

Vétiver (vétiveria zizanoides)

Huile essentielle Bio
Origine: Haïti; Java
Organe distillé: racines

Principes actifs:
béta-vétivène: ± 10%
acide zizanoïque: ± 15%
khusimol: 10%



Originnaire d'Inde, cette herbe est très présente dans les zones tropicales du monde. Le plus souvent introduite par les industries utilisant l'huile aromatique fournie par ses racines, elle pousse aussi bien en Inde, à la Réunion, dans les Caraïbes, en Afrique, en Amérique du Sud qu'en Méditerranée orientale. Le vétiver est une plante très peu exigeante et, bien que préférant les milieux humides, il peut également prospérer en zone sèche.

Caractéristiques.

- Densité à 20°C : 1,000 à 1,015
- Indice de réfraction à 20°C : +17° à +40°
- Pouvoir rotatoire à 20°C : 1,520 à 1,530
- Point éclair : >100°C
- Aspect : liquide visqueux ;
- Couleur : brun ambré à rougeâtre ;
- Odeur : terreuse, boisée et fumée.



Utilisateurs :



Mode d'utilisation :

Risques : Pas de risque connu à dose thérapeutique.

Propriétés.

Stimulante endocrinienne* :** insuffisance hépato-pancréatique (stimule les glandes endocrines responsables de la production d'hormones).

Tonique circulatoire* :** phlébites, varices, hémorroïdes, coronarite, couperose (tonifient les parois veineuses et activent la circulation sanguine et lymphatique.).

Stimulante immunitaire :** immunodépression (augmente les défenses de l'organisme face aux pathogènes.).

Emménagogue* : aménorrhée, oligoménorrhée (provoque ou favorise les menstruations)

Pour quel problème et comment l'utiliser.

Varices :

Voie cutanée : Mélangez dans une cuillère à café : 2 gouttes d'huile essentielle de vétiver avec 8 gouttes d'huile végétale de calophylle. Massez vos jambes de bas en haut 2 fois par jour.

Stress :

Voie cutanée : dans un flacon compte goutte. Mélangez 1 ml HE vétiver + 0,5 ml HE verveine odorante + 8,5 ml HV macadamia. Mélangez avant utilisation. Appliquez une vingtaine de gouttes de la synergie sur les avant-bras ou le long de la colonne vertébrale deux à quatre fois par jour pendant deux à trois semaines.

Pour apaiser :

En inhalation sèche : 2 à 3 gouttes sur un mouchoir à respirer plusieurs fois par jour ou Respirez profondément au dessus du flacon ouvert plusieurs fois par jour.

Relaxation, bien être :

En diffusion : Mélangez 1 goutte avec 4 gouttes d'huile essentielle d'Orange Douce. Adaptez ce mélange en gardant la proportion 1 pour 4 en fonction du nombre de gouttes indiqué sur la notice à verser dans le diffuseur. Diffuser par plages de 30 minutes maximum.

Autres précautions.

Avis médical

Veiller à demander un avis médical avant d'ingérer l'huile essentielle de Vétiver.

Demander un avis médical avant utilisation en diffusion pour les personnes asthmatiques.

Application cutanée

Il est conseillé de diluer l'huile essentielle de Vétiver à 20% dans une huile végétale avant toute application cutanée (20% d'huile essentielle avec 80% d'huile végétale).

En diffusion

Ne pas diffuser cette huile essentielle pure, penser à la diluer au préalable entre 20 et 30% dans d'autres huiles essentielles pour la diffusion atmosphérique.

Les femmes enceintes, les enfants et les bébés peuvent utiliser cette huile essentielle en diffusion atmosphérique.

Composants allergènes

L'huile essentielle de Vétiver ne contient pas de composant allergène connu.

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).