

Cumin (cuminum cyminum)

Huile essentielle Bio

Origine: Egypte; Inde

Organe distillé: semences

Principes actifs:
cuminaldéhyde ± 30%
p-mentadiénal ± 35%



Le cumin est une ombellifère annuelle aromatique qui vient d'Orient et des pays méditerranéens.

On a trouvé des graines de cumin dans les tombeaux des pharaons, elle est donc cultivée depuis des temps très anciens. La Bible nous dit qu'on en mettait dans le pain et la soupe. Les romains, eux, en faisait une pâte dont ils badigeonnaient le pain. Au Moyen-âge on se servait du cumin pour relever les potages, les plats de volaille ou de poisson.

Caractéristiques.

- Aspect** : liquide mobile limpide
- **Couleur** : jaune pâle
- **Odeur** : épicée, puissante et aromatique
- Point éclair** : 53°C
- Densité** : 0,895 – 0,916



Utilisateurs :



Mode d'utilisation : sans l'avis d'un thérapeute.



Risques : stupéfiante à forte dose.

Propriétés.

Tonique stimulante digestive, carminative, eupeptique, digestive, stomachique*** : aérophagie, aérocolie, dyspepsie, colite.

Calmante, stupéfiante, sédative*** : insomnie, nervosité.

Anti-inflammatoire*** : arthrite, rhumatismes.

Antalgique** : douleurs ostéo-articulaires.

Pour quel problème et comment l'utiliser.

Digestion difficile, ballonnement : voie orale : 1 goutte sur un comprimé neutre, un demi-sucre, une cuillère de miel avant chaque repas.

Insomnies : voie cutanée : 3 gouttes HE de cumin dans 5 gouttes d'HV de macadamia. En massage sur la nuque avant de se coucher.

Tensions musculaires et crispations : voie cutanée : 4 gouttes HE de cumin mélangées à 8 gouttes EL de millepertuis. En massage sur le plexus solaire, le long de la colonne ou sur le muscle douloureux. Ou en perfusion percutanée (au creux du poignet).

Angoisse, mal des transports, manque d'appétit, stress, surmenage : en inhalation sèche, diffusion : inspirez fortement au dessus du flacon ou mettre dans un diffuseur atmosphérique (quantité fonction du diffuseur).

Autres précautions.

Utilisation :

Elle ne sera pas utilisée pendant la grossesse ni chez les enfants de moins 6 ans.

La durée du traitement devra être la plus courte possible (pas d'utilisation prolongée)

L'utilisation par voie orale se fera à faible dose et de préférence sous contrôle d'un thérapeute.

Pas de surdosage car elle devient stupéfiante.

Ne pas confondre :

Avec le cumin noir (nigella sativa) qui n'a pas les mêmes propriétés.

Allergie :

Risque d'allergie ou d'irritation chez certaines personnes.

Toujours faire le test d'allergie avant la première utilisation en déposant au creux du coude deux gouttes d'huile essentielle. Attendre 24H pour s'assurer qu'il n'y a pas de réaction cutanée.