



Maîtriser le pouvoir des huiles essentielles

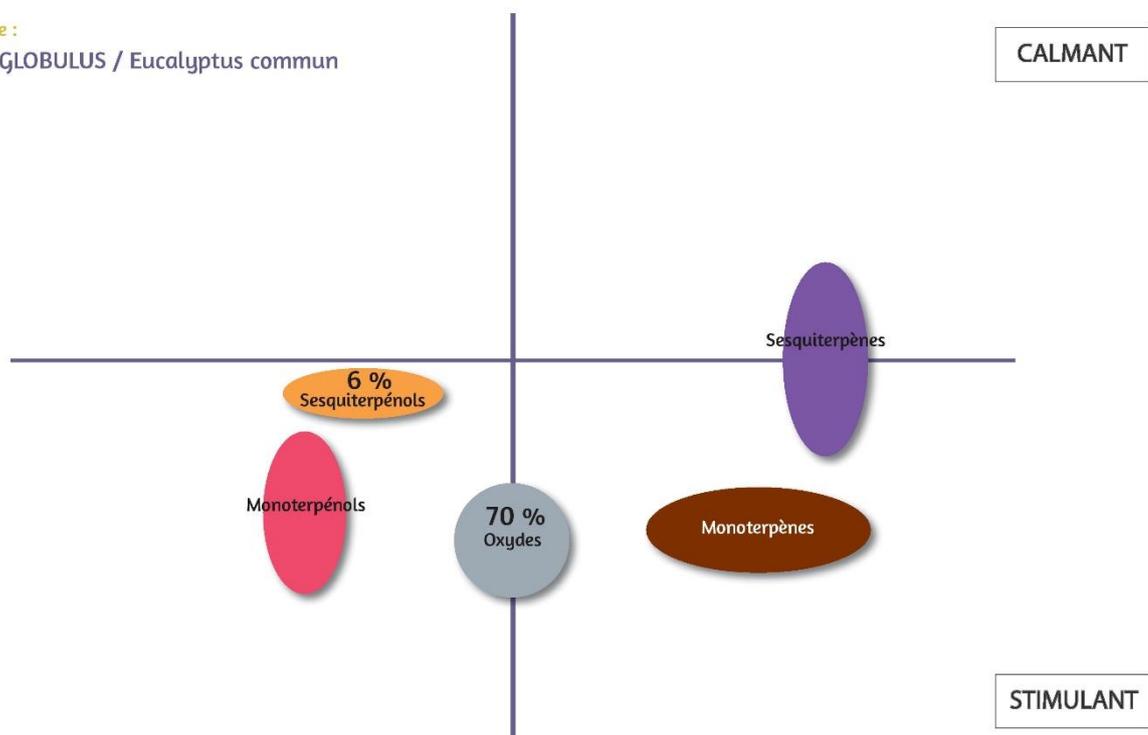
Une formation inédite pour devenir acteur de votre santé

EUCALYPTUS GLOBULUS ET RADIATA : POUR VOS PROBLÈMES BRONCHO-PULMONAIRES

L'HUILE ESSENTIELLE *EUCALYPTUS GLOBULUS*

Le gommier bleu ou *Eucalyptus globulus*, originaire de la Tasmanie et de l'Australie, est l'arbre aromatique le plus célèbre du monde. Son essence est répertoriée comme un remède important dans toutes les traditions médicinales : aborigène, asiatique, africaine, amérindienne et européenne. Mais la célébrité a ses revers : *Eucalyptus globulus* est tantôt vénéré, tantôt détesté. En Afrique, il est adoré quand il assainit les régions marécageuses et infestées de paludisme, mais détesté quand il assèche les sources d'eau en période de pénurie d'eau. Ce géant thérapeutique appartient à la grande famille botanique des Myrtacées. On compte environ 700 espèces différentes d'Eucalyptus.

