

Camomille Allemande ou matricaire [*chamomilla recutita* (*matricaria recutita*)]

Huile essentielle bio

Origine: Egypte, Allemagne, Pays de l'est

Organe producteur: parties aériennes fleuries

Rendement: 0,8 à 1%

Composition Biochimique:

Chamazulène: 10%

Béta-farnésène: 40%

alpha-bisabolol: 18 à 40%



La matricaire se développe sur des sols salés et sodés.
Au premier siècle après J-C, Galien l'utilisait contre les courbatures musculaires, les douleurs diverses et fièvres.
Utilisée en cosmétique, en parfumerie et en savonnerie.
Celle provenant d'Egypte contient plus de bisabolol et moins de chamazulène

Densité à 20° : 0,9236

Indice de réfraction : 1,460

Point éclair : 100° C

Aspect : liquide mobile opaque

Couleur : bleu foncé

Odeur : amère, douce, herbacée

Utilisateurs :



Modes d'utilisation :



Risques :



Propriétés :

Anti-inflammatoire majeure** :** agit sur tous les organes atteints

Antalgique* :** antirhumatismale ; rhumatisme articulaire aigu, hernie discale ; élongation musculaire.

Antiprurigineux* :** lutte contre les démangeaisons. Les irritations cutanées.

Antiallergique* :** asthme, rhinite, eczéma cutané, réactions allergiques.

Sédative et calmante**

Cicatrisante :** aide à la cicatrisation des plaies cutanées.

Décongestive :** permet une meilleure circulation du sang dans l'organisme.

Stimule la digestion* : facilite le fonctionnement de l'estomac.

Antispasmodique :** calme les contractions involontaires des muscles.

Antibactérienne, antivirale, antifongique* : active contre les infections de la muqueuse gastrique ; active sur les virus de l'herpès ; active sur les candidoses.

Œstrogène-like et emménagogue* : stimule le flux sanguin dans la région pelvienne et l'utérus.

Pour quel problème et comment l'utiliser :

Allergies saisonnières : Mélanger 2 gouttes HE dans 8 gouttes Huile Végétale de nigelle à appliquer sur les avant bras deux fois par jour.

Allergie cutanée, démangeaisons, urticaire : appliquer 2 gouttes localement lorsque ça gratte.

Acné (adulte): en synergie : mélanger dans un flacon 1ml HE camomille Allemande + 1ml HE menthe poivrée + 6ml HE arbre à thé + 1 ml HE lavande aspic. En application point par point matin et soir.

Eczéma enfant plus de 3 ans : synergie : mélangez dans un flacon de 30ml avec pipette : 1ml HE camomille Allemande + 2ml HE géranium rosat + 2ml HE lavande vraie + 1ml HE palmarosa + 12ml HV calendula + 12ml HV rose musquée. Appliquez trois fois par jour (minimum), quelques gouttes du mélange sur la partie malade. Renouvelez autant que nécessaire.

Sciaticque : synergie ; mélanger dans un flacon de 10ml : 2ml HE camomille allemande + 1 ml HE menthe poivrée + 1ml HE gaulthérie odorante + 1ml HE eucalyptus citronné + 5ml EL millepertuis. Appliquez localement, 3 à 4 gouttes du mélange en massage doux 3 fois par jour pendant 5 à 7 jours.

Migraines : mélangez 2 gouttes HE camomille allemande + 2 gouttes HE lavande aspic. Appliquez en massage sur les tempes.

Autres précautions :

Avis médical.

Ne pas ingérer cette huile essentielle sans avoir l'avis d'un thérapeute.

Application cutanée.

L'huile essentielle de Camomille Matricaire peut être photo sensibilisante (si présence de coumarines), il ne faut donc pas s'exposer au soleil après application. Il y a également un risque de sensibilisation si l'usage est prolongé sur une très longue durée.

Pour les femmes enceintes, l'utilisation est possible en application cutanée diluée sur avis médical.

En diffusion.

Ne pas diffuser cette huile essentielle pure. Elle doit être diluée en mélange dans d'autres huiles essentielles.

Composant allergène.

L'huile essentielle de Camomille Matricaire peut contenir un composant biochimique allergène en très faible quantité :

- limonène ($\leq 0,5\%$).

Note : Il est préférable de tester l'huile essentielle avant de l'utiliser (deux gouttes au creux du coude pendant au moins 24 heures afin de vérifier qu'il n'y a pas de réaction).