

HUILES ESSENTIELLES MUSCLES ARTICULATIONS

HE	FAMILLES	PROPRIETES	INDICATIONS
COMBAWA petit grain « <i>Citrus hystrix</i> DC. » <i>feuilles, petits fruits</i> .CT citronellal, citronellol, acétate de citronellyle	ALDEHYDES TERPENIQUES +++ MONOTERPENOLS + ESTERS +	Anti-inflammatoire Antalgique Tonique digestif S3C Sédatif, calmant SNC	Rhumatismes Douleurs articulations, muscles, tendons. Inflammations B-dentaires. Anxiété, insomnie, Répulsif insectes
BAUME de copahu (Copaïba) « <i>copaiba officinalis</i> » CT beta caryophyllene, acide copaïvique	SESQUITERPENES +++ ACIDES +	AI Antalgique Cicatrisant	Potentialise action autres HE, Arthrose, arthrite, tendinite, entorse, rhumatisme, douleurs articulaires, eczéma+++
EPINETTE noire « <i>Picea mariana</i> » CT camphene, alpha-pnène, acétate de bornyle, delta 3 carène	MONOTERPENES +++ ESTERS ++	AI Antalgique DB AS+++ tonique	Raideurs muscles + courbatures, spasmes muscles lisses, fatigue : cortisol +++ /!\ cortisone like Ø hyperthyroïdie
EUCALYPTUS citronné « <i>Eucalyptus citriodora</i> » CT citronnelal, citronnelol, linalol	ALDEHYDES TERPENIQUES +++ MONOTERPENOLS +	AI Antalgique AIF Insectifuge @SophieMastrantuono	Trauma aigus ; Arthrose, arthrite, tendinites, entorse, Rhumatismes, douleurs articulaires, Zona mycose
GAULTHERIE Odorante /!\Chaud « <i>Gaultheria procubens</i> » CT salicylate de methyl Ø AVK	ESTERS +++ MONOTERPENES ++	AI Antalgique Révulsif	Trauma aigus / chroniques ; Prép sport, douleurs muscles et articulations
HELICHRYSSE « <i>Helichysum italicum</i> » CT italidione, curcumène, acétate de néryle Ø AVK	CETONES +++ ESTERS +	AI Antalgique, Vulnérable, MEC, DVL anti-hématome, lipolytique, cicatrisant	Bleus formés (fibrinolyse), coups, Arthrose, circulation, jambes lourdes, varices, syndrome de Raynaud
LAURIER NOBLE « <i>Laurus nobilis</i> » CT 1-8 cinéole, linalol, gamma-terpényle	OXYDES +++ ESTERS ++ MONOTERPENOLS +++ MONOTERPENES +	MEC +++ AIF +++ AS + Relaxant AI Antalgique	Bronchite, toux grasse, infections+++ Douleurs aigues +++ , muscles. Cicatrices, Stress+++ mangeur d'ac. lactique
LAVANDIN GROSSO /!\ Froid « <i>Lavendula X burnatii</i> » CT acétate de linalyle, camphre	MONOTERPENOLS +++ ESTERS +++ CETONES ++ MONOTERPENES +	AI Antalgique AS Anti-stress décontracturant	Contractures, Douleurs aigues +++ , muscles, Cicatrices, stress
MENTHE POIVREE /!\ Froid « <i>Mentha pipéríta</i> » CT menthol, menthone	CETONES +++ ESTERS + MONOTERPENOLS +++	AI Antalgique, Anti prurit, AIF, TD (S3C) Tonique cardiaque nerveux	Douleurs aigues +++ , coups, migraines, nausées ; gaz, fatigue
PIN SYLVESTRE « <i>pinus sylvestris</i> » CT pinènes, limonène, camphre	MONOTERPENES +++ SESQUITERPENES +	AI Antalgique DB, DVL	Bronches arthrose, stress Douleurs, fatigue, toux /!\ cortisone like
ROMARIN Camphré « <i>rosmarinus officinalis</i> L. <i>camphoriferum</i> » CT alpha pinène, camphre	MONOTERPENES +++ CETONES ++ OXYDES ++	AI Antalgique, Décontracturant, mange Ac. lactique	Courbatures, crampes, douleurs aigues, dynamisant
LEGENDE	AI inflammatoire, AIF anti-infectieux, AB antibactérien, TD : tonique digestif AS antispasmodique, AV antiviral	AF antifongique, AP antiparasitaire IS immunostimulant, (S3C) stomachique, cholagogue, cholérétique	DVL décongestionnant veineux lymphatique DB décongestionnant bronchique MEC mucolytique expectorant anticatharal