Carte biochimique :
EUCALYPTUS GLOBULUS / *Eucalyptus* commun



Comme on peut le voir ci-dessus, l'HE *Eucalyptus globulus* contient environ 70% de la molécule expectorante par excellence, le 1.8 cinéole. Sa composition biochimique révèle clairement sa prédilection pour la sphère respiratoire. HE *Eucalyptus globulus* est une des réponses les plus efficaces, en cas d'infections broncho-pulmonaires. Mais, il faut noter aussi la présence du globulol : c'est un sesquiterpénol qui a des propriétés antivirales, hormonales et décongestionnantes importantes. C'est lui qui est le plus caractéristique de cette HE et qui oriente efficacement son action vers les voies respiratoires basses. C'est aussi le globulol qui lui confère son parfum « lourd » et « entêtant ». Cela signale la présence d'une molécule particulièrement active sur le plan hormonal. Pour cette raison, HE *Eucalyptus globulus* n'est jamais un premier choix pour le traitement d'infections respiratoires chez les jeunes enfants. Exceptionnellement, elle peut être utilisée chez eux en cas

d'otites et de bronchites, mais toujours sur de courtes périodes, et en mélange avec d'autres HE. Par ailleurs, cette HE a une activité marquée sur les infections au Staphylocoque doré.

Précautions d'emploi :

- * Ne jamais utiliser chez les femmes enceintes et allaitantes et chez les personnes souffrant de cancers hormono-dépendants.
- * Déconseillée chez les personnes asthmatiques et les jeunes enfants.
- * Ne pas diffuser seule dans un diffuseur.

Attention à la qualité de cette huile essentielle : Toujours choisir de l'huile essentielle *Eucalyptus globulus* intégrale.

En cas de bronchite chez l'adulte :

- * 8 gouttes HE *Eucalyptus globulus*

Posologie : appliquer directement sur le thorax et le dos, 3 à 4 fois par jour.

En cas d'otite chez l'adulte :

- * 4 gouttes HE *Eucalyptus globulus*

Posologie : appliquer directement autour des oreilles, 3 à 4 fois par jour.

En cas d'infection urinaire chez l'adulte :

- * 8 gouttes HE *Eucalyptus globulus*

Posologie : appliquer directement sur le bas du ventre, 3 à 4 fois par jour.

En cas de jambes lourdes ou stases veineuses chez l'adulte :

- * 2 gouttes HE *Eucalyptus globulus*

- * 8 gouttes HV Macadamia

Posologie : appliquer ce mélange en massant les deux jambes, 2 à 3 fois par jour.

Pour prévenir les refroidissements hivernaux chez l'adulte :

En bain aromatique :

- * 20 gouttes HE *Eucalyptus globulus*

- * 1 verre de lait

Posologie : ajouter ce mélange à l'eau du bain.

En massage sur un point d'acupuncture :

- * 1 goutte HE *Eucalyptus globulus* + 1 goutte HV Amande douce

Posologie : appliquer matin, midi et soir sur le point d'acupuncture n°9 du Poumon (9P) situé sur le poignet, pendant 3 jours. A prolonger de quelques jours s'il y a un début de rhume. Le travail énergétique sur ce point spécifique convient parfaitement aux personnes qui n'osent pas entreprendre quelque chose de peur d'échouer.

