotés : n-formyl

pipéridine. Acides : ac. pipéronylique.

PARFUM : Odeur chaude, épicée et poivrée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Pipéracées, le Poivre noir, originaire de l'Inde, est aussi cultivé en Indonésie, en Malaisie, à Madagascar et au Brésil. Considéré comme l'or noir au Moyen Âge, il fut l'enjeu de maintes batailles. Très apprécié des Chinois, des Grecs et des Romains, il fut l'une des toutes premières épices de l'histoire de l'humanité. Sa culture s'étendit en divers pays tropicaux, à la suite d'actions courageuses et téméraires, de Pierre Poivre !

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Poivre noir est un tonique stimulant des systèmes digestif, nerveux et circulatoire. Il soulage les douleurs rhumatismales et arthritiques, ainsi que le manque de tonicité musculaire, les inflammations et douleurs musculaires. Il aide le système immunitaire à combattre infections et virus. Il est aussi considéré comme aphrodisiaque. Par ailleurs, c'est un antiseptique urinaire, sans compter qu'activant la circulation sanguine, il est réchauffant.

Usage externe : En massage, avant un effort sportif et en prévention des courbatures. En massage de l'abdomen, pour les problèmes digestifs et la constipation.

Usage culinaire : Le Poivre noir apporte de la saveur tout en rehaussant les autres saveurs présentes dans un plat.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Risques d'irritations, à utiliser en forte dilution.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : POI001

Huile essentielle POIVRE VERT BIO (*Piper nigrum L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Baies

MODE DE CULTURE : Biologique

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Madagascar

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, alpha humulène, alpha gaiène, alpha et bêta sélénènes, alpha et bêta cubébènes, bêta élémènes, bêta bisabolène, calamémène. Alcools terp. : terpinène-1-ol-4, alpha terpinéol, linalol, trans pinocarvéol, trans carvéol. Phénols méthyl-éthers : paracymène-8-ol M.E., carvacrol M.E. Cétones : dihydrocarvone. Acétophénones : m et p-méthylacétophénones. Aldéhydes : pipéronal. Composés azotés : n-formyl

pipéridine. Acides : ac. pipéronylique.

PARFUM : Odeur chaude, épicée et poivrée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Pipéracées, le Poivre vert est cultivé en Indonésie, en Malaisie, à Madagascar et au Brésil. La teinte du Poivre évolue du vert au noir en passant par le rouge. Cueilli avant maturation, le "grain de poivre" mis en conserve constitue le Poivre vert. Considéré comme l'or noir au Moyen Âge, il fut l'enjeu de maintes batailles. Très apprécié des Chinois, des Grecs et des Romains, il fut l'une des toutes premières épices de l'histoire de l'humanité. Sa culture s'étendit en divers pays tropicaux, à la suite d'actions courageuses et téméraires, de Pierre Poivre !

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Poivre vert est un tonique stimulant des systèmes digestif, nerveux et circulatoire. Il soulage les douleurs rhumatismales et arthritiques, ainsi que le manque de tonicité musculaire, les inflammations et douleurs musculaires. Il aide le système immunitaire à combattre infections et virus. Il est aussi considéré comme aphrodisiaque. Par ailleurs, c'est un antiseptique urinaire, sans compter qu'activant la circulation sanguine, il est réchauffant.

Usage externe : En massage, avant un effort sportif et en prévention des courbatures. En massage de l'abdomen, pour les problèmes digestifs et la constipation.

Usage culinaire : Le Poivre vert apporte de la saveur tout en rehaussant les autres saveurs présentes dans un plat.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Risques d'irritations, à utiliser en forte dilution.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : POI011

Huile essentielle RAVENSARE ANISÉ Sauvage (*Ravensara anisata*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Écorces

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Madagascar

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Méthyl-chavicol (90 % min.). Linalol (2 % min.). Camphène (0,2 % min.). Alpha-pinène, bêta-pinène, limonène.

PARFUM : Fortement anisé.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

A Madagascar, les populations locales utilisent depuis très longtemps les végétaux pour se soigner. Ils appelèrent Ravintsara (de "ravina", feuille ou arbre, et "tsara", bonne) un camphrier de la famille des Lauracées aux vertus toniques et antivirales puissantes, découvert au XVIème siècle par les Français. Le terme ravintsara devient alors ravensara en latin, d'où le début des confusions. Un autre arbre aromatique, contenant de l'huile essentielle et poussant en forêt, est appelé par les Malgaches "hazomanitra", l'arbre qui sent bon. Celui-ci est en fait ce qu'on appelle aujourd'hui le ravensare. La distinction entre anisé et aromatique tient seulement à la partie distillée pour obtenir de l'huile essentielle. S'il s'agit des feuilles, c'est de l'huile de ravensare aromatique, si c'est l'écorce, il s'agit du ravensare anisé.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de ravensare anisé est donc obtenue à partir de la distillation de l'écorce de l'arbre. Elle est indiquée pour remédier aux problèmes liés au cycle hormonal. Oestrogen-like, elle traite les aménorrhées, dysménorrhées, douleurs menstruelles et troubles dus à la ménopause. Tonique apéritive et stomachique, elle augmente la production de sécrétions digestives et soulage l'aérophagie, la dyspepsie et les indigestions. L'huile essentielle de ravensare anisé possède une propriété antispasmodique puissante, au niveau nerveux comme au niveau musculaire. Elle est préconisée en cas de spasmophilie, de palpitations, de congestion pulmonaire et d'asthme. Légèrement stupéfiante et antalgique, elle atténue aussi les douleurs lombaires. L'huile essentielle de ravensare anisé est enfin stimulante, elle tonifie le cœur et le système respiratoire.

Usage externe : Diluée dans un peu d'huile végétale, en massage du cou pour un effet relaxant, en massage du ventre (dans le sens des aiguilles d'une montre) pour soulager les problèmes digestifs.

Usage interne : 1 à 2 gouttes dans une cuillerée de miel pour faciliter la digestion.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée chez les femmes enceintes et les enfants. En cas de surdosage en usage interne, peut provoquer des hémorragies intestinales.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : RAV001

Huile essentielle RAVENSARE AROMATIQUE Sauvage (*Ravensara aromatica* Sonnerat)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Madagascar

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha-pinènes et bêta-pinènes. Sesquiterpènes : bêta-caryo-phyllène. Monoterpénols : alpha-terpinéol. Esters terpéniques : acétate de terpényle. Oxydes terp. : cinéole 1,8.

