

# Lentisque Pistachier (*Pistacia Lentiscus*)

Huile essentielle Bio

Origine: Maroc

Organe distillé: feuilles

Rendement: 100Kg feuilles pour 20ml HE

## Principes actifs:

myrcène : 12 à 32%

alpha pinène : 12 à 28%

limonène : 7 à 16%

terpinèn-4-ol : ≤10%

gamma terpinène : 2 à 10%



Le lentisque pistachier, cet arbuste poussant dans le maquis méditerranéen, produit une huile essentielle excellente pour les circulations sanguines et lymphatiques. Elle est efficace contre tous les problèmes de circulation : très utilisée pour les jambes lourdes et varices, elle est également efficace pour atténuer les cernes.

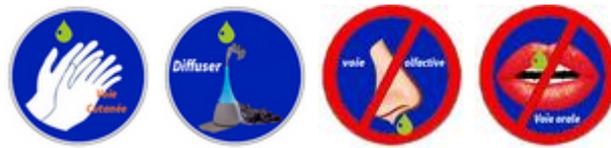
## Caractéristiques.

- **Densité à 20°C** : 0,850 à 0,875
- **Indice de réfraction à 20°C** : 1,465 à 1,485
- **Pouvoir rotatoire à 20°C** : -13° à -4°
- **Point éclair** : +42°C
- **Aspect** : liquide mobile limpide ;
- **Couleur** : jaune clair à brun ;
- **Odeur** : caractéristique et fraîche.

## Utilisateurs :



## Voies d'administration :



## Risques :



## Propriétés.

**Décongestionnante lymphatique\*\*\*\*** (alpha pinène) : l'huile essentielle de Lentisque Pistachier fluidifie la circulation lymphatique grâce à une activité vasoconstrictrice.

**Décongestionnante veineuse\*\*\*\*** (alpha pinène) : l'huile essentielle de Lentisque Pistachier est l'huile qui fluidifie la circulation sanguine par excellence. Elle a en effet une activité drainante et vasoconstrictrice sur les capillaires.

**Décongestionnante prostatique\*\*\*** (alpha pinène) : l'huile essentielle de Lentisque Pistachier est un excellent remède contre l'hypertrophie bénigne de la prostate.

**Anti-inflammatoire\*** (terpinèn-4-ol) : l'huile essentielle de Lentisque Pistachier inhibe les cytokines et stimule les monocytes, lui conférant ainsi sa propriété anti-inflammatoire.

**Anti-œdémateuse\*** (alpha pinène) : l'huile essentielle de Lentisque Pistachier jouit d'effets désinfiltrants aidant à résorber les œdèmes.

## Pour quel problème et comment l'utiliser.

### **Jambes lourdes, varices, mauvaise circulation.**

*Voie cutanée : 4 gouttes dans 16 gouttes d'huile végétale de calophylle, masser les jambes du bas vers le haut, matin et soir, par période de 20 jours, puis, après une pause d'une semaine, poursuivre tant que nécessaire.*

### **Hémorroïdes.**

*Voie cutanée : 1 goutte pure, à appliquer sur l'hémorroïde, après la douche et après chaque selle jusqu'à disparition.*

### **Troubles de la prostate.**

*Voie orale : 2 gouttes sur un comprimé neutre 3 fois par jour pendant 3 semaines*

### **Escarres.**

*Voie cutanée : 2 gouttes diluées dans 8 gouttes HV de calophylle à appliquer 3 fois par jour*

## Autres précautions.

### **Avis médical.**

L'utilisation de cette huile essentielle en ingestion est réservée à la prescription thérapeutique.

Pour les femmes enceintes, l'application cutanée diluée de l'huile essentielle de Lentisque Pistachier est possible sur avis médical.

Demander un avis médical avant son utilisation pour les personnes épileptiques en raison du risque épiléptogène à forte dose qu'elle présente.

Demander un avis médical avant son utilisation pour les personnes asthmatiques.

### **Application cutanée.**

L'huile essentielle de Lentisque Pistachier est irritante pour la peau, il faut donc la diluer à 20% dans une huile végétale avant toute application cutanée (20% d'huile essentielle avec 80% d'huile végétale).

### **Composants allergènes.**

L'huile essentielle de Lentisque Pistachier contient plusieurs composants biochimiques allergènes.

Avant la première utilisation faire le test d'allergie en versant 2 gouttes au creux du bras et attendre 24 heures pour voir s'il y a réaction.

- limonène (7 à 16%) ;
- géraniol ( $\leq 1\%$ ) ;
- linalol ( $\leq 0,5\%$ ).