

# Laurier noble

## *Laurus nobilis*

**Molécules aromatiques :** 1,8 cinéole

**Partie distillée :** la feuille



Beaucoup plus connue dans l'Antiquité où il couronnait la tête des vainqueurs et dans l'art culinaire où il entre dans la composition du bouquet garni, le laurier produit une huile essentielle remarquable encore trop peu utilisée en aromathérapie. Originnaire du bassin méditerranéen, cet arbre à écorce gris foncé et lisse porte des feuilles vert foncé brillantes dessus, plus pâles dessous.

### **PROPRIÉTÉS PRINCIPALES :**

antibactérienne remarquable • antivirale puissante • fongicide excellente • mucolytique et expectorante • antalgique et antinévralgique très efficace • régulatrice du système nerveux sympathique et parasympathique.

### **INDICATIONS TRADITIONNELLES :**

- Bronchites et sinusites chroniques, gripes ++++
- Mycoses cutanées, gynécologiques et digestives ++++
- Acnés, psoriasis, escarres, ulcères variqueux +++
- Inappétence, dyspepsie, colite, flatulence +++
- Arthrite, rhumatismes, névrite, névralgie +++
- Anxiété, psychose, dépression +++
- Gingivite, aphtes, parodontoses ++++
- Maladies infantiles : rougeole, varicelle +++

### **POSOLOGIE CONSEILLÉE :**

Voie buccale : 2 gouttes H.E.C.T. et 2 gouttes H.V. noisette sur l'affection buccale, 3 fois par jour.

Voie externe : 2 à 3 gouttes H.E.C.T. et 2 gouttes H.V. noisette en application sur l'affection douloureuse ou dermatologique, 3 fois par jour.

### **RENSEIGNEMENTS UTILES :**

déconseillé dans les 3 premiers mois de la grossesse • sensibilisation de type allergique possible.

### **LE CONSEIL DU PROFESSIONNEL :**

2 à 3 gouttes de laurier noble et 2 gouttes d'orange douce dans une noix de shampoing puis traiter vos cheveux. Vous découvrez alors l'action stimulante sur le cuir chevelu et les cheveux dont la croissance sera tonifiée.