



Huile essentielle de Wintergreen

Gaultheria procumbens ou fragrantissima

Famille des éricacées

Lieux d'implantation : Canada (procumbens)
Népal (fragrantissima)

Organe producteur : Feuilles et petits rameaux

Composants : Esters (Salicylate de méthyle de 90 à 99,95 %)

Portrait botanique : Petit arbrisseau rampant ; fleurs blanches l'été puis drupes rouges comestibles (sujets femelles) pendant l'hiver ; feuilles dentées, assez dures.

Odeur : caractéristique, forte.

Propriétés thérapeutiques: anti-inflammatoire rapide du 1er temps de l'inflammation, antidouleur, vasodilatatrice, régénérant du foie. Utilisée depuis toujours par les Inuits, le wintergreen est connu et qualifié souvent « aspirine végétale »

Propriétés énergétiques : non connues

Indications : Rhumatismes, tendinites, épicondylites, polyarthrite rhumatoïde, migraines, insuffisance hépatique, goutte.

Précautions particulières et voies de pénétration à privilégier : Contre indiquée aux femmes enceintes, enfants en bas âge. Peut provoquer des réactions dermiques, diluer à 20% maximum. Voie cutanée à privilégier ;

Exemples de complexes d'aromathérapie comportant du Wintergreen

Tendinite		Crise de goutte	
HE Wintergreen	5 ml	HE Camphre bois	2,5 ml
HE Eucalyptus citronné	15 ml	HE Baume copaïba	12,5 ml
HE Baume copaïba	5 ml	HE Wintergreen	12,5 ml
HE Menthe poivrée	5 ml	HE Girofle	2,5 ml
3 à 5 gtttes, localement, 4 à 5 fois /jour		10 à 20 gouttes, en application locale	
Huile de massage		Migraine	
pour le sportif (avant et après effort)		HE Wintergreen ; HE Menthe poivrée	
HE Wintergreen	5 ml	1 goutte de chaque sur front, tempes ou	
HV Noisette jusqu'à	60 ml	base nuque (attention aux yeux)	

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 Alvovital.fr