

LAVANDIN SUPER



Résumé

Réputée pour ses vertus de décontracturant musculaire, l'huile essentielle de Lavandin super est souvent utilisée en cas de crampes ou de courbatures. Elle est appréciée également pour son parfum purifiant. Calmante et relaxante, l'huile essentielle de Lavandin super soulagera le stress et la nervosité en diffusion.

Synthèse



Stress, nervosité	+++	++	+++	+++
Contraction musculaire après effort, crampes	+++	++		
Dermatose	+	+	++	++

Descriptif

Le lavandin est une espèce hybride qui résulte du croisement entre la lavande vraie (*angustifolia*) et la lavande aspic (*latifolia*). Le lavandin est donc stérile et ne se reproduit que par boutures. On ne le retrouve donc pas à l'état sauvage. L'huile essentielle de lavandin super se distingue de celle de lavande fine par la présence de camphre, ce qui explique son odeur plus forte et ses précautions d'usage. Sous arbrisseau très aromatique, apprécié des abeilles, il pousse à basse altitude. Ses tiges longues poussent en grosses touffes rondes. L'épi floral est bleu pâle, foncé et violet. Il porte plus de fleurs que la lavande.

Propriétés

- Anti douleur et calmante
- Antispasmodique et décontractant musculaire
- Fortement anti-inflammatoire
- Sédatif naturel
- Relaxant nerveux

- Tranquillisante et apaisante
- Antiseptique et cicatrisante

Équilibre le terrain énergétique des tempéraments sanguins (+++), nerveux (+++) et bilieux (++)

Au niveau psycho-émotionnel, apaise les colères et l'agitation intérieure.

Indications

- Problèmes cutanés : brûlure sans plaie, coup de soleil, dermatose infectieuse, cicatricielle, escarres, eczéma, prurit, mycose cutanée...
- Troubles ORL et respiratoires : bronchite, laryngite, otite, rhino-pharyngite, sinusite, maux de tête, douleurs musculaires, crampes.
- Hypertension artérielle, palpitations.
- Spasmes intestinaux
- Nervosité, agitation, énervements.
- Angoisses, émotivité.
- Insomnie, troubles du sommeil.
- Stress, surmenage des adultes.
- Tensions psychiques.
- Poux

Voies d'administration

- Voie interne : Peu approprié
- Voie cutanée : Oui, à diluer dans une huile végétale
- Diffusion : Oui
- Inhalation : Oui
- Bain : Oui

Exemples d'utilisation

Voie interne

Non recommandé sans avis médical. A forte dose, l'huile essentielle est néphrotoxique et hépatotoxique.

Voie cutanée

Hypertension : En massage ou en application : diluée à 10 ou 20% avec de l'huile végétale bio de préférence. Appliquer sur le plexus solaire, la colonne vertébrale, le haut du dos et la plante des pieds en cas d'hypertension artérielle ou palpitations.

Problèmes ORL : masser le thorax, la colonne et la plante des pieds. Sur le cuir chevelu en traitement des poux : 2 à 3 gouttes d'HE avec 1 noisette de shampoing, laver les cheveux tous les jours.

Ne pas utiliser pure car l'efficacité est faible et le risque de toxicité chronique est mal déterminé à ce jour. Il pourrait y avoir un impact sur le développement hormonal des enfants. Massage au niveau des tempes en cas de céphalées ou migraines ou sur un doigt en cas de brûlure.

Diffusion

2 gouttes sur un galet en bois par ex, à placer dans une pièce.

Inhalation

Pour lutter contre les infections, inhalation humide ou sèche sur un mouchoir. En cas d'hypertension artérielle ou de palpitations, respirer 3 fois directement au-dessus du flacon ou mettre des traces d'HE sur les poignets et respirer. Pour calmer les tensions ou éloigner les parasites, faire des diffusions d'HE.

Bain

A diluer dans une base neutre pour le bain. Certains mélangent 10 gouttes dans un verre de lait avant de verser le tout dans le bain.

Entretien

Non applicable.

Synergie avec d'autres huiles essentielles

Tea tree, gaulthérie, géranium, mandarine, menthe poivrée, oranger amer, eucalyptus radiata, myrte rouge...
mais aussi avec d'autres agrumes ou autres HE anti-infectieuses et calmantes, notamment en diffusion.