PARFUM : Odeur florale et de forêt rappelant la lavande et le romarin.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

A Madagascar, les populations locales utilisent depuis très longtemps les végétaux pour se soigner. Ils appelèrent Ravintsara (de "ravina", feuille ou arbre, et "tsara", bonne) un camphrier de la famille des Lauracées aux vertus toniques et antivirales puissantes, découvert au XVIème siècle par les Français. Le terme ravintsara devint alors ravensara en latin, d'où le début des confusions. Un autre arbre aromatique, contenant de l'huile essentielle et poussant en forêt, est appelé par les Malgaches "hazomanitra", l'arbre qui sent bon. Celui-ci est en fait ce qu'on appelle aujourd'hui le ravensare. La distinction entre anisé et aromatique tient seulement à la partie distillée pour obtenir de l'huile essentielle. Si c'est l'écorce, il s'agit de l'huile de ravensare anisé ; s'il s'agit des feuilles, c'est du ravensare aromatique, encore peu connue malgré son odeur très fraîche et ses très nombreuses vertus thérapeutiques.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de ravensare est d'une grande efficacité contre les maladies virales, infectieuses et bactériennes. Grâce à ses propriétés immunostimulantes, elle protège votre organisme contre la grippe, la varicelle, l'hépatite virale, la coqueluche, la mononucléose infectieuse, ou encore l'angine et d'autres infections concernant les voies respiratoires comme la sinusite, la bronchite, le rhume ou la toux. En effet, elle a un fort pouvoir expectorant grâce à son action fluidifiante sur les sécrétions bronchiques. De plus, elle interviendra sur les problèmes de peau tels que l'herpès (facial ou génital) et surtout le zona puisqu'elle est un excellent antiviral. L'huile de ravensare est également stimulante, et vous aidera à combattre la fatigue physique et nerveuse. De même, le stress et l'insomnie seront vaincus par ses vertus apaisantes qui peuvent aussi agir contre les douleurs articulaires, rhumatismales et musculaires.

Usage externe : Massages et frictions de la colonne vertébrale et du plexus contre le stress, de la nuque et de la colonne vertébrale contre la fatigue (associée à du romarin), des avant-bras, de la nuque et de la poitrine contre la grippe (associée à du Niaouli). 1 goutte (+ 1 goutte de Niaouli) contre l'herpès.

Usage interne : Associée à du Niaouli ou à de l'Eucalyptus, en inhalation ou diffusion contre la grippe et les affections des voies aériennes (1 à 2 gouttes trois à quatre fois par jour).

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée chez les enfants de moins de 3 ans. Eviter tout surdosage (troubles neurologiques). A noter : sa grande facilité d'utilisation grâce à une tolérance cutanée exceptionnelle.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : RAV011

Huile essentielle RHODODENDRON Sauvage (*Rhododendron anthopogon D. Don*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Sauvage
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Népal

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Geraniol, acétate de géranyle.

PARFUM : Herbacé, balsamique, d'une grande subtilité.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le rhododendron est originaire d'Asie, il appartient à la famille des Ericacées. Symbole du Népal, il pousse en altitude. Haut de quelques dizaines de centimètres, il peut vivre très longtemps. Aussi appelé le Sunpati, ses feuilles sont odorantes, et sont localement utilisées pour fabriquer de l'encens.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de rhododendron est essentiellement utilisée en parfumerie. Son odeur s'associe aisément avec des senteurs d'agrumes pour embaumer toute la maison. D'un point de vue thérapeutique, on attribue à l'huile essentielle de rhododendron une action stimulante. Elle est également employée pour soulager les douleurs liées à la goutte et aux rhumatismes. Les personnes qui voient leurs douleurs amplifiées lors des changements de temps trouveront avec cette huile une amélioration de leur état de santé.

Usage externe : En diffusion ou en pulvérisation avec des huiles essentielles citronnées pour parfumer votre maison.

Usage en parfumerie : Diluée dans un parfum pour une note balsamique.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : RHO001

Huile essentielle ROMARIN CAMPHRÉ BIO (*Rosmarinus officinalis L. camphoriferum*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Biologique

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : France

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, camphène, myrcène, alpha et bêta phellandrènes, limonène, alpha et gamma terpinènes, paracymène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène. Monoterpénols : linalol, terpinène-1-ol-4, alpha terpinéol, bornéol, isobornéol, cis- et trans-thujanol-4, p-cymène-8-ol. Eters terp. : acétates de bornyle et d'alpha fenchyle. Oxydes terp. : 1,8-cinéole, caryophyllène oxyde, humulène époxydes I et II. Cétones non terp. : 3-hexanone, méthylhepténone. Monoterpénones : camphre, verbénone, carvone.

PARFUM : Odeur camphrée marquée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, le Romarin est un arbuste originaire et cultivé dans les régions méditerranéennes. Il a été cultivé dans les jardins depuis l'Antiquité. Il était autrefois censé protéger contre les mauvais esprits. Aujourd'hui, il est utilisé comme encens purificateur dans les temples et les églises. Il fut rendu célèbre au XVI^e siècle par la légende selon laquelle la reine Isabelle de Hongrie, malade et âgée, retrouva santé et jeunesse grâce aux vertus d'une eau de jouvence composée d'un mélange de solution alcoolique contenant du Romarin.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Il existe trois variétés de romarin (camphré, cinéole et verbénone). Elles ont pour propriétés communes, le fait d'être antiseptiques, antispasmodiques, antirhumatismales, cicatrisantes, mais aussi détoxifiantes, diurétiques, ainsi qu'un tonique cardiaque et veineux.

Le Romarin camphré, en plus de ces propriétés, est un décontractant musculaire, un décongestionnant et un tonicardiaque. Il est particulièrement indiqué dans les états infectieux et préconisé en massage.

Usage externe : En frictions et en massages diluée dans une huile végétale ou pure.

Usage interne : 2 gouttes deux ou trois fois par jour, après les repas, dans du lait chaud, du miel ou sur un sucre. Egalement en inhalation.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A ne pas utiliser pendant une grossesse ou chez les bébés et les enfants, ni en cas de tension élevée ou d'épilepsie.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : ROM001

Huile essentielle ROMARIN CINÉOLE (*Rosmarinus officinalis L. cineoliferum*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Maroc

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, camphène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène. Monoterpénols : bornéol. Esters terp. : acétate de bornyle. Oxydes terp. : 1,8-cinéole. Monoterpénones : camphre.

PARFUM : Odeur rafraîchissante et pétillante.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, le Romarin est un arbuste originaire et cultivé dans les régions méditerranéennes. Il a été cultivé dans les jardins depuis l'Antiquité. Il était autrefois censé protéger contre les mauvais esprits. Aujourd'hui, il est utilisé comme encens purificateur dans les temples et les églises. Il fut rendu célèbre au XVI^e siècle par la légende selon laquelle la reine Isabelle de Hongrie, malade et âgée, retrouva santé et jeunesse grâce aux vertus d'une eau de jouvence composée d'un mélange de solution alcoolique contenant du Romarin.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Il existe trois variétés de romarin (camphré, cinéole et verbénone). Elles ont pour propriétés communes, le fait d'être antiseptiques, antispasmodiques, antirhumatismales, cicatrisantes, mais aussi détoxifiantes, diurétiques, ainsi qu'un tonique cardiaque et veineux.

Le Romarin cinéole est l'huile essentielle des affections ORL et broncho-pulmonaires. C'est un expectorant, un antalgique externe, un bactéricide et un tonique circulatoire et musculaire.

Usage externe : En frictions et en massages diluée dans une huile végétale ou pure.

Usage interne : 2 gouttes deux ou trois fois par jour, après les repas, dans du lait chaud, du miel ou sur un sucre. Egalement en inhalation.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A ne pas utiliser pendant une grossesse et en cas de tension élevée ou d'épilepsie.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : ROM011

Huile essentielle ROMARIN CINÉOLE BIO (*Rosmarinus officinalis L. cineoliferum*)

PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Biologique

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Maroc

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, camphène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène. Monoterpénols : bornéol. Esters terp. : acétate de bornyle. Oxydes terp. : 1,8-cinéole. Monoterpénones : camphre.

