

## Camomille noble ou camomille Romaine (*chamaemelum nobile* ou *anthemnis nobilis*)

Huile essentielle bio  
Origine: France; Belgique  
Organe distillé: partie aérienne fleurie  
Rendement: 4 à 9%

Principes actifs:  
Angelate d'isobutyle: 40%  
Angelate d'isoamyle: 20%  
Angelate 2 méthyl2 propényl: 10%  
Cétones: pinocarvone: 4 à 13  
alpha pinène: 3%



La camomille noble fait partie de la grande famille des asteraceae qui rassemble plus de 20 000 espèces dont certaines fournissent des HE rares et superbes comme l'estragon, l'inule odorante, l'hélichryse italienne ou la tanaïse annuelle. La camomille noble aime les sols légers et sablonneux et légèrement salés

**Densité à 20° :** 0,898

**Indice de réfraction :** 1,438 à 1,457

**Pouvoir rotatoire :** -1° à +4°

**Point éclair :** 52° C

**Aspect :** HE fluide et mobile

**Couleur :** bleu pâle qui devient jaune pâle

**Odeur :** essence précieuse au parfum exaltant



**Risques :** cette huile essentielle ne comporte pas de risque notoire.



### Propriétés :

**Calmande du système nerveux central\*\*\*\* :** (hypersensibilité ; choc émotionnel ; hystérie ; crise de nerfs).

**Pré-anesthésiante\*\*\*\* :** extraction dentaire

**Anti-inflammatoire\*\*\* :** intéressante pour les neuro arthritiques

**Antalgique\*\*\* :** très utilisée en dentisterie (névrites ; névralgies)

**Antiparasitaire\*\*\* :** sur les lamblias et les ankylostomes.

**Antispasmodique\*\* :** spasmophilie

### **Pour quel problème et comment l'utiliser :**

**Système nerveux : Voie cutanée :** Appliquez en massage sur le plexus solaire 2 gouttes d'huile essentielle de camomille romaine en cas de choc émotionnel.

**Crise d'angoisse, claustrophobie : voie orale :** déposez 1 goutte pure sous la langue.

**Inhalation :** respirez profondément directement au dessus du flacon ouvert.

**Crise d'asthme nerveuse :** 1 goutte en massage sur le plexus solaire et 1 goutte sous la langue. A renouveler tous les quarts d'heure pendant la crise d'angoisse.

**Poussée dentaire des bébés de plus de 3 mois :** Dans un flacon avec compte goutte, mélangez 3ml d'huile végétale alimentaire bio (olive, noisette, colza) avec 1 goutte HE camomille romaine et 1 ml HE lavande vraie ou lavande fine. Bouchez, homogénéisez ; massez la gencive du bébé avec 2 gouttes du mélange, 3 fois par jours au maximum pendant 4 jours.

**Pré anesthésie avant extraction dentaire : voie orale :** la veille et le matin avant intervention prendre sous la langue, 1 à 2 gouttes d'huile essentielle de camomille romaine.

**Décongestion des sinus : voie cutanée :** appliquez en massage 1 goutte HE camomille romaine sur chaque sinus.

**Névralgies ; sciatique : en synergie :** mélangez dans un flacon compte goutte : 1ml HE camomille romaine + 1ml HE menthe poivrée + 1ml HE eucalyptus citronné + 1ml HE gaulthérie odorante + 6ml de macérât huileux de millepertuis. Fermez et homogénéisez. Appliquez en massage local 3 fois par jour, 4 à 6 gouttes du mélange sur la partie douloureuse jusqu'à amélioration (3 semaines maximum)

### **Autres précautions :**

#### **En diffusion.**

Diluer l'huile essentielle de Camomille Romaine entre 10 et 15% dans d'autres huiles essentielles.

#### **Attention aux excès.**

A trop forte dose, l'huile essentielle de Camomille Romaine peut provoquer une somnolence et des vertiges.

Les personnes épileptiques doivent demander un avis médical avant d'utiliser l'huile essentielle de Camomille Romaine : risque épileptogène à forte dose.

#### **Composant allergène.**

L'huile essentielle de Camomille Romaine contient un composant biochimique allergène.

- limonène ( $\leq 1\%$ ).

**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).