

ACHE ODORANTE



FICHE H.E

Nom scientifique :

Apium graveolens L.

Famille :

Apiaceae

Obtenue par distillation de :

Fruits

Origine :

Marais salés ou saumâtres du littoral, sources salées de l'intérieur (Méditerranée).



Hippocratus



CONSTITUANTS PRINCIPAUX

- Monoterpènes
- Sesquiterpènes

PROPRIETES généralement reconnues par les médecins aromathérapeutes

- Antispasmodique
- Hépatoprotectrice
- Tonique digestive
- Eupeptique
- Cholagogue
- Anxiolytique
- Sédatrice
- Décongestionnante veineuse
- Diurétique





INDICATIONS généralement reconnues par les médecins aromathérapeutes

Interne

- Angoisse
- Nervosisme
- Asthénie
- Etat dépressif léger
- Détoxification
- Ballonnements
- Drainage hépatique
- Drainage rénal
- Hémorroïdes
- Varices
- Troubles de l'endormissement





POSOLOGIE habituellement conseillée

Posologie pour une personne de 60 K :

- Une goutte une à trois fois par jour en aiguë (20 à 60 mg).
- 20 mg trois à quatre fois par semaine si utilisation sur une plus longue durée

PRECAUTIONS D'EMPLOI

- L'huile essentielle est déconseillée aux enfants de moins de 6 ans, déconseillée chez la femme enceinte.
- Risque de photosensibilisation.
- Ne pas appliquer avant exposition au soleil.

ANECDOTES

Les formes cultivées constituent le Céleri dont on consomme les branches ou la racine.



Hippocratus