

l'aromathérapie

exactement

Reconnus depuis la plus haute Antiquité pour leurs puissantes propriétés thérapeutiques : les extraits aromatiques (huiles essentielles et essences naturelles — dont la différence doit être connue), méritent, de très longue date, d'occuper une place importante en médecine.

Outre leurs activités antiseptiques, anti-infectieuses, antiparasitaires, antivirales... incomparables, et constamment vérifiées, ces substances naturelles (lorsque les critères de qualité sont respectés) sont dotées également de nombreuses autres propriétés qui, quoique moins connues, se révèlent remarquables.

Redécouverte à travers divers ouvrages de vulgarisation, et la publication de certains travaux très spécialisés, l'aromathérapie attendait un traité (théorique et pratique) de référence...

Le présent ouvrage donne au praticien, au pharmacien, à l'étudiant... les moyens d'appréhender puis d'utiliser avec efficacité, et dans la plus grande sécurité, les extraits aromatiques sur des bases rationnelles, confirmées tant par le laboratoire que par la clinique.

Les connaissances botaniques, biophysiques, et chimiques indispensables à la maîtrise de l'emploi thérapeutique des huiles essentielles et des essences naturelles selon des critères rigoureux sont livrées ici de la façon la plus exhaustive.

Mais l'aromathérapie exactement va bien au-delà de la collection des connaissances et des découvertes antérieures. Cette encyclopédie constitue, en plus de la synthèse inédite tant attendue, la première mise à disposition d'une approche totalement nouvelle fondée par Pierre Franchomme : l'aromathérapie énergétique. Concept élaboré à partir de l'étude des charges électroniques portées par les différentes molécules "aromatiques".

De plus, elle pose les fondements d'une médecine aromatique cohérente : son Livre troisième donne les clés d'une pratique d'un niveau inégalé.

Enfin, sont présentés ici, pour la première fois, plus de deux cent soixante-dix extraits aromatiques, avec la description : de leurs composants, de leurs propriétés, de leurs indications, de leurs contre-indications, et de leur valeur thérapeutique.

Conclu par une bibliographie comportant plus de huit cents entrées, et par trois index : illustré de nombreux cas cliniques, et d'une iconographie abondante : l'aromathérapie exactement donne les moyens de tirer immédiatement profit des possibilités d'une méthode aux origines pluri-millénaires et aux applications multiples.

Le présent traité : proposé, initié, conçu, organisé, rédigé, complété, illustré, et édité par Roger Jollois... donne à l'aromathérapie le rang de science médicale naturelle auquel elle a droit, et offre à qui le prend pour guide les moyens d'accéder de plain-pied à une pratique d'une qualité puis d'une efficacité exceptionnelles.

l'aromathérapie
exactement

l'aromathérapie

exactement

Encyclopédie de l'utilisation thérapeutique des extraits aromatiques



*fondements,
démonstration,
illustration,
et applications
d'une science
médicale naturelle*

Sous la direction scientifique et à partir
des informations et des travaux de

Pierre Franchomme
Chercheur aromatologue

Initiative, conception, organisation, rédaction,
collaboration scientifique et médicale, direction
technique, dessins assistés par ordinateur et édition

Roger Jollois
Soléologue

Sous la direction médicale et à partir des
recherches thérapeutiques de

Daniel Pénnoël
Docteur en médecine

Chaque monographie comporte : les principes actifs majeurs, les propriétés, et les indications de l'huile essentielle étudiée ; la mention (vt + à +++++), qui suit son nom indique la "valeur thérapeutique" de l'huile essentielle :

- +++++ indiquant une très grande valeur ;
- +++ une grande valeur ;
- ++ une valeur moyenne ;
- + un intérêt moins important.

Ne sont indiqués que les principes actifs, les propriétés, et les indications strictement liés aux huiles essentielles. En effet, il s'agit de donner au praticien, au chercheur, et à l'étudiant, une référence en aromathérapie, et non en phytothérapie. Ainsi, par exemple, les propriétés antidiabétiques d'*Eucalyptus globulus* ne sont pas indiquées ici car celles-ci sont dépendantes de molécules non volatiles...

Roger Jollois

Références bibliographiques : 94 — 155 — 270 — 271 — 272 — 407 — 470 — 637 — 656 — 665 — 684 — B — C — E — H — L — M — N — S.

***Abies alba* Mill.**

Sapin blanc ou argenté (aig.) Abiétacées

Principes actifs :

- Monoterpènes (90-95 %) : (-)- α -pinène (24 %), camphène (21 %), (-)-limonène (34 %) ;
- Esters terp. (5-10 %) : acétate de (-)-bornyle.

Propriétés :

- Antiseptique ++ ;
- Anticatatarrhale + ;
- Antiarthrosique ;
- Stimulante.

Indications (vt +) :

- Bronchites aiguë et chronique +, refroidissement ;
- Arthrose ;
- Asthénie.

Contre-indications : usage exagéré (présence (?) d'acétone neurotoxique) ; v.o. limitée.

***Abies balsamea* (L.) Mill.**

Sapin baumier (aig.) Abiétacées

Principes actifs :

- Monoterpènes (75-90 %) : (-)- α et (-)- β -pinènes (5-10 % et 21-44 %), (-)-camphène (4-11 %), δ -3-carene (7-35 %), (-)-limonène (3-20 %) ;
- Esters terp. (10-25 %) : acétate de bornyle (9-23 %) ;
- Céto-esters sesquiterp. (faible %) : juvabione.

Propriétés :

- Positivante ;
- Antiseptique ++, antiparasitaire ;
- Antispasmodique + ;
- Antiarthrosique + ;
- Stimulante.

Indications (vt ++)

- Rhinite +, bronchite, sinusite (staph., coli.) ++, refroidissement + ;
- Aérophagie +, ascaridose ;
- Arthrose +.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques ; v.o. limitée.

***Abies sibirica* Ledeb.**

Sapin de Sibirie (aig.) Abiétacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : (-)-camphène (10 %) ;
- Esters terp. (30-42 %) : acétates de (-)-bornyle (30-40 %), et de terpényle ;
- Diterpénols (faible %) : isoabiéanol.

