

## L'Huile Essentielle du mois

Premier trimestre

### **Eucalyptus radié**

*Eucalyptus radiata*

**Famille botanique :** Myrtacées

**Situation géographique :** Australie

**Molécules aromatiques :** Oxydes (1,8 cinéole), Alcools (Terpinène 1 ol 4, alpha terpinéol, linalol)

**Partie distillée :** Feuille

**Autres noms :** Eucalyptus australiana, Eucalyptus officinal

L'eucalyptus radié possède un tronc gris – bleu, une écorce caduque, des feuilles juvéniles arrondies et des feuilles adultes lancéolées. Les aborigènes d'Australie utilisent les feuilles à l'état frais pour panser leurs plaies.

#### **Propriétés principales :**

- Anticatarrhal, expectorant
- Antitussif
- Antiviral , stimulante immunitaire
- Energisante, neurotonique
- Renforce le système immunitaire

#### **Indications thérapeutiques traditionnelles :**

- Bronchites, bronchites asthmatiformes, sinusites +++
- Gripes, rhumes, épidémies virales +++
- Asthénies profondes (tonique général, fatigues chroniques) +++

#### **Précautions :**

- Déconseillé dans les 3 premiers mois de la grossesse
- Les personnes asthmatiques doivent être prudentes en cas de crise car, comme d'autres HE (Ravintsara, Eucalyptus globulus ...) il y a un taux important d'oxydes terpéniques (70 %) sans cette HE

#### **Posologie conseillée :**

- **Voie interne :** 2 gouttes HE sur un support approprié 3 fois / jour
- **Voie externe :** 3 à 4 gouttes HE + 3 gouttes HV 3 fois / jour en onction sur le thorax et le haut du dos
- **Diffusion atmosphérique : oui**  
→ plutôt le matin ou dans la journée car cette HE est plutôt tonique  
→ y penser aussi pour la désinfection des locaux
- **Inhalation sèche : oui**

#### **Remarques :**

- HE Eucalyptus radié (ou radiata) est proche HE Ravintsara de par la concentration de ses molécules aromatiques. C'est une HE également excellente en cas d'épidémies virales. A utiliser donc en prévention (comme en curatif) , plutôt l'hiver. C'est une HE drainante des bronches. Idéale donc en cas de bronchite, surtout chronique ou récidivante

- HE Eucalyptus radié est une HE d'une tolérance cutanée et d'une innocuité exceptionnelle. Au quotidien, dans les périodes d'épidémies virales contagieuses, rien n'est plus efficace que l'application sur le thorax et le dos de 2 à 4 gouttes de cette HE pour vous protéger de l'agression du virus et passer au travers sans crainte .
- L'emploi d'HE Eucalyptus radié est souvent préférable à l'emploi d'HE Eucalyptus globulus. Car HE Eucalyptus globulus présente des précautions : souvent allergisant, abortif, vigilance en cas d'asthme. HE Eucalyptus radié ne présente aucune précaution ; elle possède, en plus, une action anti inflammatoire.
- C'est l'HE parfaite pour le sauna : antiseptique et dégage les voies respiratoires
- HE qui convient dans un bain (pour retrouver de l'énergie et mieux respirer). *Diluer une dizaine de gouttes dans une base lavante*
- C'est l'HE qui convient aux enfants grâce à sa parfaite tolérance et sa souplesse d'emploi. Attention aux doses !!!!!!!!!!!
- La voie d'utilisation la plus fréquente de cette HE est la voie cutanée. 2 gouttes sur le thorax et en haut du dos sont très efficaces. Généralement, la voie orale est employée pour des grosses bronchites ou fortes gripes. La voie cutanée suffit généralement.

**Attention à ne pas confondre :**

→ Cette HE avec les nombreuses autres HE Eucalyptus

**Par Dr Paul Dupont :**

HE Eucalyptus radié agit sur le thymus. Elle rééquilibre les fonctions psychiques en relation avec cette glande, apaise les troubles liés au moi et à l'amour propre, aide à se libérer des craintes et de l'anxiété. Cette HE contribue en particulier à neutraliser les agressions psychiques et à diminuer l'agressivité intérieure qui pourrait s'ensuivre, notamment lorsque ces agressions proviennent des pensées envahissantes et négatives de l'entourage.

**Par Deborah Eidson :**

HE Eucalyptus radié d'efforce de soulager les corps émotionnel, mental, éthérique et physique de la profonde douleur qui s'y trouve. (...) HE Eucalyptus radié rafraichit et élève le niveau des corps émotionnel et mental. Il aide à libérer le chagrin retenu dans les poumons (...) L'énergie d'Eucalyptus radié met en lumière la nature de vos relations et vous aide à prendre conscience de vos habitudes anarchiques vis-à-vis de vos relations. (...) L'eucalyptus radié vous aide à devenir conscient des projections et à éliminer les conflits et les désaccords. Vous pouvez ainsi arrêter de manipuler inconsciemment une personne dans le but de combler vos besoins. L'Amour commence par soi même et ne peut être véritablement comblé que par le Moi spirituel. (...) Les capacités chaleureuses et profondément pénétrantes de l'HE Eucalyptus radié nourrissent les poumons et l'arrière du torse. En utilisant HE Eucalyptus radié, vous pouvez libérer des sentiments de chagrins refoulés et les transformer en joie (...)