



Huile essentielle Thym à linalol

Appelé « Thym doux »
Thymus vulgaris linaloliferum
Famille des lamiacées

Lieu d'implantation : France (en altitude)

Organe producteur : Plante fleurie.

Composants : Monoterpénols \pm 70 % (dont 60 % linalol) ; phénols < 1% ; Esters 16% (\pm 10 % acétate de linalyle) ; Monoterpènes (6 %) ; Sesquiterpènes (4 %) ; cétones < 1%

Portrait botanique : Plante vivace poussant dans les zones caillouteuses d'altitude, plutôt implantée sur les versants exposés au sud. Floraison de mai à octobre

Odeur : Douce et fine

Propriétés thérapeutiques : Anti infectieux doux ; immunostimulant ; antiparasitaire ; antitussif ; fortifiant ; analgique ; stimulant cérébral.

Propriétés énergétiques : Personnage jeune, légèrement introverti (quelquefois explosif), intelligent (quelquefois surdoué), très (trop) sensible, grand besoin affectif.

Indications : Atteintes broncho pulmonaires, maladies à répétition, infections rénales; oxyures ; fatigues passagères ; Stress, syndromes dépressifs et troubles relationnels liés à l'inhibition. Troubles nerveux (peurs, violences, sexualité incontrôlée...)

Précautions particulières et voies de pénétration à privilégier : HE spécifique de l'enfant. Voie cutanée en priorité ; voie rectale sur prescription médicale.

Exemples de complexes d'aromathérapie comportant du Thym à linalol

Rhino pharyngite à répétition (enfants)	Angoisses, sentiments d'abandon, problème de « Place » au sein de la famille, du groupe (école ; camarades...)
HE Thym à linalol 40 gouttes	HE Thym à linalol ; HE Lavande fine à parts égales dans un roll on 5 ml.
HE Ravintsara 60 gouttes	Une trace 1 à 2 fois par jour sur le bas de la colonne vertébrale ponctuellement.
HE Romarin cineol 20 gouttes	
HV Noisette jusqu'à 30 ml	
4 à 5 gouttes du mélange sous chaque plante des pieds de temps en temps.	

Violence dans la fratrie (Spray pour diffusion atmosphérique) : HE Thym à linalol 5 ml; HE Marjolaine à coquilles 10 ml; ES Orange douce 35 ml. Une pulvérisation en dehors de la présence des enfants dans les chambres ou lieu de vie.

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