Propriétés :

- Antispasmodique ++ ;
- Anti-inflammatoire +.

Indications (vt ++)

- Bronchite asthmatiforme ++ ;
- Colite spasmodique + ;
- Pyorrhée alvéolodentaire.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Achillea ligustica* All.**

Achillée de Ligurie (herbe fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : chamazulène, dihydroazulènes ;
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole ;
- Monoterpénones : camphre, thujones.

Propriétés :

- Négativante ;
- Cholérétique + ;
- Anti-inflammatoire +++, vulnérable, cicatrisante ++ ;
- Emménagogue + ;
- Anticatatarrhale +.

Indications (vt ++)

- Insuffisance hépatobiliaire + ;
- Néphrite ++ ;
- Dysménorrhées, oligoménorrhée + ;
- Rhumatismes +++, entorses, foulure + ;
- Névrites, névralgies +++++ ;
- Infection respiratoire catarrhale +.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive par la présence de cétones).

Achillea millefolium L.

Achillée millefeuille (herbe. fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Monoterpènes : α - et β -pinènes (10 et 7 %), camphène (6 %), sabinène (12 %);
- Sesquiterpènes : chamazulène, dihydroazulènes;
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole (10 %);
- Monoterpénones : isoartémisia cétone (9 %), (-)-camphre (18 %), thujones;
- Lactones sesquiterp. : achilline.

Propriétés :

- Cholérétique +;
- Anti-inflammatoire +++, vulnérable, cicatrisante ++;
- Emménagogue +;
- Anticatharrhale +.

Indications (VT ++):

- Insuffisance hépatobiliaire +, et digestive +;
- Lithiase rénale +;
- Dysménorrhées, oligoménorrhée +, prostatite +;
- Névrites, névralgies +++++;
- Entorses, foulure +, ulcère variqueux +.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

Achillea moschata Wulf.

Achillée musquée (herbe fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : chamazulène, dihydroazulènes;
- Monoterpénols (30 %) : bornéol;
- Esters terp. (7 %) : acétate de bornyle;
- Cétones terp. : (-)-Camphre;
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole (23 %);
- Lactones sesquiterp.

Propriétés :

- Cicatrisante, vulnérable;
- Anti-inflammatoire;
- Anticatharrhale;
- Cholagogue, cholérétique ++.

Indications (VT ++):

- Dermatoses, plaies, ulcère variqueux ++;
- Bronchite chronique +;
- Dyskinésies biliaires ++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

Acorus calamus L. var. angustatus Bass. asaroniferum

Acore vrai ou roseau odorant à asarone (rhiz.) Aracées

Principes actifs :

- Phénols méthyl-éthers : cis-isoasarol tri M.E. (β -asarone) (75-80 %), trans-isoasarol tri M.E. (α -asarone) (1-2 %), cis-et trans-iso-eugénol M.E. (2,5-25 % et 0,5-2 %);
- Aldéhydes : asaronald. (0,2-6 %).

Propriétés :

- Antispasmodique +++++, relaxante ++;
- Anti-inflammatoire (gastro-entéro-rénale) +++++;
- Stomachique +.

Indications (VT +++):

- Gastrite +++++, entérocolite spasmodique +++++;
- Bronchite asthmatiforme +;
- Congestion rénale (après intoxication) +++++, cystites +++++;
- Goutte;
- Hypotension artérielle.

Contre-indications : usage prolongé (carcinogène ?).

Acorus calamus L. var. calamus L. shyobunoniferum

Acore vrai ou roseau odorant à shyobunone (rhiz.) Aracées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : calaménène;
- Alcools sesquiterp. : α -cadinol;
- Mono- et dicétones sesquiterp. : shyobunone et 6-épishyobunone (23-32 %), acorone, acorénone;

- Phénols méthyl-éthers : cis-isoasarol tri M.E. (8-19 %).

Propriétés :

- Anticatharrhale, mucolytique +++++;
- Tonique digestive, cholérétique +++++.

Indications (VT ++):

- Bronchite catarrhale +++++;
- Insuffisance digestive, et hépato-biliaires +++++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

Agathosma betulina Bart.

Buchu ou bucco (fe.) Rutacées

Principes actifs :

- Céto-alcools (> 12 %) : diosphénol (12-30 %);
- Cétones monoterp. (> 60 %) : (+)-menthone (9 %), (-)-isomenthone (35 %);
- Cétones sulfurées.

Propriétés :

- Négative.
- Faibles doses : stimulante +, stomachique ++
- A doses plus élevées :
- Anticatharrhale +++++, mucolytique +++++;
- Anti-inflammatoire +;
- Diurétique.

Indications (VT ++):

- Insuffisance urinaire, lithiase rénale ++;
- Bronchite asthmatiforme +.

Contre-indications : bébé et grossesse (neurotoxique, abortive).

Agathosma crenulata (L.) Hook

Buchu (espèce de) (fe.) Rutacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : (+)-limonène;
- Cétones monoterp. : (-)-isomenthone.

Propriétés :

- Anticatharrhale, mucolytique ++;
- Anti-inflammatoire;
- Cholérétique.

Indications (VT +):

- Infection respiratoire catarrhale ++;
- Cystites, urétrite +.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

Allium cepa L.

Oignon (bulbes) Liliacées

Principes actifs :

- Composés soufrés : allylpropyl disulfide, méthylpropyl di- et trisulfides, dipropyl trisulfide.

Propriétés :

- Anti-infectieuse +++++, antifongique, antiseptique;
- Anticatharrhale ++;
- Diurétique +;
- Anticholestérol +.

Indications (VT ++):

- Colite infectieuse ++;
- Infection respiratoire catarrhale ++;
- Abcès ++;
- Rhumatismes +;
- Hypercholestérolémie ++.

Contre-indications : usage externe (dermocaustique).

Allium sativum L.

Ail (bulbes) Liliacées

Principes actifs :

- Composés soufrés : diallyl disulfide (60 %), diallyl trisulfide (20 %).

Propriétés :

- Anti-infectieuse, antibactérienne ++, vermifuge +++++;
- Antiagrégante plaquettaire ++, anticholestérol ++;
- Hormon-like, thyroestimulante ++, Cortison-like (?).

