Huile essentielle Eucalyptus radié

Eucalyptus radiata

Famille botanique : Myrtacées
Situation géographique : Australie
Molécules aromatiques :
Oxydes : 1,8 cinéole Alcools terpéniques : Terpinène 1 ol 4, alpha terpinéol, linalol
Partie distillée : Feuille
Autres noms : Eucalyptus australiana, Eucalyptus officinal

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

Indications thérapeutiques traditionnelles :
- Bronchites, bronchites asthmatiformes, sinusites +++
- Grippes, rhumes, épidémies virales +++
- Asthénies profondes (tonique général, fatigues chroniques) +++

+ = petite action ++ = belle action +++ = très bonne action

L'huile essentielle d'Eucalyptus radié *Eucalyptus radiata* est une huile essentielle qui se range dans la famille des Oxydes terpéniques.

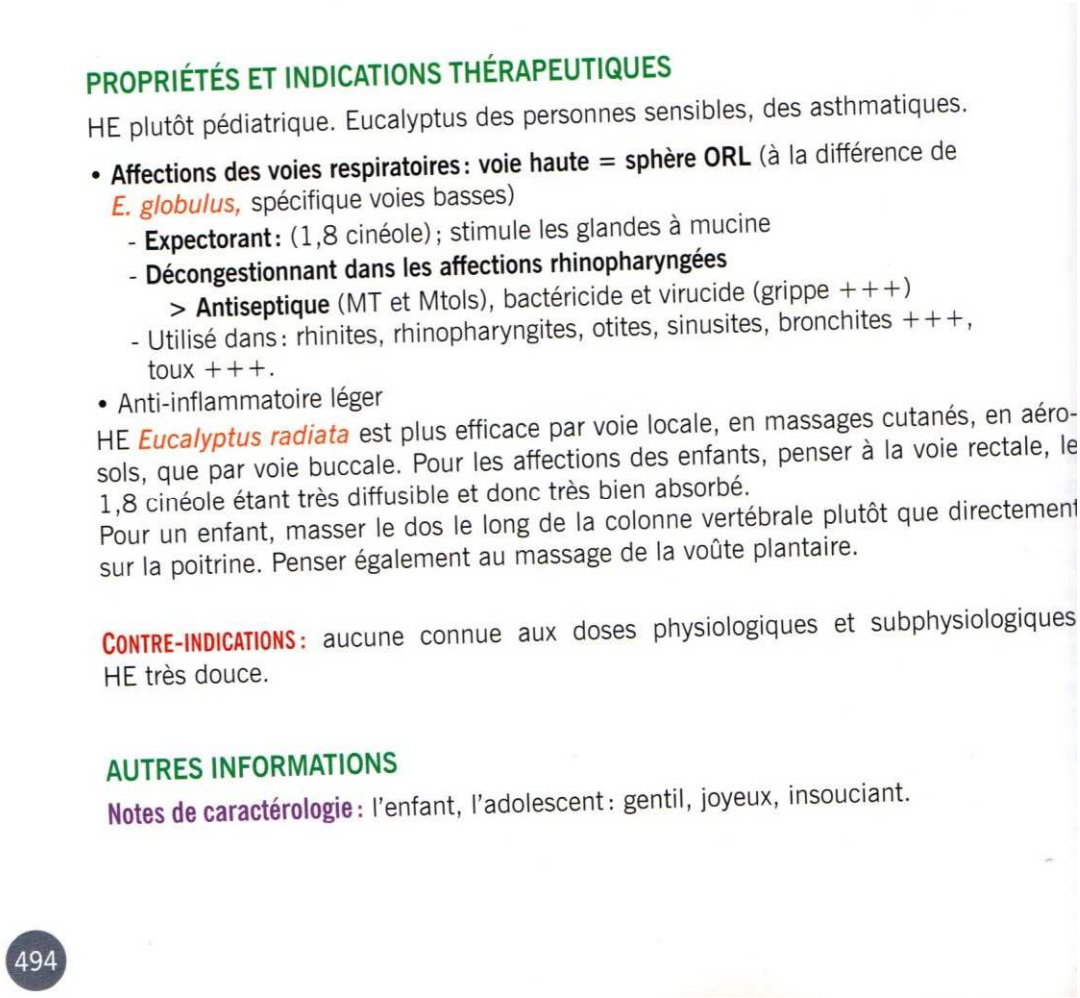
Dans cette famille bio chimique, se trouve aussi : HE Ravintsara , HE Mandravasarota *(ou Saro)* , HE Eucalyptus globulus, HE Myrte vert, HE Romarin CT cinéole ….