PARFUM : Odeur rafraîchissante et pétillante.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, le Romarin est un arbuste originaire et cultivé dans les régions méditerranéennes. Il a été cultivé dans les jardins depuis l'Antiquité. Il était autrefois censé protéger contre les mauvais esprits. Aujourd'hui, il est utilisé comme encens purificateur dans les temples et les églises. Il fut rendu célèbre au XVI^e siècle par la légende selon laquelle la reine Isabelle de Hongrie, malade et âgée, retrouva santé et jeunesse grâce aux vertus d'une eau de jouvence composée d'un mélange de solution alcoolique contenant du Romarin.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Il existe trois variétés de romarin (camphré, cinéole et verbénone). Elles ont pour propriétés communes, le fait d'être antiseptiques, antispasmodiques, antirhumatismales, cicatrisantes, mais aussi détoxifiantes, diurétiques, ainsi qu'un tonique cardiaque et veineux.

Le Romarin cinéole est l'huile essentielle des affections ORL et broncho-pulmonaires. C'est un expectorant, un antalgique externe, un bactéricide et un tonique circulatoire et musculaire.

Usage externe : En frictions et en massages diluée dans une huile végétale ou pure.

Usage interne : 2 gouttes deux ou trois fois par jour, après les repas, dans du lait chaud, du miel ou sur un sucre. Egalement en inhalation.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A ne pas utiliser pendant une grossesse et en cas de tension élevée ou d'épilepsie.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : ROM021

Huile essentielle ROMARIN VERBÉNONE (*Rosmarinus officinalis L. verbenoniferum*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, camphène, myrcène, limonène, alpha terpinène, terpinolène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène. Monoterpénols : bornéol. Esters terp. : acétate de bornyle. Monoterpénones : verbénone, camphre. Oxydes terp. : 1,8-cinéole.

PARFUM : Odeur puissante, fraîche et herbacée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, le Romarin est un arbuste originaire et cultivé dans les régions méditerranéennes. Il a été cultivé dans les jardins depuis l'Antiquité. Il était autrefois censé protéger contre les mauvais esprits. Aujourd'hui, il est utilisé comme encens purificateur dans les temples et les églises. Il fut rendu célèbre au XVI^e siècle par la légende selon laquelle la reine Isabelle de Hongrie, malade et âgée, retrouva santé et jeunesse grâce aux vertus d'une eau de jouvence composée d'un mélange de solution alcoolique contenant du Romarin.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Il existe trois variétés de romarin (camphré, cinéole et verbénone). Elles ont pour propriétés communes, le fait d'être antiseptiques, antispasmodiques, antirhumatismales, cicatrisantes, mais aussi détoxifiantes, diurétiques, ainsi qu'un tonique cardiaque et veineux.

Le Romarin verbénone est, en plus, anti-infectieux, anti-catarrhale et mucolytique. Il dissout les mucosités et est tout indiqué dans les angines, les affections hépatiques et biliaires. C'est également un équilibrant nerveux remarquable. Cette huile essentielle sera d'autant plus efficace en inhalation ou par voie orale.

Usage externe : En frictions et en massages diluée dans une huile végétale ou pure.

Usage interne : 2 gouttes deux ou trois fois par jour, après les repas, dans du lait chaud, du miel ou sur un sucre. Egalement en inhalation.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A ne pas utiliser pendant une grossesse et en cas de tension élevée ou d'épilepsie.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : ROM031

Huile essentielle ROSE (*Rosa damascena*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Turquie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Hydrocarbures : paraffine (stéaroptène).
 Monoterpénols : géranol, citronnellol, nérol, linalol. Alcools arom. : alcool phényléthylique. Alcools sesquiterp. : farnésol. Esters terp. Phénols et phénols méthyl-éthers : eugénol, eugénol M.E. Oxydes : rose oxyde. Composés azotés : damascénone.

PARFUM : Odeur de rose dans toute sa plénitude, avec une note fleurie, acidulée et fruitée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Rosacées, la Rose est un arbuste d'origine asiatique et cultivé, selon la variété, en France, en Italie, en Bulgarie, en Tunisie et au Maroc. L'huile essentielle de Rose reste une des plus chères et des plus précieuses du marché. Et pour cause, il faut 5 tonnes de pétales de rose, pour 1 kilo d'huile essentielle. Mais il suffit d'en verser une simple goutte pour profiter de ses bienfaits..

La rose est associée à Vénus, la déesse de l'amour et de la beauté, d'où son emploi dans les cosmétiques. Mais elle est aussi le symbole de la vie, de l'itinéraire spirituel vers le Divin, du silence et du secret. Avicenne, brillant philosophe et médecin du X^e siècle, affirmait que la Rose avait la vertu d'augmenter la vivacité de l'esprit et la puissance du cerveau.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Les vertus curatives de la rose sont réputées depuis l'Antiquité ! A côté de ses propriétés physiques : astringentes, toniques cutanés, régénératrices et antihémorragiques, elle possède aussi des propriétés beaucoup plus subtiles : avec l'élévation de tous les niveaux vibratoires du corps humain.

Aphrodisiaque réputé, l'huile essentielle de Rose est également sédative et tonique avec des propriétés antidépressives. Elle est recommandée en cas de troubles liés au stress, comme l'insomnie et la tension nerveuse. C'est également un puissant antiseptique, idéal en cas d'infections virales et bactériennes.

L'huile de Rose agit aussi comme tonique sur le cœur, la circulation, le foie, l'estomac et l'utérus, et permet de purifier l'organisme en général. Décidément très polyvalente, puisqu'elle régule également l'appétit, prévient et soulage les spasmes gastriques, la constipation et les nausées.

S'il n'en fallait qu'une... ce serait celle-ci !

Usage interne : 1 à 2 gouttes deux ou trois fois par jour dans du lait chaud, dans du miel ou sur un sucre.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Ne pas utiliser durant les trois premiers mois d'une grossesse, et en aucun cas lors d'antécédent de fausse couche.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : ROS001

Huile essentielle SANTAL BLANC (*Santalum album*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Bois

MODE DE CULTURE : Conventiel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Inde

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpènes : alpha et bêta santalènes, épi-bêta-santalène. Sesquiterpénols : alpha et bêta santalols, épi-p-santalol. Sesquiterpénals : térésantalal. Acides carboxyliques : ac. nortricyclo-éka-santalique.

PARFUM : Sucré, boisé et exotique, le Santal est l'une des senteurs les plus attirantes de l'univers des huiles essentielles. Son parfum permet de soulager un état dépressif et d'éliminer les sensations d'anxiété, ainsi que l'absence de désir sexuel.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Santalacées, le Santal blanc, appelé aussi plus communément "Bois de Santal", est originaire de l'Inde et des îles de l'Archipel Indien. Il était déjà mentionné dans le "Nirkuta", le plus ancien texte des Veda (écrits à partir du V^e siècle avant J.-C.). Le Santal était brûlé dans les cérémonies religieuses. En Birmanie, la coutume voulait que les femmes aspergent chaque individu d'un mélange d'huile de Santal et d'eau de Rose, pour le laver des péchés qu'il avait commis dans l'année et purifier ainsi son corps et son esprit. Dans l'Antiquité, le bois de Santal servait à la fabrication de meubles, à la décoration des temples, tant pour son parfum que par le fait qu'il n'était pas attaqué par les insectes. Aujourd'hui, il joue un rôle fondamental dans la médecine ayurvédique.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Le Santal blanc est un bon antiseptique urinaire et pulmonaire, particulièrement efficace contre les cystites et les troubles respiratoires, tels que bronchite, toux sèche et maux de gorge. L'huile renferme des composants qui apaisent l'estomac, atténuent les crampes digestives, la rétention de fluides et les inflammations. Elle facilite également la cicatrisation des plaies et lésions cutanées (peau gercée et sèche, acné, psoriasis, eczéma). Le Santal est également un aphrodisiaque et un tonique général. Sédatif et apaisant, il agit sur le mental et les émotions.

