



Huile essentielle de Romarin à camphre

Rosmarinus officinalis camphoriferum
Famille des lamiacées

Lieu d'implantation : Sud de la France

Organe producteur : Plante fleurie

Composants : Monoterpènes 40 %, cétones 28%(dont camphre 27%), Oxydes (1.8 c. 20 %), monoterpénols (5% dont 4 % bornéol), Sesquiterpènes 5%, Esters 2%

Portrait botanique : Petit arbuste , vivace, feuilles persistantes ; fleurs toute l'année.

Odeur : Fraîche, agreste, camphrée.

Propriétés thérapeutiques: Spécifique des affections de l'âge (arthroses) , antalgique, anti inflammatoire, décongestionnant veineux

Propriétés énergétiques : Personnage âgé, rustique, voire un peu rustre, souvent râleur, donneur de leçons et intolérant. Au niveau symbolique, l'huile peut être bénéfique (à petite dose) aux hommes adultes restés enfants qui ont du mal à assumer leurs responsabilités...

Indications : Douleurs rhumatismales, arthroses (essentiellement discarthroses) ; varices (en association)

Précautions particulières et voies de pénétration à privilégier : Ne pas donner aux femmes enceintes, allaitantes, aux enfants et jeunes adultes. Voie cutanée à privilégier.

Exemples de complexes comportant du Romarin à camphre

Douleurs d'arthrose (1)	Varices
Romarin à camphre 10 ml	Romarin à camphre 5 ml
Thym à bornéol 5 ml	Cyprès 5 ml
HM Millepertuis jusqu'à 60 ml	HM Millepertuis 20 ml
10 à 20 gouttes sur zones douloureuses	En massage doux du bas vers le haut.

Douleurs d'arthrose (2)

Romarin à camphre 6 ml ; Poivre noir 3 ml ; Genièvre 3 ml ; Copaïba jusqu'à 30 ml
10 à 20 gouttes sur les zones les plus douloureuses (en application ponctuelle en alternance avec le complexe 1) nb : il est utile de compléter la voie cutanée par un traitement de fond voie orale (harpagophytum procumbens)

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