

LAURIER NOBLE



FICHE H.E

Nom scientifique :

Laurus nobilis L.

Famille :

Lauraceae



Obtenue par distillation de :

Feuilles

Origine :

- Régions méditerranéennes: rochers et bois.
- Cultivé comme plante ornementale ou condimentaire dans les jardins.



Hippocratus



CONSTITUANTS PRINCIPAUX

- Oxydes terpéniques (1.8 cinéole ou eucalyptol pour 30 à 60%).
- Monoterpènes : alpha-pinène, bêta-pinène...

PROPRIETES généralement reconnues par les médecins aromathérapeutes

- Antibactérienne à tropisme ORL et pulmonaire
- Antivirale à tropisme ORL et pulmonaire
- Mucolytique
- Expectorante
- Antalgique
- Décontracturante (par voie locale)
- Antispasmodique digestif





INDICATIONS généralement reconnues par les médecins aromathérapeutes

Interne



- Rhinopharyngite (en accompagnement d'un traitement)
- Bronchite (en accompagnement d'un traitement)
- Colite spasmodique
- Ballonnements
- Douleurs articulaires (usage local)
- Contractures musculaires
- Grippe (plantes anti-virales)
- Mycoses digestives, hépatites.

ALLEGATIONS OFFICIELLES (s'il y a lieu)

- Soulage les douleurs inflammatoires.
- Soulage les douleurs rhumatismales.
- Apaise les douleurs musculaires.
- Apaise les douleurs articulaires.



POSOLOGIE habituellement conseillée



Pour une personne de 60 K. :

- Une à trois gouttes par jour en cure courte (60 mg) sur problématique ORL ou bronchique.
- Dilution 5 à 15% en usage local (Ex. poussée inflammatoire articulaire, douleurs paravertébrales de type contractures) une application deux fois par jour.
- Espacer dès amélioration.

PRECAUTIONS D'EMPLOI

- H.E. déconseillée dans les 3 premiers mois de la grossesse.
- Sensibilisation de type allergique possible.

ANECDOTES

Dans l'antiquité, les couronnes de laurier servaient à célébrer les héros. Le laurier étaient consacrés à Esculape (dieu grec de la médecine).

Le mot baccalauréat vient du latin bacca lauri (baies de laurier).

Le mot louanges vient de laurus en latin. Les baies entrent dans la composition du savon d'Alep à côté de l'huile d'olive.

