



FAMILLE BOTANIQUE : Lamiacées

ORIGINE : Égypte

Organe producteur : Parties aériennes fleuries

Spécificité biochimique : 4-terpinéol, cis thuyan-4-ol

Botanique

La Marjolaine à coquilles est une petite plante ligneuse cultivée en Égypte et en France. Ses feuilles sont ovales, recouvertes d'un fin duvet blanchâtre et ses fleurs possèdent des pétales triangulaires avec une bractée en forme de coquilles.

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

Propriétés & indications

Anti-infectieux indiqué pour :

- les rhinites, les sinusites et les laryngites
- les trachéites, les bronchites aiguës

Tonique général indiqué pour :

- le surmenage intellectuel
- les dépresses
- la fatigue

Antimycosique indiqué pour :

- les mycoses cutanées et unguéales
- les mycoses du cuir chevelu, les pellicules

Posologies

Voie orale

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

Voie cutanée

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

En diffusion

- Quelques gouttes pures ou en association avec d'autres huiles essentielles, 10 minutes par demi heure

Voies d'administration

Voie orale



Voie cutanée



À diluer

En diffusion



Conseils d'utilisation

Fatigue psychique

2 gouttes de Marjolaine, sur un comprimé neutre, 3 fois par jour. 7 jours

Prévention des infections hivernales

1 goutte de Marjolaine +

1 goutte de Niaouli

Sur un comprimé neutre, 3 fois par jour, une semaine par mois

Sinusites

1 goutte de Marjolaine +

1 goutte d'Eucalyptus radié

Sur un comprimé neutre, 3 fois par jour, pendant une semaine

Précautions d'emploi

Ne pas utiliser :

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

Utiliser uniquement sur avis de votre pharmacien :

- chez l'enfant < 7 ans
- en cas d'épilepsie
- en cas d'asthme

> Demandez conseil à votre pharmacien

Zoom

Ne pas confondre la Marjolaine à coquilles (*Origanum majorana*) avec l'Origan compact (*Origanum compactum*) dont les propriétés et la tolérance sont totalement différentes.