

## ROMARIN A VERBENONE



Les propriétés de l'huile essentielle de Romarin à verbénone s'expliquent par la présence de composés actifs à l'origine présents dans les plantes fleuries de *Rosmarinus officinalis verbenoniferum*. Purifiante, elle est très utilisée dans les soins des peaux à imperfections. Pour aider à atténuer les vergetures, elle met à contribution des vertus réparatrices. En aromathérapie, l'huile essentielle de Romarin à verbénone est traditionnellement réputée comme détoxifiant.

### PROPRIETES

Grâce aux propriétés régulatrices des voies biliaires et hépatiques et à la capacité détoxifiante de l'huile essentielle de romarin à verbénone, on recommande son usage contre les affections hépatiques, les affections biliaires, les problèmes de cholestérol, la digestion difficile, l'intoxication alimentaire et les spasmes digestifs

En bon décongestionnant respiratoire et remarquable expectorant, le romarin à cinéole est indiqué dans la bronchite, l'inflammation des muqueuses, l'otite, le rhume, la sinusite et la toux quinteuse.

*Pour le bien-être* : agitation, énervement, nervosité ; angoisse et émotivité, concentration, confiance, fatigue intellectuelle, irritabilité et sautes d'humeur, stress, surmenage des adultes, tensions psychiques

### UTILISATIONS

L'huile essentielle de Romarin à verbénone peut être utilisée de façons très différentes pour un large spectre de maladies et symptômes. Néanmoins, en cas de doute, il est recommandé de s'adresser à un professionnel afin de recueillir des informations personnalisées et sécurisées.

#### \* Application cutanée, massage

L'huile essentielle de Romarin à Verbénone est irritante pour la peau, il faut donc la diluer : 1 goutte d'huile essentielle dans quatre gouttes d'une huile végétale.

- **Otite** : appliquer 1 goutte derrière les oreilles (jamais à l'inté)
- **Infections ORL et la toux quinteuse** : diluer dans une huile végétale et massage
- **Affections hépatiques** : diluer dans une huile végétale et masser la zone
- **Faciliter la digestion** : diluer dans une huile végétale et masser l'abdomen.
- **Sinusites** : appliquer une goutte au niveau des sinus.
- **Rhume** : diluer dans une huile végétale et masser le dos et les plantes de pieds
- **Fatigue physique** : diluer dans une huile végétale et masser le haut du dos, la colonne vertébrale et les plantes de pieds.
- **Douleurs musculaires et articulaires, les crampes** : diluer dans une huile végétale et masser la zone concernée.

\* Voie orale : Par voie interne, la consultation préalable d'un thérapeute est recommandée

\* Inhalation : Il est déconseillé d'utiliser l'huile essentielle de romarin à verbénone