Indications (VT ++):

- Infection catarrhale respiratoire +;
- Vermineuses +++++;
- Hypertension ++, Hypercholestérolémie ++, hémoglycémie ++.

Contre-indications : usage externe (dermocaustique).

Alpinia galanga Willd.

Galanga des Indes (rhiz.) Zingibéracées

Principes actifs :

- Monoterpènes : (-)-D-3-carène, camphène ;
- Hydrocarbures : p-méthoxystyrène ;
- Esters : p-méthoxy cinnamate de méthyle (48 %) ;
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole (20-30 %).

Propriétés :

- Antispasmodique ++ ;
- Stomachique, carminative ++ ;
- Anticatarrhale.

Indications (VT +) :

- Insuffisance digestive +, colite spasmodique ++ ;
- Bronchites catarrhale et asthmatiforme ++ ;
- Infarctus (adj.) ++.

Contre-indications : non connues.**Alpinia officinarum Hance**

Galanga de Chine (rhiz.) Zingibéracées

Principes actifs :

- Monoterpènes : α -pinène, camphène ;
- Sesquiterpènes : cadinène ;
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole ;
- Esters : cinnamate de méthyle ;
- Phénols : eugénol (3-4 %).

Propriétés :

- Antispasmodique +++ ;
- Carminative, stomachique +++ ;
- Anticatarrhale.

Indications (VT +) :

- Insuffisance digestive ++, colite spasmodique + ;
- Bronchites catarrhale et asthmatiforme + ;
- Infarctus (adj.) ++.

Contre-indications : non connues.**Ammi visnaga (L.) Lam.**

Khella (sem.) Apiacées

Principes actifs :

- Monoterpénols : linalol, bornéol ;

- Esters aliph., terp., et arom. : acétates de bornyle et de sesquiterpényles, isovalérate de benzyle ;
- Coumarines ;
- Furocoumarines : (+)-marmesine, 8-hydroxybergaptène ;
- Pyrocoumarines : (+)-ciskhellactone ;
- Diesters dihydropyrocoumariniques : samidine ;
- Chromones : khelline (1 %), visnagine (0,1 %).

Propriétés :

- Négative ;
- Antispasmodique (action décontractante papavérinique) +++ : coronarodilatatrice, bronchodilatatrice, urétérodilatatrice ;
- Anticoagulante.

Indications (VT ++++) :

- Insuffisance coronarienne ++, athérosclérose, hémoglyse + ;
- Asthme (crise) +++ ;
- Colite spasmodique +, colique hépatique ++ ;
- Coliques néphrétiques ++.

Contre-indications : usage cutané, sauf urgence (photosensibilisante par la présence de furocoumarines), effets secondaires possibles chez l'allergique.

Amyris balsamifera L."Santal" des Indes occidentales (bois)
Rutacées**Principes actifs :**

- Alcools sesquiterp. (70 %) : cadinol, balsamiol ;
- Coumarines (?) : balsamiférone, hydroxysubérosine.

Propriétés :

- Décongestionnante lymphatique et veineuse ++ ;
- Cardiotonique +.

Indications (VT +) :

- Varices, hémorroïdes ++ ;
- Asthénie, fatigue cardiaque +.

Contre-indications : aucune connue.**Anethum graveolens L.**

Aneth odorant (gr.) Apiacées

Principes actifs :

- Monoterpènes (25-50 %) : (+)-limonène (25-40 %), α -phellandrène (25 %), paracymène (0,2 %) ;
- Monoterpénones (40-60 %) : (+)-carvone (28,5 % mini, 40,8 %), iso- et dihydrocarvones (0,6 et 0,9 %) ;
- Coumarines (< 4 %) : ombelliférone, ombellipréne.

Propriétés :

- Anticatarrhale, mucolytique +++ ;
- Cholagogue, cholérétique +++ ;
- Eupéptique + ;
- Anticoagulante +.

Indications (VT ++++) :

- Bronchite catarrhale aiguë +++ ;
- Insuffisance hépato-biliaire ++, dyspepsies + ;
- Hémoglyse, risque d'infarctus +.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

Anethum sowa DC.

Aneth des Indes (gr.) Apiacées

Principes actifs :

- Monoterpénones (38 %) : (+)-carvone (21 %), cis- et trans-dihydrocarvone (17 %) ;
- Phénols méthyl-éthers (53 %) : dillapiol (52 %).

Propriétés :

- Tonique-stimulante, antiasthénique (action sur le SNC comparable à celle de la caféine) ++ ;
- Anticatarrhale, mucolytique ++.

Indications (VT +++) :

- Bronchite catarrhale + ;
- Asthénie, fatigue générale +++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

Angelica archangelica L.

Angélique archangélique (rac.) Apiacées

Principes actifs :

- Monoterpènes (73 %) : α et β -pinènes (24 et 1,25 %), limonène (13 %) ;
- Esters aliph. et terp. (1,5-2 %) : acétates de bornyle (0,75 %), et de trans-verbényle (0,45 %) ;
- Alcaloïdes terp. : nitro-menthadiènes ;
- Coumarines (2 %) : ombelliférone, archangélicine, angélicine, bergaptène.

Propriétés :

- Sédatif (action localisée sur le système nerveux : en faisant une réponse pharmacologique privilégiée de l'anxiété et des spasmes abdominaux) +++ ;
- Eupéptique, carminative + ;
- Anticoagulante ++.

Indications (VT ++++) :

- Entérocolite spasmodique ++ ;
- Aérocolie (flatulences, ballonnements) + ;
- Hémoglyse + ;
- Anxiété +, fatigue nerveuse ++, insomnie +, troubles du sommeil ++.

Contre-indications : usage externe, photosensibilisante due aux furocoumarines (usages localisés ou temporaires possibles).

Angelica archangelica L.

Angélique archangélique (sem.) Apiacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : phellandrènes ;
- Coumarines et furocoumarines : impérorine, xanthotoxine.

Propriétés :

- à faibles doses :
— Tonique, excitante, carminative ++ ;
- à doses plus élevées :
— Sédatif +.

Indications (VT +++) :

- Dyspepsies, colite ++ ;
- Anxiété +.