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 %) dans cette huile essentielle.

Ce qui est curieux c'est que dans les livres édités il y a 10 ans (et même avant), cette huile essentielle est recommandée chez les personnes asthmatiques.

Exemple : dans le « Traité d'aromathérapie scientifique et médicale » de Michel Faucon, édité en 2012 il est cité à propos de l'HE Eucalyptus radié :
HE plutôt pédiatrique. Eucalyptus des personnes sensibles, des asthmatiques.

Suite de la page :



PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS THÉRAPEUTIQUES

HE plutôt pédiatrique. Eucalyptus des personnes sensibles, des asthmatiques.

- **Affections des voies respiratoires : voie haute = sphère ORL** (à la différence de *E. globulus,* spécifique voies basses)
  - **Expectorant :** (1,8 cinéole) ; stimule les glandes à mucine
  - **Décongestionnant dans les affections rhinopharyngées**
    > **Antiseptique** (MT et Mtols), bactéricide et virucide (grippe +++)
  - Utilisé dans : rhinites, rhinopharyngites, otites, sinusites, bronchites +++, toux +++.
- Anti-inflammatoire léger

HE *Eucalyptus radiata* est plus efficace par voie locale, en massages cutanés, en aérosols, que par voie buccale. Pour les affections des enfants, penser à la voie rectale, le 1,8 cinéole étant très diffusible et donc très bien absorbé.
Pour un enfant, masser le dos le long de la colonne vertébrale plutôt que directement sur la poitrine. Penser également au massage de la voûte plantaire.

CONTRE-INDICATIONS : aucune connue aux doses physiologiques et subphysiologiques HE très douce.

AUTRES INFORMATIONS

Notes de caractérologie : l'enfant, l'adolescent : gentil, joyeux, insouciant.

494

L'huile essentielle d'Eucalyptus radié est l'huile essentielle diffusée dans les saunas, ou hammam.

Elle est fortement AV . Elle aide à bien respirer.
Ses deux atouts lui font une place de choix dans ces endroits-là.

Attention à ne pas confondre :

Avec :
HE Eucalyptus globulus - Eucalyptus mentholé *(dives – piperitone)* - Eucalyptus citronné - Eucalyptus smithii – Eucalyptus CT Cryptone

Son rôle anti viral :

HE Eucalyptus radié est fortement anti viral.
Il est équivalent à HE Ravintsara sur ce plan.

Les deux sont indiquées pour se prémunir des virus circulant, plutôt l'hiver, dans des endroits confinés où l'air ne circule pas bien : centres commerciaux, théâtre, cinéma etc…

Les 3 huiles anti virales de l'hiver *(ceci a été vu en cours au 1er ou au 2ème module de formation)* sont : HE Ravintsara - HE Eucalyptus radiata et HE Niaouli

Elles sont souvent citées comme étant les 3 meilleures HE de l'hiver au niveau de leur puissance.

- HE Ravintsara , outre le fait d'être AV, stimule les défenses naturelles présentes en nous
- HE Eucalyptus radiata , outre le fait d'être AV , de stimuler notre immunité, préserve nos bronches *(cette HE est drainante pulmonaire)*
- HE Niaouli "ouvre" à la respiration par ses propriétés broncho dilatatrices.
  Elle est AV mais aussi AB sélective.
  Elle est souvent associée à l'une ou l'autre des HE citées ci dessus pour ses propriétés AB.
  Avec elle, il y a cette couverture là, en plus.

A qui convient très bien cette huile essentielle ?

HE Eucalyptus radiata convient à tout le monde.
Il convient d'être prudent avec les personnes asthmatiques (voir ci-dessus)

HE Eucalyptus radiata convient aux enfants puisqu'elle est présente dans les produits Pranabébé.

C'est, selon moi, l'huile essentielle à utiliser en diffusion atmosphérique, le matin, au petit déjeuner, en famille (ou pas) pour stimuler les défenses naturelles, augmenter la protection anti virale et bien respirer.
Rappel : le temps de diffusion ne doit pas excéder 20 minutes.

HE Eucalyptus radiata convient aux personnes âgées qui manquent de force, qui manquent de souffle.

