

Myrte Vert (*myrtus communis s.b. 1,8-cinéole*)

Huile essentielle Bio
Origine: Corse
Organe distillé: rameaux
Rendement: 0,1 à 0,8%

Principes actifs:
1,8-cinéole : 30%
Alpha-pinène: 45%
Limonène: 2 %



Le myrte est un arbrisseau toujours vert, typique à l'état sauvage des maquis du sud de la France et principalement de Corse. Les branches sont minces, à l'écorce rougeâtre. Les fleurs délicates, blanches au parfum sucré, donneront des baies noires en automne. Il est utilisé pour aromatiser le gibier et les viandes grasses ainsi que pour fabriquer une excellente liqueur Corse. Grecs et Romains utilisaient le myrte pour les affections pulmonaires et urinaires.

Caractéristiques :

Densité à 20°C : 0,8850

Indice de réfraction à 20°C : 1,460 à 1,472

Pouvoir rotatoire à 20°C : +12° à +45°

Point éclair : +36°C

Aspect : liquide mobile limpide

Couleur : jaune pâle à vert pâle

Odeur : agreste et cinéolée



Utilisateurs :



Modes d'utilisation :



Risques :

Propriété :

Expectorante ; anticatarrhale ; fluidifiante ; antitussive** :**

Antivirale ; antibactérienne* :**

Tonique musculaire et cutané :**

Apaisante (favorise l'endormissement)* :**

Décongestionnante prostatique ; lymphatique et veineuse

Hypothyroïdie :

Pour quel problème et comment l'utiliser :

Toux sèche et quinteuse : voie orale : 2 gouttes HE myrte vert sur un comprimé neutre, un demi-sucre, une cuillère à café de miel. 3 fois par jour jusqu'à amélioration.

Rhinopharyngite (adulte) : Inhalation : versez dans un inhalateur ou un bol de l'eau chaude bouillie (refroidie à 50° max) puis ajoutez 2 gouttes HE myrte + 2 gouttes HE eucalyptus radié + 2 gouttes HE ravintsara. Inhalez pendant 5 à 10 minutes. Renouvelez 2 à 3 fois par jour.

Hypothyroïdie : voie orale : 1 goutte HE myrte sur un comprimé neutre 3 fois par jour avant les repas pendant 3 semaines. Après 1 semaine d'arrêt, recommencer le traitement.

Insomnie : voie cutanée : 2 gouttes HE myrte vert + 2 gouttes HE ravintsara en massage sur le plexus solaire avant le coucher.

Bronchite aigue : voie cutanée : mélangez dans un flacon compte goutte : 1 ml HE eucalyptus radiata + 1 ml HE myrte vert + 1 ml HE ravintsara + 7 ml HV amande douce. En onction 3 fois par jour sur le thorax pendant 10 jours.

Autres précautions :

Avis médical.

Les personnes asthmatiques et épileptiques doivent demander un avis médical avant l'utilisation de l'huile essentielle de Myrte Vert.

En diffusion.

L'huile essentielle de Myrte Vert peut être utilisée en diffusion atmosphérique par les femmes enceintes et les bébés de plus de 3 mois.

En ingestion.

L'huile essentielle de Myrte Vert peut potentiellement être néphrotoxique après ingestion à forte dose et sur une longue durée.

Application cutanée.

L'huile essentielle de Myrte Vert est irritante pour la peau, il faut donc la diluer dans une huile végétale (20% d'huile essentielle avec 80% d'huile végétale).

Les bébés peuvent profiter de cette huile essentielle en application cutanée très diluée et avec l'avis d'un médecin.

Composants allergènes.

L'huile essentielle de Myrte Verte contient plusieurs composants biochimiques allergènes :

- limonène ($\leq 9\%$) ;
- linalol ($\leq 3\%$) ;
- géraniol ($\leq 1,5\%$) ;
- citronellol ($\leq 0,3\%$) ;
- eugénol ($\leq 0,1\%$) ;

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).