Contre-indications : usage externe (photosensibilisante par la présence de furocoumarines).

Angelica glauca

Angélique glauque (rac.) Apiacées

Principes actifs :

— En cours d'étude.

Propriétés :

— Anti-inflammatoire + ;
— Anticholestérol ++.

Indications (VT +) :

— Infarctus (risque), coronarite ++ ;
— Aérophagie, gastrite, entérocologie, colites infectieuse et spasmodique +.

Contre-indications : non connues.

**Aniba parviflora Mez. et
Aniba rosaeodora Duke
var. amazonica Duke**

"Bois de rose" (bois) Lauracées

Principes actifs :

— Monoterpénols : (+) et (+-)-linalol (95 %).

Propriétés :

— Positivante ;
— Anti-infectieuse, antibactérienne +++, antifongique ++, antivirale ++, antiparasitaire + ;
— Tonique stimulante ++.

Indications (VT ++++) :

— Infections ORL, et bronchopulmonaire chez : l'adulte, l'enfant, et le bébé +++ ;
— Vaginite candidosique + ;
— Dépression (chez le nerveux), asthénie, surmenage ++.

Contre-indications : aucune (non agressive pour la peau et les muqueuses).

Apium graveolens L. var. dulce

Céleri cultivé ou odorant (gr.) Apiacées

Principes actifs :

— Monoterpènes (55 %) : (+)-limonène (35-50 % et jusqu'à 80 % maxi.) ;
— Sesquiterpènes (40 %) : (+)- β -sélénène (10-33 %) ;
— Phthalides (5-15 %) : acide séda-

nonique, 3n-butylphthalide (1-7 %), 3n-butyl-hexa-hydrophthalide, sédanenolide (tr.-0,5 %), isobutylidène-phthalide, isobutylidène-3- α , 4 dihydrophthalide (0,7-1 %), dihydro-ligustilide (3-8 %) ;

— Ethers coumariniques : ombellipréline, célerine, apigravine.

Propriétés :

— Tonique +++, neurotonique, myotonique, eupeptique ;
— Sédatif + ;
— Stimulante hépatocyttaire et rénale (drainage) ++++ ;
— Décongestionnante veineuse + ;
— Antipigmentaire ++.

Indications (VT ++++) :

— Asthénie ++, anxiété + ;
— Petite insuffisance hépato-rénale, suite d'infection ++ ;
— Hémorroïdes + ;
— Tâches pigmentaires ++.

Contre-indications : non connues.

Apium graveolens L. var. dulceCéleri cultivé (pl. entière non grainée)
Apiacées**Principes actifs :**

1. Feuilles fraîches :
— Monoterpènes (65-95 %) : limonène (major.) α - et γ -terpinènes (6 %), trans-ocimène (> 10 %), paracymène ;
— Sesquiterpènes : β -sélénène (% important) ;
— Monoterpénols : p-menth-8(9)-en-1,2-diol et isomère (% élevé), α -terpinéol (% important) ;
— Monoterpénones : carvone (10 %) ;
— Esters terp. : acétates de cis- et trans-carvyle (2 et 20 %) ;
— Phthalides : 3n-butylphthalide (20 %), sédanolide (5 %).

2. Racines :

— Présence de terpènes, de phthalides, et de furocoumarines dont le bergaptène.

Propriétés :

— Antispasmodique ++ ;
— Anticatarrhale + ;

**Artemisia absinthium L.
thujonifera**

Absinthe à thujone (som. fl.) Astéracées

Principes actifs :

— Monoterpénols : thujol (9 %) ;
— Esters terp. : acétate de sabinyne (6-9 %) ;
— Monoterpénones : thujones (35-45 %) ;
— Lactones sesquiterp. : absinthine.

Propriétés (à faibles doses) :

— Tonique amère, eupeptique ++ ;
— Myotonique (emménagogue) ++ ;
— Anthelminthique +++.

Indications (VT +) :

— Inappétence ++, constipation +, verminoses +++ ;
— Aménorrhée ++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse, usage prolongé (très neurotoxique, abortif, par la présence de cétones).

**Artemisia afra Jacq.
artemisia cetonifera**

"Lanyana" ou absinthe africaine (herbe fl.)
Astéracées**Principes actifs :**

— Alcools terp. irrég. (20 %) : yomogi alcool (7,2 %), artémisia alcool (8,5 %) ;
— Cétones terp. (40 %) : artémisia cétone (24,5 %), α et β -thujones (15 %) ;
— Oxydes (30 %) : 1,8-cinéole (30 %).

Propriétés :

— Anticatarrhale, mucolytique +++ ;
— Vermicide +++ ;
— Antimigraigneux +.

Indications (VT +++) :

— Affections bronchique et pulmonaire ++, refroidissement ;
— Verminoses +++ ;
— Maux de tête +.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (très neurotoxique, abortif).

— Stimulante hépatocyttaire et rénale (drainage) +++ , cholérétique ;
— Anti-inflammatoire.

Indications (VT +++) :

— Insuffisances hépato-biliaire et rénale +++ ;
— Infections respiratoire catarrhale et spasmodique ++.

Contre-indications : usage externe (photosensibilisante).

**Aquilaria agallocha Roxb.
agarospirolifera**

Aquilaria (bois, oléorés.) Thymélacées

Principes actifs :

— Sesquiterpènes furaniques : α et β -agarofuranes ;
— Sesquiterpénols : agarol ; furaniques : (-)-agarospirol.

Propriétés :

— Décongestionnante lymphatique et veineuse ++.

Indications (VT +++) :

— Insuffisance veineuse, œdème des membres inférieurs ++ ;
— Paludisme (?).

Contre-indications : non connues.

Armoracia lapathifolia Gillib.

Raifort (rac.) Brassicacées

Principes actifs :

— Composés soufrés et azotés : isothiocyanate d'éthyle.

Propriétés :

— Rubéfiante, révulsive (action vésicante) +++ ;
— Anticatarrhale.

Indications (VT +) :

— Rhumatismes + ;
— Infection respiratoire catarrhale chronique +.

Contre-indications : usage interne.

Artemisia annua L.