HE Eucalyptus radiata convient aux personnes qui parlent beaucoup : les orateurs, les formateurs, les enseignants, les professeurs, les intervenants, les chanteurs etc…..car cette huile essentielle recharge l'énergie du poumon. Lequel se fatigue beaucoup quand les personnes sollicitent beaucoup leur voix.

HE Eucalyptus radiata convient aux personnes qui chantent dans des chorales ; soit ponctuellement, soit régulièrement.

HE Eucalyptus radiata convient aux personnes qui pratiquent un sport, soit ponctuellement, soit régulièrement.

Son rôle de drainage pour les poumons :

HE Eucalyptus radiata, par ses propriétés anti catarrhales fait partie des huiles essentielles qui drainent l'émonctoire qu'est le poumon.
Emonctoire = organe chargé (naturellement) de l'élimination des déchets de l'organisme

Parfois, cette huile essentielle est associée à HE Romarin CT verbénone , qui , elle aussi, possède des propriétés de drainage pulmonaire.

La relation avec l'élément MÉTAL de la Médecine Traditionnelle Chinoise :

J'avertis tout de suite le lecteur que je n'ai pas de bonnes connaissances en **MTC** (**M**édecine **T**raditionnelle **C**hinoise), mais seulement des notions.

La MTC est complexe et très précise. Elle fait partie des médecines anciennes, qui ont fait leurs preuves, un peu comme l'ayurvéda en Inde.

Les notions que j'ai me permettent de vous donner des explications précises et détaillées sur cette huile essentielle en particulier.

En MTC le poumon et le gros intestin sont complémentaires.

Les poumons correspondent à l'élément Métal. Lequel correspond à l'automne.

Le poumon permet d'absorber le « chi » de l'extérieur (sous la forme de l'oxygène mais pas uniquement) pour être transformé dans le corps en Énergie Vitale.

Le rôle de cette énergie est de donner la force et la capacité de résistance aux agressions du monde extérieur.

Car le poumon fait la « balance » entre l'extérieur et l'intérieur.

La circulation de l'énergie commence par le poumon, du premier cri du nourrisson jusqu'au dernier soupir.

Le poumon a la charge de l'énergie physique ; il assiste le cœur en contrôlant l'énergie qui provient de l'air.

Le poumon contrôle aussi l'énergie grâce aux transformations qu'il dirige. En effet, pour pouvoir circuler partout dans le corps, l'énergie de la Terre (des aliments) doit se combiner avec l'Energie du Ciel (de l'air) pour former l' « Energie Essentielle ».
Si cette combinaison est mal dirigée, l'organisme sera mal « nourri ».

Les poumons sont liés à l'élément Métal, élément souvent mal perçu et mal compris. C'est lui qui amène cette capacité de trancher avec tout ce qui n'est pas juste pour soi : relations, travail, comportements ….de délimiter un espace physique, émotionnel et psychique (processus qui permet de construire une identité) et d'incarner les énergies dans la matière (concrétiser un projet en acceptant de bien voir chaque étape par lesquelles cela doit passer – contraintes etc…sinon nous restons sur la plan du rêve….)

L'élément Métal est le seul des 5 éléments à ne pas être naturel.

Les autres éléments : Bois, Eau, Feu, Terre

Le Métal est capable de se déformer sans se rompre, c'est la main de l'homme qui lui façonnera sa forme. Cet élément acceptera la forme qu'on lui donne.

L'automne est l'occasion de nettoyer les poumons et leurs méridiens de mémoires qui les encombrent et qui peuvent mener à de nombreux déséquilibres : problèmes respiratoires, problèmes ORL, tristesse, doute, critique intérieure, manque de confiance en soi, manque d'organisation, difficultés à incarner les choses…

Le poumon (qui est un organe Yin) est dépositaire de l'élément Métal. Il est couplé au gros intestin (qui est un organe Yang)

Le poumon :

Sa fonction physique : le poumon gouverne l'énergie et la respiration, le nez et la peau. Il commande l'ouverture et la fermeture des pores. Il diffuse l'énergie.

Sa fonction émotionnelle : la tristesse, la mélancolie, le chagrin

La symptomatologie : rhumes, toux, asthme, troubles de la voix, tristesse, chagrin, manque de souffle et troubles cutanés.

Le gros intestin :

Sa fonction physique : il transporte et évacue les déchets. Il réabsorbe l'eau résiduelle.

