

# HUILE ESSENTIELLE de LAURIER NOBLE

« *Laurus nobilis L.* »

Le laurier noble ou Laurier d'Apollon, est un arbre bien connu de ces dames en cuisine ! Son feuillage persistant d'un vert foncé brillant, peut atteindre 15 m de haut. Originaire d'Asie Mineure, il pousse aujourd'hui dans des lieux humides de nos jardins, autour de la Méditerranée. Arbre sacré pour les Grecs. Souvenons-nous de la « couronne de laurier » symbole de gloire, de victoire que portaient César ou Napoléon. Arbuste dont l'écorce couleur gris foncé est lisse ; les feuilles coriaces, lancéolées, pointues sont persistantes. Les fleurs, petites et de couleurs crème, s'épanouissent en grappes sous les feuilles ; celles-ci se transforment en baies globuleuses, passant à maturité du vert au noir. Son huile essentielle très complète grâce à sa richesse biochimique, est incontournable pour de nombreuses infections.



Puressence-Aroma.fr/SophieMastrantuono

## PROPRIETES / UTILISATIONS

### 1°) Anti-infectieux (antibactérien, fongicide, antiviral, virucide, immunostimulant)

- Affections bronchiques (Mucolytique, expectorant) : bronchite, sinusite
- Affections odontalgies : stomatite, aphte, gingivite, parodontite
- Affections intestinales et digestives
- Affections cutanées : acné, furoncle, psoriasis, escarres, verrues
- Affections génito-urinaire : cystite, mycose génitale et onguéale
- Affections virales : Grippe, hépatite virale, etc.

### 2°) Antinévralgique, anti-inflammatoire +++ douleurs, arthrose, polyarthrite, rhumatisme

### 3°) Neurotonique et stimulant cérébral +++ : angoisses, asthénie, états morbides, peurs.

### 4°) Antispasmodique ++ : flatulences, colite, spasmes

### 5°) Coronaro-dilatatrice, régulateur lymphatique ++ : adénopathies, maladie de Hodgkin

### 6°) Anti dégénérative et antiputride +++ : escarre, gangrène, nécrose, putréfactions

### 7°) Acaricide et insecticide +++ : Acariens, mites, poux

### 8°) Propriétés psychiques ++++ : Renforce la capacité de concentration et de la mémoire. Calme les psychoses, les phobies, les peurs (Examens +++), les angoisses en général.

## DOSAGE

VC : DILUTION **maxi 20-30%** (courte durée)

## SYNERGIES

- AFFECTIONS DIGESTIVES ET INTESTINALES : Cardamome, basilic exo, pin de Patagonie

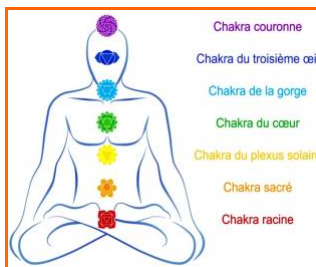
- AFFECTIONS RHUMATISMALES, NEVRITES : gaulthérie, romarin camphré, combawa,

- AFFECTIONS DENTAIRE : girofle, tea tree

- ANTALGIQUE ET ANTISPASMODIQUE : Basilic exotique, pin de Patagonie

- AFFECTIONS NERVEUSES : Petit grain bigarade, ylang ylang, camomille romaine, lavande fine

- AFFECTIONS ORL : Ravintsara, saro, niaouli, thym linalol, bois de Ho, Tea-tree, palmarosa, pin sylvestre, sapin baumier, eucalyptus radié, smithii



## AROMA-ENERGETIQUE

L'Huile essentielle de laurier noble agit sur le 5<sup>ème</sup> chakra qu'elle équilibre. Elle développe courage, inspiration, créativité, concentration et mémoire. Elle donne confiance à ceux qui sous-estiment leurs capacités. **Source** : L'aromathérapie énergétique de Lydia Bosson

## CARACTERISTIQUES

**Procédé d'obtention** : distillation par

Entraînement à la vapeur d'eau

**Origine** : Europe, balkans

**Partie utilisée** : rameaux feuillus

**Famille** : Lauracées

**Aspect** : liquide mobile limpide

**Odeur** : épicée, avec un fond d'eucalyptus

**Couleur** : jaune pâle

**Densité** : 0.900-0.925

**Autres noms** : laurier sauce, laurier des poètes, laurier d'Apollon, laurier suave, buisson des amoureux.

**Chémotype** : 1-8 cinéole, linalol, sabinène

## BIOCHIMIE

**OXYDES** 1-8 cinéole (35-45%)

**MONOTERPENES** :  $\alpha$ -pinène (4-6%),

$\beta$ -pinène (3-6%) sabinène (8-10%)

**MONOTERPENOLS** : linalol (8-16 %), terpinène-ol-4 (2.5%),  $\alpha$ -terpinèneol-4-ol (1.5- 4.5%) bornéol, géraniol.

**ESTERS TERP.** : (2.5-8.5%)

Acétate de linalyle, d'alpha terpényle, etc.

**PHENOL METHYL-ETHERS** :

Eugénol méthyl-éther (2.5-7.5%)

Eugénol (1-3%), cis-eugénol

**LACTONES** : (2-3%) costunolide, artémorine

Principalement

Les pourcentages pouvant varier d'un lot à l'autre, sont donnés à titre indicatif.

## EMPLOI

**VC** : +++

**DIFFUSION** : +++

**OLFACTION** : +++

**INHALATION** : ++

**VO** : cf thérapeute

**BAIN** : non conseillé

## CONTRE-INDICATIONS

Ø Femmes enceintes ◀ 3<sup>ème</sup> mois grossesse

Ø Femmes allaitantes

Ø Épilepsie, Asthme

Ø Enfants ◀ 6 ans

**ALLERGISANTE** Toujours faire test au

poignet 48h avant application

**EFFET NARCOTIQUE à forte dose**

## NE PAS CONFONDRE

L'He de laurier noble ne doit pas être confondue avec l'He de bois de Hô obtenu par distillation de l'écorce du laurier du Japon : *cinnamomum camphora* à linalol.

**En botanique**, le laurier noble ne doit pas être confondu avec le **laurier cerise**, « *prunus laurocerasus* » contenant de l'acide cyanhydrique mortel ; ni avec le **laurier rose**, « *nerium oleander* » toxique aussi !