



Huile essentielle de Cèdre

Cèdrus atlantica
Famille des abietacées

Lieu d'implantation : Maroc

Organe producteur : Bois

Composants : Sesquiterpènes (environ 80% surtout du bêta himachalène) ; Sesquiterpénols (env. 1 %) ; Cétones sesquiterpéniques (5 à 6 %)

Portrait botanique : Bel arbre pouvant atteindre 40 m de haut et 2,30 m de tout de tronc. Enracinement puissant à racines pivotantes et traçantes. Cônes dressés, ovoïdes, lisses, résineux, d'abord verts puis brun violacés

Odeur : Boisée, douce, agréable.

Propriétés thérapeutiques : Puissant décongestionnant lymphatique, lipolytique, régénérateur artériel, cicatrisant, stimulant capillaire, anti mites.

Propriétés énergétiques : Enracine, donne la force, le courage de poursuivre ses buts, surtout dans la difficulté et l'imprévu. Développe la création artistique.

Indications : Rétention d'eau, œdème, cellulite, artériosclérose, chute des cheveux, dermatoses.

Précautions particulières et voies de pénétration à privilégier : Ne pas donner aux femmes enceintes et aux enfants. Voie cutanée en priorité, voie atmosphérique.

Exemples de complexes d'aromathérapie comportant du Cèdre

Anti mites	Rétention d'eau, cellulite
HE cèdre 3 gouttes	HE cèdre 1 ml
HE camphre bois 3 gouttes	HE lentisque pistachier 0,5 ml
Dans une coupelle en porcelaine ou sur une pierre ou un bois poreux a placer à l'intérieur des placards.	HE lemongrass 1 ml
	HV macadamia jusqu'à 10 ml
	Voie cutanée in situ jusqu'à amélioration
Cheveux (perte)	Manque de confiance, doutes
HE cèdre 10 gouttes	HE cèdre et HE menthe poivrée à parts égales dans un flacon de 5 ml.
HE ylang ylang 5 gouttes	Respirez de temps en temps... Le mélange convient aussi pour diffuseur d'aromes.
à rajouter dans son shampoing habituel	

Précautions communes à toutes les huiles essentielles : Ne pas utiliser sur les enfants de moins de 3 ans, ni sur les femmes enceintes ou allaitantes. Consulter un médecin avant toute médication, ne pas laisser les flacons à la portée des enfants, ne pas dépasser les doses conseillées, ne pas injecter, ne pas avaler sans prescription. En cas de réaction cutanée, rincer immédiatement avec une huile végétale (pas d'eau !), faire un test au creux du bras avant d'utiliser toute nouvelle HE.

Documentation réalisée par Mireille Fleury. Les allégations contenues dans cette fiche sont données à titre indicatif et ne sauraient en aucun cas engager la responsabilité du Laboratoire Algovital. Ces informations sont tirées d'ouvrages de référence dont la liste est consultable sur le site Algovital.fr