Armoise annuelle (herbe fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Alcools terp. : isoartémisia alcool ;
- Esters terp. : acétates d'artémisyle et d'isoartémisyle ;
- Cétones terp. : artemisiacétone (22-34 %) ;
- Lactones sesquiterp.

Propriétés :

- Mucolytique +++ ;
- Cicatrisante + ;
- Anticancéreuse (?) ;
- *Hormon-like* (homme) + ;
- Antiparasitaire ++.

Indications (VT ++):

- Infection catarrhale ++ ;
- Plaies + ;
- Cancers (?) ;
- Parasitoses intestinales (ascaris, ténia) ++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

Artemisia arborescens L.

Armoise arborescente (fe. ou som. fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Monoterpènes : limonène, sabinène ;
- Sesquiterpènes : chamazulène (% assez élevé), dihydrochamazulènes ;
- Monoterpénones : (+)-isothujone (30-45 %), camphre (12-18 %) ;
- Oxydes terp. : époxy caryophyllène.

Propriétés :

- Anticatatarrhale, mucolytique + ;
- Anti-inflammatoire ++ ;
- Antiallergique +++, antihistaminique ++ ;
- Cholérétique ++.

Indications (VT ++):

- Bronchites catarrhale et asthmatiforme +++, asthme ++ ;
- Dermatoses +++ ;
- Insuffisance biliaire ++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive par la présence de cétones).

Artemisia dracunculus L.

Estragon (herbe fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Phénols monométhyl-éthers : **chavicol M.E. (60-75 %)**, para-anol M.E. (anéthole) ;
- Coumarines : æsculétine ; méthoxycoumarines : herniarine (0,13 %), scoparone, scopolétine.

Propriétés :

- Positivante ;
- Antispasmodique neuromusculaire +++ ;
- Anti-inflammatoire + ;
- Anti-infectieuse, antivirale +++, antibactérienne (loi du tout ou rien), antifermataire ;
- Antiallergique ++.

Indications (VT ++++):

- Aérophagie, colites inflammatoire et spasmodique +++ ;
- Dysménorrhées, douleurs prémenstruelles +++ ;
- Spasmophilie +++++ ;
- Névrites, sciatique.

Contre-indications : aucune connue.

Artemisia herba-alba Asso davanonifera

Armoise herbe blanche à davanone (som. fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Sesquiterpénones : davanone (40-55 %) ;
- Lactones sesquiterp.

Propriétés :

- Antitumorale (?) ;
- Anticatatarrhale, mucolytique ++.

Indications (VT ++):

- Cancers (certains) (?) ;
- Bronchite chronique ++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

Artemisia herba-alba Asso thujonifera

Armoise herbe blanche à thujone (som. fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Cétones terp. : α -thujone (64-72 %), β -thujone ;
- Lactones sesquiterp.

Propriétés :

- Mucolytique +++ ;
- Cholagogue ++ ;
- Anti-infectieuse, viricide, parasiticide ++ ;
- Emménagogue +.

Indications (VT ++):

- Leucorrhées, aménorrhée ;
- Verrues ++ ;
- Infections catarrhales respiratoires haute et basse ++ ;
- Parasitoses intestinales, oxyurose ++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse, sujets sensibles aux cétones (neurotoxique, abortive, par la présence de cétones).

Artemisia pallens Wall. ex DC.

Davana (herbe fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Sesquiterpénones (36-54 %) : (+)-davanone (25-52 %), isodavanone, (+)-nordavanone, (+)-artémone ;
- Diéthers : davana-éther ;
- Difuranes : davana-furane.

Propriétés :

- Anticatatarrhale, mucolytique ++ ;
- Anxiolytique (à très faibles doses) ++ ;
- Cicatrisante +.

Indications (VT +):

- Toux, grasse, et spasmodique ++ ;
- Asthénie, neurasthénie ++ ;
- Cicatrice douloureuse +.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (très neurotoxique, abortive, par la présence de cétones).

Aucklandia costus Falc.

Costus (rac.) Astéracées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : aplotaxène, β -élémane ;
- Alcools sesquiterp. : costol ;
- Cétones sesquiterp. : α -ionone ;
- Lactones sesquiterp. : costunolide, déhydrocostunolactone.

Propriétés :

- Anti-infectieuse, antifongique ++ ;
- Anticatatarrhale, mucolytique ++ ;
- Anti-inflammatoire +.

Indications (VT ++):

- Infection respiratoire catarrhale ++ ;
- Inflammation oculaire +.

Contre-indications : usage externe (fortement allergisant).

Betula alleghaniensis Britt.

Bouleau jaune (éc.) Bétulacées

Principes actifs :

- Esters : salicylate de méthyle (99 %).

Propriétés :

- Négativante ;
- Antispasmodique +++ ;
- Anti-inflammatoire ++ ;
- Hépatostimulante +.

Indications (VT +++):

- "Rhumatismes" musculaires, tendinite, crampe, arthrite, épicondylite +++ ;
- Petite insuffisance hépatique + ;
- Hypertension, céphalées +.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

Boldea fragrans Juss.

Boldo (fe.) Monimiacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : paracymène (28,5 %) ;
- Alcools monoterp. : linalol (9 %) ;
- Phénols méthyl-éthers : eugénol M.E. (0,5 %) ;

- Oxydes : monoxides : 1,8-cinéole (4-16 %), dioxydes : **ascaridole** (16-25 %);
- Cétones : 2-nonanone (0,4 %), fenchone, camphre;
- Coumarines : coumarine (0,5 %).

Propriétés :

- Anti-infectieuse, bactéricide, parasiticide (ascaricide ++), fongicide +++;
- Stimulante hépatocyttaire (drainage), et entérocytaire +.

Indications (VT ++):

- Parasitoses intestinales ++, insuffisance hépatobiliaire;
- Candidose vaginale +++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

***Boswellia carterii* Birdw.**

Encens ou oliban (oléorés.) Burséracées

Principes actifs :

- Monoterpènes (40 %) : (+)- α -pinène, (-)-limonène;
- Sesquiterpènes : α -gurjunène, α -guaïène;
- Alcools terp. : (+)-bornéol, trans-pinocarvéol, farnésol;
- Composés bifonctionnels : alcool-cétones : olibanol; alcool-oxydes : incensoloxyle.

