



FAMILLE BOTANIQUE : **Lamiacées**

ORIGINE : **Vietnam**

Organe producteur : **Parties aériennes**

Spécificité biochimique : **Méthylchavicol (90%)**

## Botanique

Le Basilic tropical ou Basilic exotique est une plante de petite taille aux feuilles épaisses et arrondies qui aime la chaleur et l'humidité. Ses fleurs sont petites et blanches. Originaire d'Inde, elle est aussi cultivée au Vietnam.

L'huile essentielle est obtenue par distillation à la vapeur d'eau des parties aériennes fraîches.

## Propriétés & indications

**Antispasmodique** indiqué pour :

- les crampes d'estomac
- les coliques
- les douleurs des règles

**Sédatif** indiqué pour :

- les difficultés d'endormissement
- les réveils nocturnes
- les insomnies

## Posologies

**Voie orale**

- Adulte : 2 gouttes, 3 fois par jour
- Enfant > 7 ans : 1 goutte, 2 fois par jour

**Voie cutanée**

- Adulte : 2 à 5 gouttes, 3 fois par jour, pures ou en dilution dans une huile végétale
- Enfant > 7 ans : 2 gouttes, 2 fois par jour, en dilution dans une huile végétale

**En diffusion**

- Non

## Voies d'administration

Voie orale



Voie cutanée



En diffusion



## Conseils d'utilisation

### Troubles du sommeil (adulte)

1 goutte de Basilic tropical sur un comprimé neutre dix minutes avant le coucher  
A renouveler une fois en cas de réveil nocturne

### Crampes d'estomac (adulte)

2 gouttes de Basilic tropical  
Sur un comprimé neutre, 3 fois par jour, avant les repas. 2 jours

### Douleurs de règles

1 goutte de Basilic tropical +  
1 goutte d'Eucalyptus citronné  
Sur un comprimé neutre, 3 fois par jour. 5 jours

## Précautions d'emploi

**Pas d'utilisation prolongée**

**Ne pas diffuser**

**Ne pas utiliser :**

- chez la femme enceinte & allaitante
- chez l'enfant < 7 ans
- en cas d'allergie à l'un des composants de l'huile essentielle

**Utiliser uniquement sur avis de votre pharmacien :**

- en cas d'épilepsie
- en cas d'asthme
- en cas d'insuffisance hépatique

> Demandez conseil à votre pharmacien

## Zoom

Attention, ne pas cuisiner avec l'huile essentielle de Basilic tropical car elle possède une odeur forte et anisée très différente de celle du Basilic vert.