Précautions d'utilisation

Utilisateurs autorisés

- Adultes et adolescents
- Ne pas utiliser chez la femme enceinte de moins de 3 mois de grossesse.
- Sans connaissance de la composition, ne pas utiliser chez l'enfant de moins de 3 ans. Les HE peuvent contenir entre 2 et 12% de camphre. A 2% de camphre, l'HE peut être utilisée chez les enfants. A partir de 8% de camphre, elle peut devenir neurotoxique si elle est utilisée de manière prolongée et/ou étendue. Elle devient alors contre-indiquée aux femmes enceintes et allaitante et aux enfants de moins de 8 ans.

Risques d'utilisation

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).

- Ne pas laisser les flacons d'huiles essentielles à la portée des enfants.
- Se laver les mains avant et après avoir utilisé des huiles essentielles.
- Prudence pour les personnes épileptiques.
- Photosensibilisant donc ne pas s'exposer au soleil après en avoir appliqué
- Ne jamais augmenter les doses sous peine d'obtenir l'effet inverse.
- Présence d'allergènes : linalol, limonène, géraniol, coumarine.
- Dangers : H315, H317, H412

Ne pas confondre

Ne pas confondre avec d'autres variétés de lavande.

Indications techniques

Caractéristiques générales

- Nom botanique : *Lavandula burnatii*
- Autres noms : *Hybrida clone super*, *Lavandula x burnatii*, *Lavandula x hybrida*, Lavande hybride, Lavandin super acétate
- Famille : Lamiacées
- Origine : France, Espagne
- Partie de la plante : Sommités fleuries
- Méthode d'extraction : distillation complète par entraînement à la vapeur d'eau
- Toxicité : Très faible
- Récolte : Optimale lorsque 60 à 80% des fleurs sont fanées
- Rendement : 1,2kg d'HE par extraction de 100kg de plantes. 10 fois supérieur à celui de la lavande fine
- CAS : 91722-69-9

Caractéristiques biochimiques

Les composants d'une HE de lavandin super sont listés ci-dessous par ordre décroissant de quantité. Les pourcentages précis de chaque composant dépendent des lots analysés et sont susceptibles d'évoluer en fonction des conditions de production.

- Monoterpènes faibles pourcentages : camphène, beta-pinène, sabinène, limonène, beta-phellandrène, ocimène, gamma-terpinène
- Monoterpénols : linalol, bornéol, terpinène-4-ol, alpha-terpinéol, nérol
- Sesquiterpènes : beta-caryophyllène, beta-farnésène, germacrène-D
- Esters terpéniques : acétate de linalyle, acétate de lavandulyle, acétate de néryle, acétate de géranyle
- Cétone : camphre, octanone-
- Oxyde terpénique : 1-8 cinéole

Une bonne huile essentielle de Lavandin Super doit contenir :

- Esters (acétate de linalyle) : 25 à 45 %
- Monoterpénols (linalol) : 25 à 45 %
- Cétones (camphre) : 2 à 7 %

L'huile essentielle de Lavandin Super contient plusieurs composants biochimiques allergènes :

- Linalol (30 à 45 %)
- Limonène (≤ 1 %)
- Géraniol (≤ 1 %)
- Coumarine ($\leq 0,2$ %)

Caractéristiques physiques

- Densité à 20° C : 0,880 à 0,896
- Indice de réfraction à 20° C : 1,456 à 1,465
- Pouvoir rotatoire à 20° C : -9° à -4°

- Point éclair : +75° C

Caractéristiques organoleptiques

- Aspect : liquide mobile limpide
- Couleur : jaune très clair à orangée
- Odeur : parfum agreste et camphré caractéristique du lavandin

Respecter les précautions d'emploi des huiles essentielles. Pour tout usage des huiles essentielles dans un but thérapeutique, consultez un médecin. Les huiles essentielles ne sont pas des médicaments et ne peuvent en aucune façon se substituer à une prescription médicale. Les informations données sur le site ne font pas office de prescription, elles restent des données à titre informatif, elles n'engagent en rien notre responsabilité et ne remplacent pas les conseils d'un spécialiste. Le texte, les propriétés connues, les exemples d'utilisations et les voies d'administrations décrites sur cette fiche sont des informations générales tirées de bibliographies faisant autorité dans le milieu des huiles essentielles et de l'aromathérapie. Vous trouverez sur ce site une bibliographie listant des ouvrages de référence et des articles de recherche scientifique.

Les huiles essentielles sont sensibles aux rayonnements UV ainsi qu'à l'évaporation progressive de leurs constituants. Il est donc impératif de conserver vos huiles essentielles dans un flacon en verre coloré ou en aluminium à fermeture étanche à une température comprise entre 5°C et 40°C.