Propriétés :

- Anticatarrhale, expectorante ++;
- Cicatrisante +;
- Antitumorale (?), immunostimulante +++;
- Antidépresse +.

Indications (VT +++):

- Bronchites catarrhale et asthmatiforme; asthme ++;
- Plaies, ulcère +;
- Cancers (?); immunodéficience +++;
- Dépression nerveuse ++.

Contre-indications : aucune connue.

***Brassica nigra* (L.) Koch.**

Moutarde noire (gr.) Brassicacées

Principes actifs :

- Composés soufrés et azotés : isothiocyanate d'allyle (= allylsévenol).

Propriétés :

- Antiparasitaire, antibactérienne, antiseptique ++;
- Révulsive, vésicante +++.

Indications (VT : usage très limité):

- Entérocolite infectieuse +;
- Rhumatismes.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (très neurotoxique et dermo-caustique).

***Bulnesia sarmienti* Lorenz.**

Gayac (un des) (bois) Zygophyllacées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : α -bulnésène, α - et β -guaïènes;
- Sesquiterpénols : bulnésol, guaïol;
- Oxydes sesquiterp. : guaïoside.

Propriétés :

- Stimulante +;
- Décongestionnante veineuse et lymphatique ++.

Indications (VT +):

- Asthénie +;
- Congestion du petit bassin ++, varices, hémorroïdes ++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Bursera delpechiana* Poiss.**

Linaloe (bois et gr.) Burséracées

Principes actifs :

- Alcools terp. : linalol (30-47 %), α -terpinéol (8,5 %);
- Esters terp. : acétates de linalyle (40-47 %), et de géranyle (30,5 %).

Propriétés :

- Antispasmodique +++, équilibrante (action sur le plexus solaire);
- Anti-infectieuse à spectre d'action variable +.

Indications (VT +++):

- Pathologies spasmodiques +++;
- Pathologies infectieuses en général +.

Contre-indications : aucune connue (bien tolérée par les enfants).

***Calamintha nepeta* Sav.**

ssp. *nepeta*

Calament nepeta ou petit calament de montagne (som. fl.) Lamiacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : (-)- α -pinène;
- Monoterpénones (> 70 %) : pulégone, (-)-menthone, calamenthone.

Propriétés :

- Tonique stimulante, eupeptique, hépatostimulante +, cholérétique ++;
- Tonique respiratoire, et neurotonique (à faibles doses);
- Anti-infectieuse, antifongique (candidoses ++, aspergillose +++);
- *Hormon-like*, anti-hyper-thyroïdienne +++.

Indications (VT +++):

- Petite insuffisance hépatique, digestion lente, colites spasmodique et inflammatoire;
- Hyperthyroïdie +++;
- Mycose bronchique ++; difficultés respiratoires.

Contre-indications : enfant, grossesse (très neurotoxique, abortive).

***Calamintha sylvatica* Bromf.**

Calament sylvestre ou officinal ou de montagne (som. fl.) Lamiacées

Principes actifs :

- Monoxides terp. (22 %) : époxy-pulégone (14 %), époxypipéritone (8 %);

- Monoterpénones (55 %) : pulégone (25 %), pipéritone (12 %), menthone (7 %), isomenthone (10 %).

Propriétés :

- Anti-infectieuse, antifongique (action fongicide marquée des époxydes sur *Aspergillus fumigatus* et *migrans* et sur *Trichophyton mentagrophytes*) +++;
- Tonique et stimulante (à faible dose), soutient l'activité physique et cérébrale;
- Anticatarrhale, mucolytique +++.

Indications (VT ++):

- Dyspepsies, insuffisance hépatobiliaire +;
- Mycose respiratoire +++;
- Dermatoses fongiques ++;
- Fatigue générale ++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

***Cananga odorata* (Baill.) Hook.**

et Thom. f. ***genuina***

Ylang-ylang : totum et extra (fl.) Anonacées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : α -farnésène;
- Alcools monoterp. et arom. : (-)-linalol (55 %), al. benzylique;
- Alcools sesquiterp. : farnésol;
- Esters : acétates de géranyle (5 %) et de benzyle (10 %), benzoate de benzyle;
- Phénols : p-crésol;
- Phénols méthyl-éthers : p-crésol M.E. (15 %).

Propriétés :

- Antispasmodique, équilibrante +++;
- Tonique sexuelle +;
- Antidiabétique (adj.) +.

Indications (VT +++):

- Tachycardie, hypertension artérielle ++;
- Asthénie sexuelle, frigidité +;
- Diabète +.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

Cananga odorata (Baill.) Hook.
et Thom. f. **genuina**
Ylang-ylang 2° et 3°
(fl.) Anonacées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes (% élevé) : α -farnésène ;
- Esters : benzoate de benzyle.

Propriétés :

- Antiparasitaire +++ ;
- Antispasmodique ++ ;
- Anti-inflammatoire ++.

Indications (VT ++):

- Dermatoses, gale +++ ;
- Pathologies spasmodiques (abdomen, petit bassin) ++.

Contre-indications : non connues.

Cananga odorata (Baill.) Hook.
et Thom. f. **macrophylla**
Cananga (fl.) Anonacées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : α -farnésène ;
- Alcools monoterp. et arom. : (-)-linalol (55 %) ; al. benzylque ;
- Alcools sesquiterp. : farnésol ;
- Esters : acétates de géranyl (5 %) et de benzyle (10 %) ; benzoate de benzyle ;
- Phénols méthyl-éthers : p-crésol M.E. (15 %).

Propriétés :

- Antispasmodique, équilibrante +++ ;
- Tonique sexuelle +.

Indications (VT ++):

- Tachycardie, hypertension artérielle ++ ;
- Asthénie sexuelle, frigidesité +.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

Canarium luzonicum (Miq.) A. Gray
Elémi (de Manille) (oléorés.) Bursacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : α et β -phellandrénes (15 et 7 %) ;

- Sesquiterpènes : élémènes ;
- Alcools sesquiterp. : élémol.

Propriétés :

- Stimulante glandulaire, stomachique + ;
- Cicatrisante ++ ;
- Antiseptique +, antiamibienne +.