Sa fonction émotionnelle : la tristesse, la mélancolie, le chagrin, les blessures difficiles à « évacuer »

La symptomatologie : constipation, diarrhées, douleurs abdominales

Synergie du méridien du Poumon :

HE Ravintsara : 12 gouttes
HE Niaouli : 9 gouttes
HE Eucalyptus radié : 9 gouttes
Dans HV QSP 10 ml (ou 9 ml)

Concentration HE 10 % soit 1ml pour 10 ml HV

Appliquez 2 à 3 gouttes de cette synergie en massant légèrement le long de la ligne indiquée. Puis passez à l'autre main en agissant de la même façon
→ Ceci 2 fois / jour (matin et soir) pendant 5 à 7 jours consécutifs (environ)

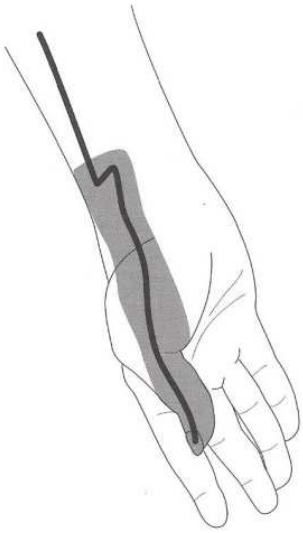
Possibilité de refaire ceci 7 jours supplémentaires, un peu plus tard ; après avoir laissé passer quelques jours.

Intérêt :

Cette synergie va permettre de rééquilibrer l'énergie du méridien du Poumon pour les pathologies « pulmonaires » : toux, grippes, bronchites, refroidissements …. Mais aussi pour les pathologies de type cutané : dermatoses, eczéma, démangeaisons …..
On l'utilisera aussi pour toutes les difficultés liées au système immunitaire instinctif, inné (géré par l'énergie des poumons)

Conseil :
Utilisez cette synergie sur le trajet du méridien du poumon matin et soir pendant 5 à 7 jours consécutifs au début de l'automne ou pendant l'automne pour fortifier le poumon et l'énergie de cette force vitale qui se doit de circuler à travers le corps.
Possibilité de refaire ceci 7 jours supplémentaires, un peu plus tard ; après avoir laissé passer quelques jours.

Vous pouvez masser le trajet du méridien largement ET jusqu'à l'intérieur du coude.



Conseils :

En cas d'infection pulmonaire : toux importante, fatigue et éventuellement fièvre :

Évidemment, vous allez consulter votre médecin traitant

Vous pouvez aussi vous préparer une synergie, à appliquer localement, en regard des poumons, dans l'idéal : devant (sur la poitrine) et derrière (dans le haut du dos)

Appliquez quelques gouttes de cette synergie 3 ou 4 fois / jour le temps d'aller mieux

HE Eucalyptus radié : 30 gouttes
HE Tea tree : 30 gouttes
HE Palmarosa : 30 gouttes

Dans QSP 30 ml d'huile végétale

Concentration à 10 % HE soit 90 gouttes pour QSP 30 ml HV

QSP = Quantité Suffisante Pour
Ce qui signifie que vous comptez d'abord dans le flacon vide les gouttes d'huiles essentielles, puis vous complétez avec de l'huile végétale (l'huile végétale de votre choix : Amande douce, Jojoba, Noyaux d'abricot, arnica, Millepertuis …)

Précaution : la seule précaution à l'utilisation de cette synergie concerne les femmes enceintes. Toutes les huiles essentielles sont déconseillées pendant la grossesse. Mais HE Palmarosa encore plus puisqu'elle possède des propriétés utéro toniques.

Cette synergie concerne les adultes, ou les enfants à partir de 10 ans environ. Pour les enfants plus jeunes, il sera préférable d'appliquer quelques gouttes par voie cutanée 2 fois / jour seulement.

Attention aux mamans qui utiliseraient cette synergie pour leur enfant et qui seraient enceintes. Dans ce cas, c'est le papa (ou le conjoint) qui l'utiliserait. S'il n'y a pas de papa ou de conjoint présent, la maman mettrait des gants

En cas de toux (sèche ou grasse), voilà quelque chose à faire, efficace et relativement simple :

Dans un bol, vous allez mettre ½ verre d'eau, la plus chaude possible.
Dans cette eau vous déposerez ; soit :
2 gouttes HE eucalyptus radié + 2 gouttes HE Ravintsara
OU
3 gouttes HE eucalyptus radié seulement
OU
2 gouttes HE Eucalyptus radié + 2 gouttes HE Mandravasarota (ou Saro)

Dans cette eau chaude additionnée de ces gouttes d'huiles essentielles, trempez un linge fin, un mouchoir en tissu par exemple

Essorez-le et appliquez-le sur la peau, sur la poitrine, en regard des poumons.