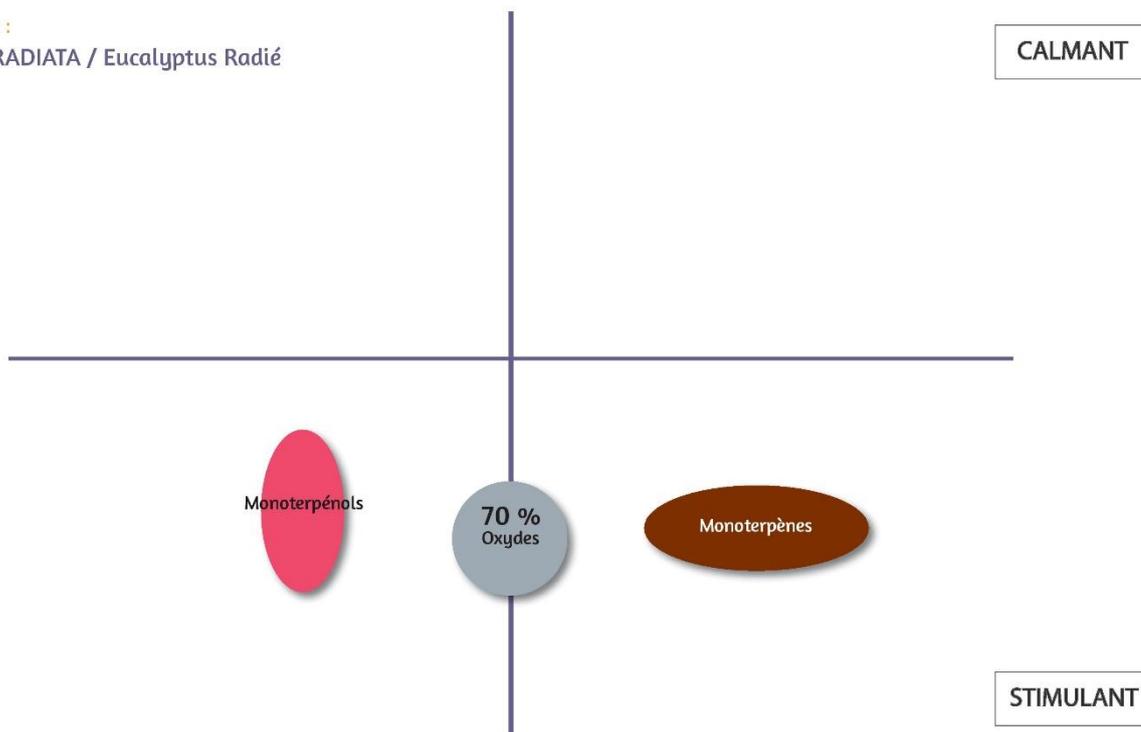
De plus, c'est un soutien remarquable pour toute personne en proie au harcèlement ou qui est malmenée sur son territoire personnel et son espace intime. C'est pour la même raison une excellente aide pour ceux qui travaillent en « open space ».

L'HUILE ESSENTIELLE *EUCALYPTUS RADIATA*

L'*Eucalyptus radié* est un arbre tout aussi imposant, mais toutefois plus modéré dans son esprit que le globuleux. Sa cartographie biochimique révèle un taux de 1.8 cinéole à 70%, donc aussi élevé que son grand frère. Toute leur différence se trouve dans la composition moins « lourde » de l'*Eucalyptus radiata*, qui n'a pas de contr-indications pour les enfants, ni pour les personnes atteintes de cancers hormono-dépendants. HE *Eucalyptus radiata* a une excellente activité expectorante, elle renforce le système immunitaire car c'est une HE aux molécules tonifiantes et elle a une bonne activité antivirale et antiseptique.

Carte biochimique :

EUCALYPTUS RADIATA / *Eucalyptus Radié*



HE *Eucalyptus radiata* est le remède par excellence des infections des sphères respiratoires hautes, tandis que HE *Eucalyptus globulus* est celui des infections des voies respiratoires basses.

Précaution d'emploi :

*Fortement déconseillée chez les personnes asthmatiques

C'est une HE à utiliser en diffusion atmosphérique pour assainir l'ambiance en période d'infections. On peut facilement la diffuser seule ou en synergie avec des zestes d'agrumes ou encore avec d'autres HE anti-infectieuses.

Pour soutenir les défenses naturelles :

Chez les enfants :

*2 gouttes HE *Eucalyptus radiata*

Posologie : appliquer directement en friction sur les plantes des pieds, le matin, pendant 1 semaine.

Chez les adultes :

*4 gouttes HE *Eucalyptus radiata*

Posologie : appliquer directement en friction sur le bas du dos, le matin, pendant 1 semaine.

En cas d'encombrement respiratoire :

Par application :

*5 gouttes HE *Eucalyptus radiata*

Posologie : appliquer directement sur le thorax et le dos.

Par inhalation :

*5 gouttes HE *Eucalyptus radiata*

Posologie : ajouter dans un bol rempli d'eau chaude ou dans un inhalateur.

Quelques gouttes sur un mouchoir à inhaler au besoin, a pour effet de protéger des microbes ambiants, notamment dans les transports en commun ou autres lieux publics.