Usage externe : En massage vertébral (tonique). Applications locales : acné, varices...

Usage interne : 1 à 2 gouttes deux à trois fois par jour. En fumigations ou aérosols pour favoriser la relaxation et la méditation.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Ne pas l'appliquer pure sur la peau. Eviter un usage interne important en quantité et en durée. A éviter en usage externe avant une exposition solaire (photosensibilisante) et sur les muqueuses. En application locale intense et prolongée, elle peut s'avérer irritante pour la peau.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : SAN001

Huile essentielle SANTAL AMYRIS Sauvage (*Amyris balsamifera* L.)**PARTIE(S) UTILISÉE(S) :** Bois**MODE DE CULTURE :** Sauvage**MÉTHODE D'EXTRACTION :** Distillation à la vapeur d'eau**PROVENANCE :** Haïti**PRINCIPAUX CONSTITUANTS :** Alcools sesquiterp. : cadinol, balsamiol.
Coumarines : balsamiférone, hydroxysubérosine.**PARFUM :** Odeur boisée, balsamique, chaude et veloutée.**HISTORIQUE ET ORIGINE :**

Le Santal amyris, issu de la famille des Rutacées, est appelé parfois le "Santal des Indes Occidentales", mais il ne faut pas le confondre avec le Santal blanc, originaire d'Inde, qui n'appartient pas à la même famille botanique. Le Santal amyris était appelé "bois-chandelle" par les haïtiens. L'huile essentielle contenue dans son bois lui permet en effet de brûler longtemps, et lui octroie également un délai de conservation très long, même sous le soleil tropical.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Santal amyris a des propriétés décongestionnantes lymphatiques et veineuses. Il permet ainsi de lutter très efficacement contre les varices et les hémorroïdes, et de prévenir les risques de problèmes vasculaires. L'huile de Santal amyris est également cardiotonique, c'est-à-dire qu'elle stimule l'activité du cœur. Elle est indiquée pour remédier à la fatigue cardiaque et aux asthénies fonctionnelles.

Usage externe : En diffusion, pour un effet relaxant et positivant. En massage pour soulager les varices.

Usage interne : 1 à 2 gouttes 2 à 3 fois par jour contre la fatigue cardiaque.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : SAN011

Huile essentielle SAPIN BAUMIER BIO (*Abies balsamea L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Aiguilles

MODE DE CULTURE : Biologique

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Canada

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, camphène, 3-carène, limonène. Esters terp. : acétate de bornyle. Céto-esters sesquiterp. : juvabione.

PARFUM : Odeur typique fraîche d'aiguilles de résineux, d'une grande originalité.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le sapin baumier est issu de la famille des Pinacées. Il est aussi appelé "arbre de Noël" et ce n'est pas une coïncidence ! Au Canada, son pays d'origine, il peut mesurer jusqu'à 50 m de hauteur. C'est le plus vigoureux des résineux. Les Amérindiens connaissent depuis longtemps les avantages que l'on peut tirer de cet arbre. Ils utilisaient sa résine, ses aiguilles et ses bourgeons, et fabriquaient une gomme appelée le Baume du Canada, encore employé aujourd'hui en dentisterie. Le sapin baumier fournit aussi la térébenthine pharmaceutique (différente de celle vendue en quincaillerie !) qui traite les affections des voies respiratoires.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de sapin baumier résulte de la distillation des aiguilles du conifère. Cette huile possède des vertus thérapeutiques confirmées par la Commission E (une commission allemande qui effectue des recherches afin de pouvoir prouver l'efficacité des plantes dites médicinales). L'huile essentielle de sapin baumier a un fort pouvoir antiseptique aérien. Elle est recommandée en cas de bronchite, de rhume, de grippe ou d'angine. Ses vertus expectorantes permettent de fluidifier les sécrétions bronchiques et sa propriété anti-infectieuse la rend efficace contre les sinusites et les rhinites. L'huile de sapin baumier est également antispasmodique, elle lutte contre l'aérophagie et les douleurs gastriques et abdominales. Au niveau de l'appareil digestif, elle est recommandée pour traiter les affections des voies urinaires, de la vessie, et empêche l'inflammation des muqueuses. Grâce à ses vertus anti-inflammatoires, l'huile de sapin baumier apaise les douleurs rhumatismales, arthritiques et névralgiques. Il faut noter enfin son pouvoir cicatrisant sur les blessures, coupures et ulcères cutanés.

Usage externe : En inhalation, 30 gouttes dans un bol d'eau bouillante contre les infections respiratoires. En bain, 30 gouttes diluées dans du savon liquide contre les infections respiratoires et les douleurs articulaires et rhumatismales.

Usage interne : Diluées dans de l'eau, 4 gouttes 3 fois par jour contre les infections des voies respiratoires ou urinaires.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Ne pas diffuser cette huile (comme toute autre huile de conifère) en présence d'enfants de moins de 3 ans. Ne pas prolonger l'utilisation de cette huile dans le temps.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : SAP001

Huile essentielle **SARRIETTE DES MONTAGNES** (*Satureja montana L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Albanie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha thujène, alpha et bêta pinènes, camphène, sabinène, myrcène, delta-3-carène, delta-4-carène, alpha phellandrène, alpha et gamma terpinènes, paracymène, limonène, terpinolène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, alpha humulène, aromadendrène, bêta bisadolène, alpha et gamma cadinènes, calacorène. Alcools non terp. : octène-1-ol-4. Monoterpénols : linalol, cis- et trans-thujanol-4, terpinène-1-ol-4, alpha terpinéol, géraniol, myrténol,

bornéol. Esters terp. : acétates de linalyle, de terpényle, de terpinényle et de géranyle. Phénols : thymol, carvacrol, eugénol. Phénols méthyl-éthers : carvacrol M.E. Oxydes terp. : 1,8-cinéole, caryophyllène oxyde. Cétones : camphre (tr.). Composés azotés : damascénone.

PARFUM : Sec et légèrement camphré, rappelant les herbes de Provence (thym, romarin).

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, la Sarriette des montagnes, connue aussi sous le nom de Sarriette vivace, est une plante buissonneuse qui est cultivée dans le bassin méditerranéen (Espagne, Sud de la France, Yougoslavie, Maroc...). Connue depuis l'Antiquité comme condiment, la Sarriette des montagnes était appelée la sauce des pauvres gens. Elle est entrée dans la pharmacopée au XVI^e siècle et en est sortie en 1965. Si elle a joui d'un grand prestige autrefois, elle est encore présente dans la composition de diverses liqueurs digestives et de certains vulnéraires.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Sarriette des montagnes est un anti-infectieux très puissant, surtout spécifique des infections intestinales et génito-urinaires, et des infections à répétition, telles que : angine, tuberculose, les parasitoses, les colites infectieuses, les diarrhées, les mycoses buccales et les infections cutanées. Son action est très physique et puissante. Elle stimule et renforce l'immunité et est toute indiquée contre l'asthénie et la fatigue nerveuse. C'est une des plantes les plus toniques. On dit volontiers qu'elle promet une vie longue à celles et ceux qui en prennent régulièrement.

