

Salvia sclarea

Propriétés

- Oestrogen-like +++
- Régulatrice cutanée ++ (sébum, transpiration)
- Antispasmodique +
- Phlébotonique +
- Relaxante, Aphrodisiaque +



Utilisations

- Gynécologie: aménorrhée (absence de règles), troubles du cycle menstruel, symptômes de la ménopause (voie cutanée, voie orale sur avis du médecin)
- Circulation sanguine: varices, hémorroïdes (voie cutanée)

- Cosmétique: cheveux gras, pellicules, transpiration, cellulite (voie cutanée)
- Dépression, créativité, interprétation des rêves (olfaction, diffusion)
- Aphrodisiaque (diffusion)

Dangers et contre-indications

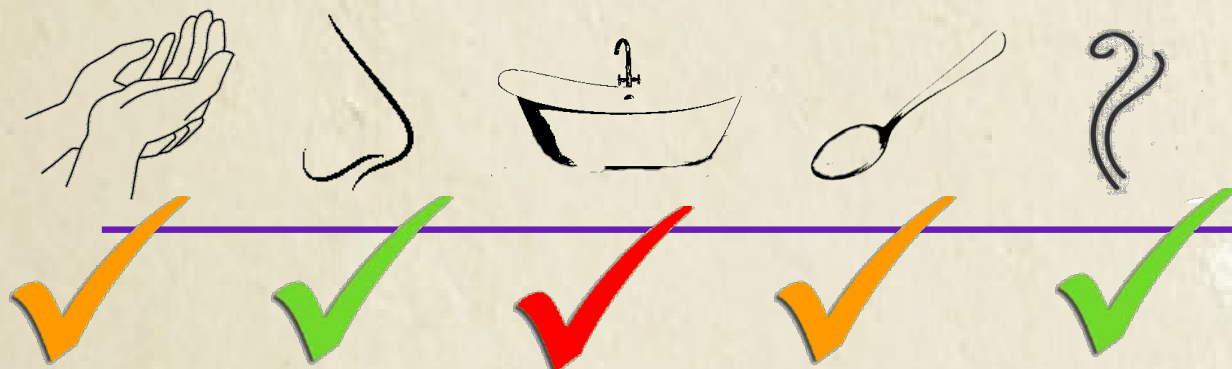
Interdit aux femmes enceintes et allaitantes et aux enfants avant 6-8 ans.
Oestrogen-like (contre-indiquée en cas de cancerose, mastose et cancer hormono-dépendant). Chez l'adulte en bonne santé, ne pas dépasser 3 semaines d'utilisation.

Un peu de chimie

Famille biochimique principale: esters (acétate de linalyle), monoterpénol (linalol)



Voies d'administration



Dosages

Utilisation en cosmétique: 1 à 2% max
Soins cutanés: jusqu'à 10 % voire pure selon les cas. Pas plus de 2 gouttes par jour
Par voie orale: prendre l'avis d'un médecin, ne jamais prendre plus de 3 semaines d'affilé!!!

Il existe une autre huile essentielle de Sauge qui ne présente pas les mêmes propriétés. La Sauge officinale n'est pas, normalement, en vente libre en raison de son caractère neurotoxique et abortif. Restez vigilants!

