

HYSOPE



FICHE H.E

Nom scientifique :

Hyssopus officinalis L.

Famille :

Lamiaceae



Obtenue par distillation de :

Plante fleurie

Origine :

- Coteaux arides et rochers dans le midi, le centre, le sud-est de la France,
- Europe méridionale,
- Asie occidentale,
- Maroc.



Hippocratus



CONSTITUANTS PRINCIPAUX

- Cétones (60%) : Isopinocampone 35%
- Monoterpènes (35%) : Béta pinène 51%
- Monoterpénols
- Sesquiterpènes (<10%)

PROPRIETES généralement reconnues par les médecins aromathérapeutes

- Mucolytique
- Antivirale
- Antibactérienne
- Antifongique





INDICATIONS généralement reconnues par les médecins aromathérapeutes

Interne

- Bronchite (en accompagnement d'un traitement)
- Toux grasse



Hippocratus



POSOLOGIE habituellement conseillée

Pour une personne de 60 K. :

- Une à trois gouttes par jour (60 mg) en cure courte n'excédant pas 6 jours.

PRECAUTIONS D'EMPLOI

- L'huile essentielle est neurotoxique : épileptogène, à proscrire chez les enfants, les femmes enceintes et allaitantes.
- Effet d'inhibition des cétones sur la respiration cellulaire : 2 grammes d'huile essentielle peuvent provoquer une crise d'épilepsie.
- Utiliser préférentiellement l'huile essentielle d'*Hyssopus montana*.