Usage externe : En application sur les lésions (ne pas déborder sur la peau saine). A utiliser à faible dose, eu égard à la causticité des phénols vis-à-vis des muqueuses.

Usage interne : 1 à 2 gouttes deux ou quatre fois par jour très diluées.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indiquée en usage externe sauf très localisée (dermocaustique).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : SAR001

Huile essentielle SAUGE LAVANDULIFOLIA (*Salvia lavandulifolia*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventiennel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha thujène, alpha et bêta pinènes, camphène, sabinène, myrcène, limonène, cis- et trans-ocimènes, allo-ocimènes. Sesquiterpènes : alpha cubébène, alpha copaène, alpha gurjunène, cis- et trans-alpha-bergamotènes, bêta caryophyllène, alpha humulène, aromadendrène, allo-aromadendrène, delta cadinène, curcumène. Hydrocarbures : alpha-p-diméthylstyrène. Monoterpénols : linalol, terpinène-1-ol-4, alpha et delta terpinéol, trans-thujanol-4, sabinol,

bornéol, nérol, géraniol. Sesquiterpénols. Esters terp. : acétates de linalyle, de bornyle, de sabinyle et de terpényle. Oxydes terp. : 1,8-cinéole. Monoterpénonnes : camphre.

PARFUM : Odeur fraîche et épicée, d'herbe avec des tonalités camphrées sous-jacentes.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, la Sauge est une plante herbacée originaire d'Europe méridionale, poussant aussi en Afrique du Nord et en Russie. Son nom latin "Slavia" signifie "sauver". La Sauge a longtemps été considérée comme la panacée universelle. C'est une herbe de santé et une herbe sacrée ! D'ailleurs un dicton populaire nous dit : "Qui a de la Sauge dans son jardin, n'a pas besoin de médecin".

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La Sauge lavandulifolia est en fait une Sauge à feuilles de lavande. Son huile essentielle est anti-infectieuse et expectorante. Elle resserre les tissus, modère les sécrétions, cicatrise les plaies et prévient les inflammations dans les cas d'hémorragies, de diarrhées... Elle est également tonique et préconisée en cas de "refroidissement".

Usage externe : En friction et en massage diluée dans une huile végétale (le jojoba par exemple).

Usage interne : 1 à 2 gouttes deux à trois fois par jour, pures ou diluées.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Contre-indications non connues.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : SAU001

Huile essentielle SAUGE SCLARÉE (*Salvia sclarea* L.)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Russie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, camphène, myrcène, limonène, cis- et trans-ocimènes, allo-ocimène, paracymène, terpinolène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, bêta gurjunène, germacrène D, curcumène, trans-calaménène. Alcools non terp. : cis-3-hexen-1-ol, n-pentanol, 3-octanol, furfurol. Monoterpénols : linalol, terpinène-1-ol-4, alpha terpinéol, trans-bêta-terpinéol, citronnellol, nérol, géraniol, bornéol, isobornéol, thujol, p-cymène-8-ol. Sesquiterpénols :

spathuléol, junéol, alpha bisabolol, 10-épi-gamma-eudesmol, bêta eudesmol, caryophyllénol I et II. Diterpénols : diols : sclaréol. Esters terp. : acétates de linalyle, de 1,2-dyhydroxylinalyle, de terpényle, de terpinényle, de citronnellyle, de néryle, de géranyle et de bornyle, propionates, butyrates, valérates. Monoterpénoïdes bifonctionnels : alcool, esters, cétone et époxy dérivés de l'ac. de linalyle. Ethers : méthyl-héxyl-éther. Oxydes : 1,8-cinéole, linalol oxyde, caryophyllène oxyde, caryophyllène époxyde, 2-pentyl-furane, furano-mono et sesquiterpènes, 1,5-époxy-salvial-4(14)-ène, sclaréol oxyde, manool oxyde. Cétones non terp. et terp. mono et sesquiterp. : 6,10,14-triméthylpentadécane-2-one, alpha et bêta thujones, salvial-4(14)-ène-1-one. Aldéhydes : tr.-2-hexanal, 2-aldéhydes dérivés du curcumène, caryophyllénals. Trans-lactones. Coumarines : coumarine. Sesquiterpènes soufrés : mintsulfide.

PARFUM : Belle odeur musquée et noisettée, naturelle et éclatante, aussi forte qu'agréable.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Lamiacées, la Sauge est une plante herbacée originaire d'Europe méridionale, poussant aussi en Afrique du Nord et en Russie. Son nom latin "Slavia" signifie "sauver". La Sauge a longtemps été considérée comme la panacée universelle. C'est une herbe de santé et une herbe sacrée ! D'ailleurs un dicton populaire nous dit : "Qui a de la Sauge dans son jardin, n'a pas besoin de médecin".

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La Sauge sclarée est préconisée contre le stress. Antidépresseur, parfois euphorisante, elle permet de réguler le système nerveux et agit contre dépression, anxiété, fatigue et tous les troubles dus au stress. C'est également un relaxant musculaire puissant, soulageant inflammations et douleurs musculaires. On l'utilise aussi en cas d'absence ou d'insuffisance de menstruation et contre les troubles prémenstruels, ainsi qu'en période de pré-ménopause. Détoxicante, elle participe à la lutte contre le vieillissement cellulaire et favorise la croissance du cheveu.

Usage externe : En friction et en massage diluée dans une huile végétale (le jojoba par exemple).

Usage interne : 1 à 2 gouttes deux à trois fois par jour, pures ou diluées.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Toxique à fortes doses. Ne pas utiliser pendant une grossesse. A ne pas associer avec de l'alcool, la Sauge pouvant enivrer, et provoquer nausées, vertiges et cauchemars. En excès, peut causer des maux de tête. Ne pas absorber par voie buccale.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : SAU011

Huile essentielle TANGERINE (*Citrus reticulata* Blanco)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Zestes
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Expression
PROVENANCE : Brésil

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Fraction volatile : Monoterpènes : limonènes (65-94 %). Alcools non terp. : nonanol (0,1 %), octanol (0,09 %). Monoterpénols : citronnellol (0,01-0,5 %), linalol (0,03-6,1 %). Esters arom. : acétate de benzyle. Composés azotés (esters) : n-anthranilate de méthyle (0-0,85 %), anthranilate de diméthyle (0,9 %). Ald. non terp. : décanal (0,04-0,9 %). Coumarines et furocoumarines. Fraction non volatile : flavonoïdes, caroténoïdes, stéroïdes, coumarines et furocoumarines.

