

*Cymbopogon martinii var Motia*

## Propriétés

- Anti-fongique, anti-mycosique ++++
- Antibactérienne +++
- Antivirale +++
- Cicatrisante +++
- Utérotonique, Neurotonique, Cardiotonique +++



## Utilisations

- Infections intestinales, ORL (rhinite, bronchite, grippe, otite, sinusite), génitales (cystite, vaginite, urétrite) (voie cutanée, voie orale)
- Mycoses vaginales, dermatoses fongiques (voie cutanée)
- Aphrodisiaque- utérotonique (olfaction, diffusion, voie cutanée)
- Accouchement, pour faciliter (voie cutanée)
- Fatigue, surmenage, tonifie (olfaction/ diffusion/ voie cutanée)
- Cosmétiques: déodorant, pellicules, peau à problèmes, acné, eczéma, dartres... (voie cutanée)
- "Maison": contre les insectes- répulsif (diffusion/ voie cutanée)

## Dangers et contre-indications

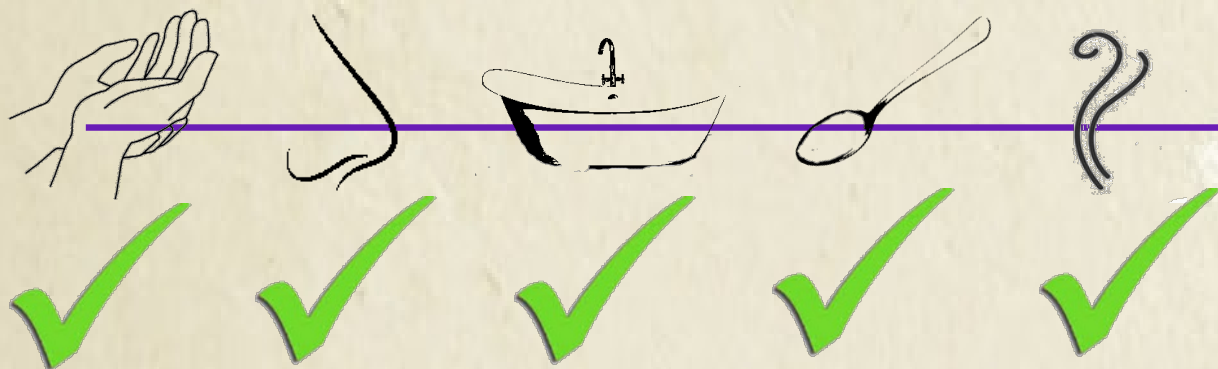
Interdite aux femmes enceinte (sauf pendant l'accouchement) car elle est utérotonique. Sur les enfants à partir de 3 ans. Malgré sa bonne tolérance cutanée, elle contient des allergènes.

## Un peu de chimie

Familles biochimique principales: monoterpénols (géraniol), esters



## Voies d'administration



## Dosages

Massage "plaisir" et cosmétique: 0,1 à 5%  
Soins cutanés: jusqu'à 20%, voire pure (durée limitée dans le temps)  
Par voie orale: toujours diluer (miel, sur un sucre), prendre l'avis d'un médecin

Attention! Bien regarder la variété car il existe une autre huile essentielle de *Cymbopogon martinii*, variété Sofia: "Gingergrass"