

Vetiveria zizanioides

Propriétés

- Lymphotonique, Phlébotonique +++
- Immunostimulante ++
- Stimulante endocrine ++
- Emménagogue ++
- Relaxante, antispasmodique
- Régénérant cutané



Utilisations

- Troubles veineux, circulation sanguine, varices, hémorroïdes, jambes lourdes, œdèmes lymphatiques, rétention d'eau, coronarite, vascularite (voie cutanée)
- Aménorrhée, dysménorrhée, symptômes de la ménopause (voie cutanée)
- Infections cutanées, urticaires, démangeaisons d'origine nerveuse, acné (voie cutanée)
- Cosmétique, parfumerie, savonnerie
- Stress, nervosité, angoisse, sommeil (olfaction/ diffusion/ voie cutanée)
- Troubles addictifs, notamment tabagisme (olfaction)
- Aphrodisiaque (olfaction/ diffusion, voie cutanée)
- Insectifuge (mites)

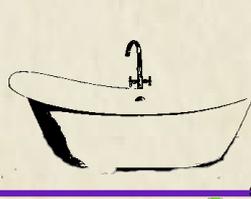
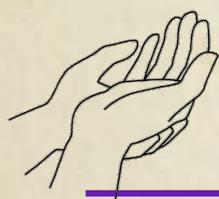
Dangers et contre-indications

Interdit aux femmes enceintes de moins de 3 mois et aux jeunes enfants.

La voie orale est strictement réservée au médecin

Un peu de chimie

Familles biochimiques principales: sesquiterpènes (vétivène), sesquiterpénols (vétivénol)



Réservé au médecin

Voies d'administration

Dosages

Massage thérapeutique: possibilité de l'utiliser pure pour un usage ponctuel, toujours préférable de la diluer: 5 gouttes dans une cuiller à soupe d'huile végétale

Soins cosmétiques: 1 goutte dans une noisette de votre crème; sinon, dilution à 3-4% max

Voie orale: strictement réservée au médecin

La qualité de l'huile essentielle de Vetiver est différente selon que la racine est distillée fraîche (odeur verte) ou séchée (odeur plus terreuse, lourde).

Dans le deuxième cas, le rendement est moindre mais l'huile essentielle est réputée de meilleure qualité