PARFUM : Odeur puissante, citronnée, fraîche, éclatante, légèrement suave et douce.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Le mandarinier est issu de la famille des Rutacées (agrumes). Il est cultivé sur les rives de la Méditerranée, surtout en Italie, mais aussi au Moyen-Orient, ainsi qu'en Amérique du Nord et du Sud. La variété tangerine est plutôt originaire d'Amérique.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de tangerine a l'avantage d'être relaxante, anxiolytique et légèrement sédative sur l'ensemble du système nerveux. Elle a donc un effet anti-spasmodique, et peut soulager l'insomnie et réduire ainsi le stress. C'est aussi un excellent désinfectant aérien, grâce à son parfum agréable, qui convient bien aux enfants et aux nourrissons qui aiment s'endormir avec son odeur douce et vivante. L'huile essentielle de tangerine a d'autre part la propriété d'être tonique digestive. Elle calme les angoisses ainsi que les indigestions nerveuses, la constipation et le hoquet, en soulageant les crampes et les spasmes intestinaux. Elle stimule également la production de bile et augmente l'appétit. Les soucis digestifs du nouveau-né (coliques, vomissements) peuvent en être fortement diminués. On peut enfin souligner son action préventive contre les vergetures et les cicatrices, en association avec la lavande.

Usage externe : Il faut éviter tout usage externe, sauf localisé, car l'huile essentielle de tangerine est photosensibilisante, ce qui la rend dangereuse en cas d'exposition au soleil. En massage pour la tension nerveuse et pour la rétention d'eau et la cellulite. En compresses pour les rhumatismes.

Usage interne : 2 à 4 gouttes d'huile essentielle de tangerine dans une tisane pour les troubles du sommeil, ou 1 goutte (+ 1 goutte de citron) sur un comprimé 2 à 3 fois par jour.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Eviter l'usage externe sauf localisé, car l'huile de tangerine est photosensibilisante ; l'exposition au soleil est donc à proscrire pendant 6 heures après le massage.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : TAN001

Huile essentielle TEA-TREE Sauvage (*Melaleuca alternifolia*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Indonésie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, myrcène, alpha et gamma terpinènes, paracymène, limonène, terpinolène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, aromadendrène, allo-armadendrène, viridiflorène, alpha et delta cadinènes. Alcools monoterp. : terpinène-1-ol-4, alpha terpinéol, bêta terpinéol (tr.), p-cyménol-8, cis- et trans-thujanol-4 (tr.). Alcools sesquiterp. : globulol, viridiflorol. Oxydes terp. : 1,4-cinéole, 1,8-cinéole, époxycaryophyllène II.

PARFUM : Frais, arôme de résine, légèrement moisi, exploité en parfumerie.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myrtacées, le Tea-tree est également connu sous le nom de "Melaleuca" et plus communément "Arbre à thé". Cet arbuste est originaire du Nord de l'Australie. Il peut atteindre 6 mètres de haut et est utilisé par les aborigènes d'Australie depuis 3000 ans. Les Australiens l'utilisaient très souvent comme antiseptique universel avant l'avènement des antibiotiques.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Tea-tree possède un pouvoir curatif important : antiseptique puissant, anti-infectieux majeur, antibactérien à large spectre et immunostimulant, elle est active contre les bactéries, virus et mycoses, mais aussi très intéressante pour lutter contre les infections digestives, uro-génitales et respiratoires. En application externe, elle est aussi anti-inflammatoire et désinfectante.

Usage externe : En applications locales sur des zones limitées de l'épiderme et pour prévenir l'expansion d'une infection.

Usage interne : En inhalation pour apaiser gripes, bronchites ou encore maux de tête.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : TEA001

Huile essentielle TEA-TREE Sauvage (*Melaleuca alternifolia*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Australie

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha et bêta pinènes, myrcène, alpha et gamma terpinènes, paracymène, limonène, terpinolène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, aromadendrène, allo-armadendrène, viridiflorène, alpha et delta cadinènes. Alcools monoterp. : terpinène-1-ol-4, alpha terpinéol, bêta terpinéol (tr.), p-cyménol-8, cis- et trans-thujanol-4 (tr.). Alcools sesquiterp. : globulol, viridiflorol. Oxydes terp. : 1,4-cinéole, 1,8-cinéole, époxycaryophyllène II.

PARFUM : Frais, arôme de résine, légèrement moisi, exploité en parfumerie.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Myrtacées, le Tea-tree est également connu sous le nom de "Melaleuca" et plus communément "Arbre à thé". Cet arbuste est originaire du Nord de l'Australie. Il peut atteindre 6 mètres de haut et est utilisé par les aborigènes d'Australie depuis 3000 ans. Les Australiens l'utilisaient très souvent comme antiseptique universel avant l'avènement des antibiotiques.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Tea-tree possède un pouvoir curatif important : antiseptique puissant, anti-infectieux majeur, antibactérien à large spectre et immunostimulant, elle est active contre les bactéries, virus et mycoses, mais aussi très intéressante pour lutter contre les infections digestives, uro-génitales et respiratoires. En application externe, elle est aussi anti-inflammatoire et désinfectante.

Usage externe : En applications locales sur des zones limitées de l'épiderme et pour prévenir l'expansion d'une infection.

Usage interne : En inhalation pour apaiser gripes, bronchites ou encore maux de tête.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication connue à ce jour.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : TEA011

Huile essentielle THYM DOUX LINALOL Sauvage (*Thymus vulgaris L. linaloliferum*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes (faible %). Monoterpénols : linalol (60 à 80 %), terpinène-1- α -4. Esters terp. : acétate de linalyle (% faible).

PARFUM : Odeur puissante, chaleureuse, douce, avec une note phénolique médicinale.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Issu de la famille des Lamiacées, le thym doux est cultivé sur les reliefs de la Haute-Provence, à partir de 500 m. Il évoque à lui seul la garrigue et la cuisine méditerranéennes. L'huile essentielle de thym doux linalol doit être distillée à deux reprises pour atteindre cette douceur qui la distingue des autres essences de thym.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de thym est un anti-infectieux doux, c'est pourquoi elle est préconisée pour les soins des enfants (infections cutanées et muqueuses). Elle a des vertus antiseptiques, anti-microbiennes et anti-bactériennes, ainsi que des propriétés fongicides et vermifuges (par exemple pour le ténia, l'ascaris ou l'oxyure). Elle est très efficace contre tous les problèmes de peau comme l'eczéma, le psoriasis, les verrues, les brûlures légères, les furoncles, les abcès ou l'herpès (mais il faut prendre garde à bien diluer l'essence qui serait trop irritante à l'état pur). L'essence de thym est également tonique, en particulier neurotonique, ce qui la rend immunostimulante et légèrement antispasmodique. Elle a aussi une action stimulante sur la digestion, et aide à l'élimination de gênes gastriques (flatulences, spasmes, infections). Elle est donc très indiquée et efficace en cas de stomatite, de gastrite, d'entéocolite, de colite. L'huile essentielle de thym agit en outre sur les infections des bronches et des voies respiratoires en général. Elle peut soulager les bronchites, pleurésies ou sinusites, la coqueluche et la tuberculose. Citons enfin ses effets positifs qui aident à surmonter la fatigue nerveuse.

Usage externe : L'huile essentielle de thym doux est un vasodilatateur en usage externe : il agira sur l'asthme et autres encombrements bronchiques. En ajoutant 2 à 3 gouttes à l'huile de massage, pour un rhume ou une toux. En cataplasme, en mélangeant 3 gouttes à de la crème fraîche, pour traiter les infections urinaires.

