

huile essentielle  
100% pure et naturelle

# Lavande aspic

*Lavandula spica*

partie distillée : **sommité fleurie**

molécules principales : 1,8 cinéole, linalol, camphre



## Protège et régénère la peau rougie (insectes, méduses, soleil...)

### La lavande aspic, en quelques mots

La lavande aspic est bien différente de sa cousine la lavande vraie. Moins sauvage, de floraison plus tardive (juin-juillet), elle croît dans des climats doux, faiblement perturbés par des vents violents ou par des intempéries. De par son port haut et élané, elle agrémente volontiers de nombreux parterres et rocailles.

L'huile essentielle de lavande aspic se singularise par la présence importante de cinéole et de camphre, pratiquement absents de l'huile essentielle de lavande vraie.

Son nom vernaculaire lui fût donné suite à la constatation de son pouvoir étonnant d'endiguer rapidement par simple friction les suites néfastes de morsures de vipère aspic.

### Voies privilégiées d'utilisation

voie orale (O)



**sous conseil**

voie cutanée (M)



++++

diffusion aérienne (D)



++

+ = conseillé → ++++ = vivement conseillé

### Le conseil pratique

Dès qu'une zone de peau sensible est localisée, frictionner 4 gouttes d'huile essentielle de lavande aspic pure et tapoter vigoureusement du doigt ; répéter l'opération toutes les 20 minutes durant 1 à 2 heures.

### Précautions d'usage particulières

L'huile essentielle de lavande aspic ne présente pas de risque particulier ; comme la plupart des huiles essentielles, prudence chez la femme enceinte et allaitante (demandez conseil à votre pharmacien ou aux professionnels de la santé).

## Protection de la peau

Localement, la préparation suivante pure, diluée à 20% dans une huile végétale ou incorporée dans une crème cosmétique à 10%.



HECT	Lavande aspic - <i>Lavandula spica</i> .....	15 gttes
HECT	Lavande vraie - <i>Lavandula angustifolia ssp angustifolia</i> ....	10 gttes
HECT	Tea-tree - <i>Melaleuca alternifolia</i> .....	10 gttes
HECT	Palmarosa - <i>Cymbopogon martinii var. motia</i> .....	15 gttes

## Peaux rougies, coups de soleil

quelques gouttes de la préparation suivante en massage léger sur la zone concernée ; à répéter 2 à 3 fois par jour jusqu'à amélioration sensible.



HECT	Lavande aspic - <i>Lavandula spica</i> .....	20 gttes
HECT	Bois de rose BIO - <i>Aniba rosaeodora var. amazonica</i> .....	5 gttes
HECT	Ciste ladanifère - <i>Cistus ladaniferus</i> .....	5 gttes
HV	Rose musquée du Chili - <i>Rosa rubiginosa</i> .....	30 gttes
HV	Millepertuis - <i>Hypericum perforatum</i> .....	40 gttes

## Mélange pour diffuseur

### «Notes de Provence»

La préparation suivante en diffusion atmosphérique classique en cloche de verre ou en diffusion ultrasonique.

Pour parfumer garde-robes ou autres armoires de rangement, déposer quelques gouttes du mélange sur des boules en bois, sachets de plantes séchées,...



HECT	Lavande aspic - <i>Lavandula spica</i> .....	10 gttes
HECT	Lavande vraie - <i>Lavandula angustifolia ssp angustifolia</i> ....	15 gttes
HECT	Rosmarin à cinéole <i>Rosmarinus officinalis</i> CT CINÉOLE .....	15 gttes
HECT	Thym à feuilles de sarriette - <i>Thymus satureioides</i> .....	5 gttes
HECT	Laurier noble - <i>Laurus nobilis</i> .....	5 gttes

Référence : L'AROMATHERAPIE. Se soigner par les huiles essentielles  
D. Baudoux – Eds Amyris (Bruxelles) - 2002