Indications (VT +):

- Dyspepsies, entérocolite spasmodique, diarrhées, amibiase + ;
- Bronchite + ;
- Ulcère, ulcère variqueux, plaies atones +++ , abcès +.

Contre-indications : aucune aux doses thérapeutiques.

Cannabis sativa L.
Chanvre doux (fe.) Moracées

Principes actifs :

- Monoterpènes : α et β -pinènes (8 % et 2,5 %) , myrcène (7-8 %) ;
- Sesquiterpènes : β -caryophyllène (28-35 %) , α -humulène (10-12 %) , allo-aromadendrene (4 %) ;
- Oxyde terp. : caryophyllène époxyde (4,5-10 %) ;
- Coumarines : coumarine.

Propriétés :

- Anti-inflammatoire ++ ;
- Décongestionnante +.

Indications (VT +):

- Inflammation : de l'arbre respiratoire, et du tube digestif ++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

Carum carvi L.
Carvi (gr.) Apiacées

Principes actifs :

- Monoterpènes (38-40 % et jusqu'à 45 %) : (+)-limonène (26-45 %) ;
- Monoterpénols (2-6 %) : cis-carvéol (5,5 %) ;
- Monoterpénones (50-60 %) : (+)-carvone (48-58 %) ;
- Méthoxycoumarines : herniarine (tr.).

Propriétés :

- Mucolytique +++ ;
- Cholagogue, cholérétique ++.

Indications (VT +++):

- Bronchite catarrhale aiguë +++ ;
- Insuffisance hépato-biliaire ++, dyspepsies +.

Contre-indications : bébé, grossesse (neurotoxique, abortive au delà des doses physiologiques).

Cedrus atlantica Manet.

Cèdre de l'atlantique ou de l'Atlas (bois)
Abiétacées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes (50 %) ;
- Sesquiterpénols (30 %) : atlantol ;
- Sesquiterpénones (20 %) : α - et β -atlantones.

Propriétés :

- Cicatrisante ;
- Régénératrice artérielle ++ ;
- Lymphotonique ++ ;
- Lipolytique +++.

Indications (VT ++):

- Athérosclérose ++ ;
- "Cellulite" +++ , rétention hydrolipidique ++, plaies ;
- Bronchite, tuberculose ;
- Dermatoses ;
- Gonorrhée.

Contre-indications : bébé, grossesse (neurotoxique, abortive).

Cedrus deodara (Roxb.) Loud.
Cèdre de l'Himalaya (bois) Abiétacées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes (% élevé) : α - et β -himachalènes ;
- Sesquiterpénols : himachalol, allo-himachalol ;
- Sesquiterpénones (major.) : α - et γ -atlantones.

Propriétés :

- Cicatrisante ;
- Régénératrice artérielle ++ ;
- Lymphotonique +++ ;
- Lipolytique ++.

Indications (VT ++):

- Athérosclérose ++ ;
- "Cellulite" +++ , rétention hydrolipidique ++.

Contre-indications : bébé, grossesse (neurotoxique, abortive).

Chamaemelum nobile L.
Camomille noble ou romaine
(fl. ou herbe fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Alcools terp. (5-6 %) : trans-pinocarvéol ; farnésol ;
- Esters aliph. (75-80 %) : acétates ; butyrate d'isoamyle (2,6 %) ; isobutyrate d'isobutyle (3,7 %) ; méthyl-2-butyrate d'isobutyle (0,7 %) , de 2-méthylbutyle (2,7 %) , et d'isoamyle (2,8 %) ; angélates de méthacryle, de butyle (0,9 %) , d'iso-butyle (36-40 %) , d'isoamyle (?), de 3-méthyl-1-pentale, d'hexyle, et de propyle (1,1 %) ; 2-propyl angélate de 2-méthyle ; isovalérates de butyle, et d'amyle ; tiglates d'isobutyle, d'isoamyle, et d'hexyle ; méthacrylates ; crotonates ;
- Cétones terpéniques : pinocarvone (13 %) ;
- Lactones sesquiterp. : 3-deshydro-nobiline.

Propriétés :

- Positivante puis négativante ;
- Antispasmodique, calmant du SNC +++ ;
- Préanesthésiante +++ ;
- Anti-inflammatoire ++ ;
- Antiparasitaire +++ (lamblis, ankylostomes).

Indications (VT +++):

- Névrites, névralgies + ;
- Choc nerveux +++ ;

- Asthme d'origine nerveuse + ;
- Parasitoses intestinales +++ ;
- Interventions chirurgicales +++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Chenopodium ambrosioides* L.
var. *anthelminthicum* A. Gray**
Chénopode ou ansérine vermifuge
(herbe fl.) Chénopodiacees

Principes actifs :

- Monoterpènes : limonène (30 %), paracymène, δ -3-carène ;
- Mono- et diterpénols : p-mentha-1 (7), 8-diène-3-ol (10 %) ;
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole, **ascaridole (40-80 %)** ;
- Ether-oxydes : safrole.

Propriétés :

- Anthelminthique puissante, vermicide (ascaris, ankylostomes) +++.

Indications (VT +) :

- Parasitoses intestinales, ascaridose +++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (très neurotoxique : tableau C).

***Chrysanthemum balsamita*
var. *balsamita* L. *carvonifera***
Balsamite (herbe fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Monoterpènes : α - et β -pinènes, limonène ;
- Monoterpénones : (-)-carvone (70-80 %) ;
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole.

Propriétés :

- Anticatarrhale, mucolytique +++ ;
- Stimulante digestive ++ ;
- Cholérétique ++.

Indications (VT ++)

- Bronchite chronique ++ ;
- Dyspepsies, insuffisance hépato-biliaire ++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

***Chrysanthemum vulgare* L.
*thujoniferum***

Tanaïse vulgaire (herbe fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Alcools terp. : bornéol ;
- Esters terp. : acétates de bornyle et de cis-chrysanthényle ;
- Cétones terp. : β -thujone, isothujone, artémisia cétone ;
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole ;
- Lactones hydroperoxydesquiterp. : crispolide.