Usage interne : 1 goutte (+ 1 goutte de ravensare) sur un comprimé 4 à 5 fois par jour pour une rhino-pharyngite. 1 goutte (+ 1 goutte de citron + 1 goutte d'Aneth) 3 fois par jour pour une fatigue prolongée.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Eviter pendant la grossesse, et en cas d'hypertension artérielle. En dilution, ne jamais dépasser 0,5 à 1 % du remède. Ne jamais prolonger le remède.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : THY001

Huile essentielle THYM ROUGE Sauvage (*Thymus zygis* Loefl.)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Plantes entières

MODE DE CULTURE : Sauvage

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Espagne

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Thymol, paracymène, gamma-terpinène.

PARFUM : Odeur puissante et herbacée, à l'impact très fort.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Les variétés de thym sont nombreuses et se distinguent essentiellement par leur puissance d'effet. Le thym rouge fait partie des thyms forts, avec le thym noir. Il est issu de la famille des Labiées, et provient de France, d'Espagne, du Maroc et de la Grèce. C'est une plante herbacée vivace, qui aime le soleil et qui répand une odeur typiquement méditerranéenne, et qui a de tous temps accompagné la vie quotidienne pour des usages médicaux, cosmétiques et bien entendu culinaires. Son arôme très fort était utilisé pour embaumer les morts, pour désinfecter l'air, ou pour aromatiser certains aliments.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

Aujourd'hui encore il est utilisé à différents effets : pour les cosmétiques, pour les produits d'hygiène bucco-dentaire, et enfin pour traiter la toux, la bronchite (son efficacité a été prouvée par des recherches scientifiques). Ses emplois sont aussi nombreux que variés. Le principe actif essentiel de l'huile essentielle de thym rouge est le thymol, lequel est d'une grande efficacité concernant les bactéries et les virus. C'est pourquoi cette essence peut être employée contre l'herpès, les inflammations ou infections des muqueuses, les blessures cutanées, la laryngite ou la stomatite, ainsi que contre les caries dentaires et les gingivites. Elle agit aussi sur la coqueluche, la bronchite, et toute infection des voies respiratoires. Elle est également stimulante et aide à combattre la fatigue nerveuse, elle apaise les anxiétés et soulage les insomnies. Elle stimule non seulement le psychique mais également le physique, en agissant sur la production de globules blancs, et en améliorant la circulation sanguine.

Usage externe : Prendre garde à toujours diluer l'huile essentielle de thym rouge avant tout usage externe, car celle-ci est très dermo-caustique. Il suffira par exemple de 5 à 8 gouttes dans un bain pour réduire le stress et apaiser les douleurs musculaires ou rhumatismales.

Usage interne : Usage cutané et respiratoire déconseillé.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Possibilité d'allergie. Ne pas poursuivre le traitement de façon prolongée. Bien veiller à choisir la bonne variété de thym. Contre-indiquée en cas d'hypertension et pour les enfants.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : THY011

Huile essentielle VALÉRIANE (*Valeriana officinalis L.*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Racines, rhizomes

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Corée du Sud

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : alpha-pinènes, camphène. Sesquiterpènes : bêta-caryophyllène, azulène. Monoterpénols : géraniol, alpha-terpinéol, bornéol. Esters terp. : acétate, formiate, butyrate et isovalérate de bornyle. Sesquiterpénals : valéral. Sesquiterpénones : valéranone (existence d'un chénotype sans valéranone). Acides : ac. isovalérique et acétoxyvalérique.

PARFUM : L'odeur des racines de la valériane et de ses fleurs fanées semblait si fétide au nez des Grecs qu'ils lui donnèrent le nom de "Phu".

HISTORIQUE ET ORIGINE :

La Valériane et la famille des Valérianacées sont originaire d'Europe et d'Asie du Nord, et se sont étendues jusqu'en Amérique du Nord, car elles aiment les sols humides. Dans l'Antiquité, la valériane était employée pour traiter l'insomnie, les palpitations, la tachycardie. A la Renaissance, en Europe, elle servait à calmer les crises d'épilepsie et la nervosité. Elle a été si couramment utilisée qu'on lui connaît une multitude de petits noms comme "herbe aux chats", "herbe aux coupures", "herbe du loup", et même "Guérit-tout".

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La propriété principale de l'huile essentielle de valériane est d'être sédatrice ; tranquillisante. Elle a une action importante sur la fréquence de la respiration, et sur l'activité motrice, ce qui lui permet d'intervenir dans les cas d'agitation, d'anxiété et de difficulté à se concentrer. Elle calme le système nerveux et les spasmes, et favorise le sommeil. Elle est donc dotée d'une grande valeur thérapeutique, et peut s'appliquer efficacement sur des cas neurasthénie, ou de tachycardie, puisqu'elle sert de régulateur psychique et cardiaque. L'essence de valériane a enfin un effet hypothermisant, on peut l'utiliser pour faire baisser la fièvre. Elle permet donc de faire baisser à la fois la tension nerveuse, la tension artérielle et le rythme cardiaque. Notons que grâce à ces effets tranquillisants, elle peut favoriser l'arrêt du tabagisme, ou encore atténuer les spasmes digestifs douloureux.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : L'usage de l'huile essentielle de valériane est déconseillé chez la femme enceinte. A hautes doses, la valériane peut provoquer des somnolences. En raison des effets sédatifs, l'utilisation d'outils ou de véhicules est déconseillée.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : VAL001

Huile essentielle VERVEINE CITRONNÉE (*Lippia citriodora*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Feuilles, rameaux

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Equateur

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Monoterpènes : limonène. Sesquiterpènes : bêta caryophyllène, germacrène D, alpha farnésène, alpha curcumène. Alcools aliph. : octène-1-ol-3. Monoterpénols : alpha terpinéol, citronnellol, nérol, géraniol. Sesquiterpénols : nérolidol, spathulénol, caryophylladiénols I, II et III. Esters terp. : acétates de néryle et de géranyle. Aldéhydes : citrals : néral et géranial, photocitrals et épiphocitrals. Oxydes terp. : 1,8-cinéole, epoxycaryophyllène, bêta caryophyllane oxyde. Furocoumarines (tr.).

PARFUM : Odeur citronnée.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Verbénacées, la Verveine citronnée porte aussi le nom de "Verveine odorante". Originnaire d'Afrique du Nord et d'Amérique du Sud, elle doit son nom latin "Lippia" en hommage au Dr Lippi, botaniste-voyageur né à Paris en 1678 et assassiné en 1704.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle de Verveine citronnée est très intéressante, car elle possède de multiples usages thérapeutiques. Médicalement la plante est, tout à la fois : analgésique, antibactérienne, antifongique, anti-inflammatoire, antispasmodique, hypotensive et sédative. Seule ombre au tableau, cette huile essentielle est aussi puissante que ne l'est son prix.

Usage externe : Conseillée pour les bains antirhumatismaux, ou en massage sur les articulations arthritiques.

Usage interne : 2 à 3 gouttes d'huile essentielle diluées dans une tisane le soir après le repas.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication aux doses physiologiques, mais éviter la voie cutanée en raison des furocoumarines.

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : VER001

Huile essentielle VETIVER (*Vetiveria zizanoides* STAPF)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Racines, rhizomes

MODE DE CULTURE : Conventionnel

MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau

PROVENANCE : Java

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpènes : vétivène, tricyclovétivène, vétivazulène. Sesquiterpénols : vétivénol, tricyclovétivénol. Esters sesquiterpéniques : acétate de vétivényle. Sesquiterpénones : alpha-vétivones et bêta-vétivones.

