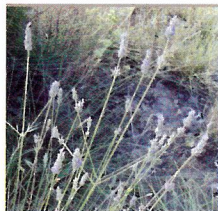


Lavande aspic



FAMILLE BOTANIQUE : **Lamiacées**

ORIGINE : **France**

Organe producteur : **Fleurs**

Spécificité biochimique : **Linalol, 1,8 cinéole, camphre (13%), bisabolène**

Botanique

La Lavande aspic, arbrisseau buissonnant de 60 à 80 cm, se développe en Espagne, en France et au sud de l'Angleterre.

Ses fleurs ont un parfum fortement camphré. Elles apparaissent sur des épis de couleur bleu-violet à l'extrémité de tiges ramifiées.

L'huile essentielle est obtenue par distillation à la vapeur d'eau des sommités fleuries.

Propriétés & indications

Anti-infectieux indiqué pour :

- les rhinites, les sinusites
- les trachéites, les bronchites
- les mycoses cutanées

Fluidifiant indiqué pour :

- les sinusites
- les otites séreuses
- les toux grasses

Posologies

Voie orale

- Adulte : 1 goutte, 3 fois par jour. 7 jours
- Enfant > 12 ans : 1 goutte, 2 fois par jour. 7 jours

Voie cutanée

- Adulte : 2 gouttes, 3 fois par jour, pures ou en dilution dans une huile végétale
- Enfant > 12 ans : 1 goutte, 3 fois par jour, en dilution dans une huile végétale

En diffusion

- Non

Voies d'administration

Voie orale



Voie cutanée



En diffusion



Lavandula spica DC. (Lavandula latifolia Medic.)

Conseils d'utilisation

Acné

1 goutte de Lavande aspic

Application avec un coton tige sur les boutons, 2 à 3 fois par jour

Sinusite chronique (adulte)

1 goutte de Lavande aspic + 1 goutte d'Arbre à thé

Sur un comprimé neutre, 3 fois par jour. 5 jours

Bronchite (adulte)

1 goutte de Lavande aspic + 1 goutte de Niaouli

Sur un comprimé neutre, 3 fois par jour. 5 jours

Précautions d'emploi

Ne pas diffuser

Pas d'utilisation prolongée

Utiliser uniquement sur avis de votre pharmacien :

- chez l'enfant de 7 à 12 ans
- en cas d'asthme

Ne pas utiliser :

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

> Demandez conseil à votre pharmacien

Zoom

Attention, il existe de nombreuses espèces de lavandes qu'il ne faut pas confondre. L'huile essentielle de Lavande aspic contient du camphre, elle ne doit donc pas être utilisée chez les enfants de moins de 7 ans.