L'idéal est la position allongée.
L'eau ne doit pas être chaude au point d'abimer la peau, la chaleur doit être supportée.

Nous le savons, les huiles essentielles ne sont pas miscibles dans l'eau mais en trempant ce linge, les gouttes HE se mélangeront d'elles-mêmes.

Si vous utilisez une serviette de toilette, le tissu étant plus épais, il y aura beaucoup d'HE dans la serviette et moins d'HE en contact avec la peau.

Une fois le linge ainsi imbibé appliqué sur la peau, appliquez du cello frais afin de maintenir la chaleur, puis déposez une serviette de toilette SÉCHE, puis, par-dessus cette serviette de toilette sèche, une bouillote.
Car le but est de garder la chaleur

Restez ainsi tant que vous ressentez la chaleur. Dès que vous ressentez le froid, enlevez tout. Puis rhabillez-vous pour ne pas prendre froid.

Refaites ceci 2 fois dans la soirée et/ou le matin si possible.
En très peu de temps, vous ressentirez un grand mieux.

Il n'y a aucune contre-indication.
Les huiles essentielles doivent bien sûr, être de qualité

Ce procédé concerne des adultes et les enfants à partir de 10 ans environ.

Énergétiquement :

Par Dr Paul Dupont dans l'ouvrage : « Propriétés physiques et psychiques des huiles essentielles »

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 dans l'ouvrage : « La guérison vibratoire »

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 (…)

Au niveau subtil :

HE Eucalyptus radié c'est **chacun son air**

L'énergie qui se dégage de cette huile essentielle pourrait se traduire par « Chacun son air, chacun sa « force intérieure », chacun sa place…. »

Pour éloigner les moustiques :

Pour éloigner les moustiques ou tout autre insecte piqueur, déposez dans 150 grammes de miel 4 à 5 gouttes d'huile essentielle d'Eucalyptus radié + 4 à 5 gouttes d'huile essentielle de Lemongrass *(Cymbopogon flexuosus ou Cymbopogon citratus)*

Il y a 2 noms latins pour la même huile essentielle : cela dépend de son lieu de provenance

Vers le mois de mars (ou avril), en prévision d'un été riche en moustiques, mettez en bouche la pointe d'une cuillère à café de ce miel aromatique matin et soir *(ou seulement le matin, ou seulement le soir)*

Et ce, pendant tout le printemps jusqu'en juin, par exemple.

L'huile essentielle de Lemongrass contient du citronellal, cette molécule met à distance les insectes piqueurs.
L'huile essentielle d'Eucalyptus radié stimule l'immunité et donne l'information : chacun son air.

HE Lemongrass est ion - HE Eucalyptus radié est ion + : les deux vont s'équilibrer ; les prises peuvent donc se prendre matin et soir, ou matin, ou soir, cela n'a pas d'importance. Ce qui compte, c'est la régularité.

Les huiles essentielles se ressentiront *(par les insectes piqueurs)* à travers la peau et la transpiration ; vous éviterez leurs piqûres.

Ce miel aromatique est indiqué pour les adultes.

En diffusion atmosphérique :

L'huile essentielle d'Eucalyptus radié est une huile essentielle de choix à diffuser le matin, pendant le petit déjeuner, quand toute la famille est réunie.

Attention aux bébés et aux jeunes enfants de moins de 36 mois

Pendant 10 à 15 minutes

Avant que chacun aille dans sa journée.

Cette huile essentielle stimulera l'immunité, mettra à distance les virus de l'hiver et fortifiera l'énergie pulmonaire de chacun.

Abréviations :

HE = Huile essentielle HV = Huile végétale HM = Huile Macération

HA = Hydrolat aromatique (ou Hydrosol)
Ssp = Sous espèce CT = Chémotype CV = Cultivar

AB = Antibactérien
AV= Antiviral
AF = Antifongique
AP = Antiparasitaire
CI =Contre-indication