PARFUM : Odeur assez lourde, boisée, à la fois sucrée et acide, avec une petite note de moisi. Caractère assez masculin.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

De la famille des Poaceae, le vétiver (ou vétyver), aussi appelé "chiendent des Indes", est cultivé en Indonésie, à la Réunion, à Haïti, au Brésil, au Chili et en Angola. Il a inspiré de nombreux parfumeurs, et est utilisé dans divers domaines, comme l'industrie alimentaire en tant que conservateur. Il a longtemps été considéré comme un tranquillisant.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

La caractéristique principale de l'huile essentielle de vétiver est sa propriété immunostimulante qui permet de renforcer les défenses de l'organisme. Elle peut également soulager les tensions nerveuses car elle apporte la relaxation et le réconfort. Elle est donc indiquée en cas de stress et d'insomnie. Ses vertus antiseptiques la rendent efficace face aux infections en général, à l'urticaire, à l'acné, aux lésions de la peau et aux petites blessures. Forte de ses propriétés toniques stimulantes (aux niveaux glandulaire et circulatoire), elle est utilisée en massage pour traiter les coronarites et les vascularites, et même pour des insuffisances pancréatiques ou hépatiques.

Usage externe : Pure sur les lésions acnéiques en compresse. Mélangée avec des huiles synergétiques comme le baume de copaïba ou la lavande pour des lotions de types après-rasage. En massage contre le stress et pour la circulation.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : Aucune contre-indication aux doses physiologiques. A noter que ce produit est souvent imité.

CONDITIONNEMENT :

REF. : VET001

Huile essentielle YLANG-YLANG EXTRA (*Cananga odorata (Baill.) Hook. et Thom. f. genuina*)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Comores

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpènes : alpha-farnésène. Alcools monoterp. et arom. : (-)-linalol (55 %), al. benzylique. Alcools sesquiterp. : farnésol. Esters : acétates de géranyle (5 %) et de benzyle (10 %), benzoate de benzyle. Phénols : p-crésol. Phénols méthyl-éthers : p-crésol M.E. (15 %).

PARFUM : Odeur très florale, suave, très douce, tenace et presque narcotique, avec une note de jasmin.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Importé d'Indonésie, l'arbre d'Ylang-Ylang, de la famille des Anonacées, est cultivé aux Comores, à Madagascar et à la Réunion. Le nom de l'Ylang-Ylang signifie en malais "Fleur des Fleurs". La fleur est cueillie sur des arbres de 25 m de haut et peut être rose, mauve ou jaune. Elle est ancestralement appréciée et utilisée pour la douceur et la force régénérante qu'elle procure à la peau et aux cheveux. La qualité appelée extra de l'huile essentielle d'Ylang-Ylang est la plus prisée par les parfumeurs car c'est également la plus odorante, et cette essence est très employée en cosmétique et en parfumerie.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle d'Ylang-Ylang a des vertus apaisantes qui agissent à plusieurs niveaux. Elle est d'abord antispasmodique, et réduit la tachycardie, de même qu'elle réduit la tension artérielle. C'est un puissant tranquillisant qui soulage de nombreux troubles liés au stress. De cette façon, l'essence d'Ylang-Ylang contribue à l'épanouissement sexuel, non seulement du fait de sa réputation d'aphrodisiaque, mais plus précisément parce qu'elle est une tonique hormonale. Elle joue encore un grand rôle équilibrant au niveau des hormones et des sécrétions de sébum, ce qui en fait un allié très efficace contre les problèmes de peau sèche ou grasse, ou les problèmes de cheveux abîmés. L'Ylang-Ylang a aussi l'avantage d'équilibrer les problèmes de diabète, et d'agir sur les infections intestinales.

Usage externe : Friction du cuir chevelu : 2 gouttes (+ 2 gouttes de romarin) dans de l'huile végétale de noisette ou d'amande, pour les chutes de cheveux. Quelques gouttes dans l'eau du bain. En massage : 10 à 20 gouttes par jour en massage des plexus.

Usage interne : 2 gouttes 3 à 4 fois par jour diluées.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A utiliser en forte dilution (1 %). Ne pas utiliser en trop grande quantité (risque de maux de tête et de nausées).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : YLA001

Huile essentielle YLANG-YLANG PREMIERE (*Cananga odorata* (Baill.) Hook. et Thom. f. genuina)



PARTIE(S) UTILISÉE(S) : Fleurs, sommités fleuries
MODE DE CULTURE : Conventionnel
MÉTHODE D'EXTRACTION : Distillation à la vapeur d'eau
PROVENANCE : Comores

PRINCIPAUX CONSTITUANTS : Sesquiterpènes : alpha-farnésène. Alcools monoterp. et arom. : (-)-linalol (55 %), al. benzylique. Alcools sesquiterp. : farnésol. Esters : acétates de géranyle (5 %) et de benzyle (10 %), benzoate de benzyle. Phénols : p-crésol. Phénols méthyl-éthers : p-crésol M.E. (15 %).

PARFUM : Odeur similaire à celle de l'extra, un peu moins puissante, florale, suave, très douce, tenace, avec une note de jasmin.

HISTORIQUE ET ORIGINE :

Importé d'Indonésie, l'arbre d'Ylang-Ylang, de la famille des Anonacées, est cultivé aux Comores, à Madagascar, à la Réunion. Le nom de l'Ylang-Ylang signifie en malais "Fleur des Fleurs". La fleur est cueillie sur des arbres de 25 m de haut et peut être rose, mauve ou jaune. Elle est ancestralement appréciée et utilisée pour la douceur et la force régénérante qu'elle procure à la peau et aux cheveux. La qualité appelée extra de l'huile essentielle d'Ylang-Ylang est la plus prisée par les parfumeurs car c'est également la plus odorante, et cette essence est très employée en cosmétique et en parfumerie. Il existe trois autres qualités d'huile d'Ylang-Ylang, classées selon le temps de distillation qu'elles ont subi : première, deuxième et troisième. L'odeur de la troisième est plus douce, plus boisée et balsamique, et plus tenace.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS PRINCIPALES :

L'huile essentielle d'Ylang-Ylang première a des vertus apaisantes qui agissent à plusieurs niveaux. Elle est d'abord antispasmodique, et réduit la tachycardie, de même qu'elle réduit la tension artérielle. C'est un puissant tranquilisant qui soulage de nombreux troubles liés au stress. De cette façon, l'essence d'Ylang-Ylang contribue à l'épanouissement sexuel, non seulement du fait de sa réputation d'aphrodisiaque, mais plus précisément parce qu'elle est une tonique hormonale. Elle joue encore un grand rôle équilibrant au niveau des hormones et des sécrétions de sébum, ce qui en fait un allié très efficace contre les problèmes de peau sèche ou grasse, ou les problèmes de cheveux abîmés. L'Ylang-Ylang a aussi l'avantage d'équilibrer les problèmes de diabète, et d'agir sur les infections intestinales.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI : A utiliser en forte dilution (1 %). Ne pas utiliser en trop grande quantité (risque de maux de tête et de nausées).

CONDITIONNEMENT : flacon Verre teinté et compte-gouttes

REF. : YLA011