Propriétés :

- Anticatarrhale, mucolytique +, expectorante ;
- Anthelminthique +++.

Indications (VT +) :

- Vermineuses intestinales +++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

***Cinnamomum camphora* (L.) Sieb.
ssp. *formosanum* ou ssp. *japonicum***

Camphrier ou laurier du Japon (bois)
Lauracées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes (très faible %) : camphazulène ;
- Diterpènes : α - et β -camphorènes, hisshorène ;
- Alcools sesquiterp. : α - et β -bisabolol, T-cadinol, cubéol, épibubénol ;
- Phénols méthyl-éthers : eugénol M.E. ;
- Ether-oxydes : safrole (0,8-18 %) ;
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole (20-30 %), linalol oxyde ;
- Cétones terp. : (+)-camphre (40-50 %), pipéritone.

Propriétés :

- Tonique et stimulante générale, et cardiorespiratoire (à faible dose) ++, puis excitante (à doses plus élevées), et, enfin, neurotoxique, et épileptisante ;
- Analgésique, antirhumatismale +++ ;
- Anticatarrhale, mucolipolytique +.

Indications (VT +) :

- Rhumatismes chroniques, douleurs rhumatismales et musculaires, contusions +++ ;
- Abscesses, plaies ;
- Névralgies ++ ;
- Asthénie, syncope, lipothymie ++ ;
- Bronchite chronique +.

Contre-indications : Bébé, jeune enfant, grossesse, sujets sensibles (très neurotoxique, abortive).

***Cinnamomum camphora* (L.)
Sieb. var. *glavescens* hayata**

Camphrier ou laurier du Japon
(fe.) Lauracées

Principes actifs :

- Alcools monoterp. (env. 90 %) : linalol (80-90 %), (-)-terpinène-1-ol-4, citronellol ;
- Alcools sesquiterp. : (-) et (+)-tagetanol, (-)-tr-hotriénol ;
- Oxydes : cis- et trans-linalol oxydes, métylsyle oxyde ;
- Cétones aliph. : méthylvinylcétone, méthylisobutylcétone.

Propriétés :

- Positivante ;
- Anti-infectieuse puissante, antibactérienne, antivirale, et antifongique +++ ;
- Tonique et stimulante générale ++.

Indications (VT ++)

- Infections respiratoire, digestive, et génitale (toutes voies) +++ ;
- Asthénie ++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Cinnamomum cassia* (L.)**

Nees ex Blume
Cannelier de Chine
(ram. fe.) Lauracées

Principes actifs :

- Phénols (5-6 %) : phénol (0,5 %), 2-vinyl-phénol (0,4 %), isoeugénol (1,7 %), chavicol (0,6 %), 4-éthylgâicol (2 %) ;

- Aldéhydes arom. (78-88 %) : **trans-cinnamaldéhyde (75-85 %)**, trans-2-méthoxy-cinnamald., hydroxycinnamald. (1-1,5 %), cuminal (0,1-0,2 %), benzaldéhyde (2,7-3,7 %) ;
- Coumarines (6-8 %) : **coumarine (8 %)** ;
- Acides : ac. benzoïque et cis- et trans-cinnamiques.

Propriétés :

- Positivante ;
- Anti-infectieuse, antibactérienne à très large spectre d'action et à action puissante (98 % des bact. patho., coques gr +, bacilles gr-), antivirale, antifongique (*Candida*, *Aspergillus*, y compris ceux producteurs d'aflatoxines), antiparasitaire, antifermentaire et antiseptique +++ ;
- Tonique et stimulante générale, sexuelle-aphrodisiaque, emménagogue (renforce les contractions utérines) ++, respiratoire, et nerveuse (sympathico-tonique) ;
- Hyperémiant +++ ;
- Anesthésiante + ;
- Anticoagulante, fluidifiante ++.

Indications (VT ++++) :

- Pyorrhée alvéolodentaire, diarrhées, dysenteries, entérocolites infectieuses et spasmodiques, fièvre typhoïde, vermineuses, amibiase et kystes amibiens, entérotoxémie de l'adulte +++ ;
- Leucorrhées, vaginite, oligoménorrhée ++ ;
- Impuissance fonctionnelle masculine ++ ;
- Bronchite, pleurésie + ;
- Colibacillose urinaire, cystite bactérienne +++ ;
- Infection et fièvre tropicales +++ ;
- Somnolence, asthénie, dépression + ;
- Hémogliaise, prévention cardio-vasculaire ++.

Contre-indications : usage cutané (sauf localisé ou sous formes galéniques adéquates), enfant de moins de 5 ans (dermocaustique).

Cinnamomum loureirii Nees

Cannelier (espèce de) (éc.) dit "écorces de cannelle du Vietnam" Lauracées

Principes actifs :

— Aldéhydes arom. : cinnamaldéhyde (70 %).

Propriétés :

— Anti-infectieuse, antibactérienne à large spectre d'action, antivirale, antifongique, antiparasitaire +++ ;
 — Tonique stimulante ++.

Indications (vt +++):

— Entérocologie infectieuse, amibiase +++ ;
 — Colibacillose urinaire +++ ;
 — Infection et fièvre tropicales +++ ;
 — Asthénie ++.

Contre-indications : usage cutané (sauf localisé).

Cinnamomum polyanthum

"Sugandha" (baies) Lauracées

Principes actifs :

— Sesquiterpènes : α -copaène (7,5 %) ;
 — Oxydes : 1,8-cinéole (15 %) ;
 — Esters : trans-cinnamate de méthyle (17-35 %).

Propriétés :

— Antispasmodique +++ ;
 — Anti-inflammatoire ++.

Indications (vt +++):

— Colites infectieuses et spasmodiques +++ ;
 — Infarctus +++, coronarite ++.

Contre-indications : aucune actuellement connue.

Cinnamomum verum Presl.

Vrai cannellier (éc.) dit "écorces de cannelle de Ceylan" Lauracées

Principes actifs :

— Alcools arom. : al. 2-phényléthylque (0,4 %), cinnamique (0,25 %), et benzylique (tr.) ;

— Esters arom. : benzoates de benzyle (0,65-1 %), et de 2-phényl éthyle (tr.) ; cinnamate de méthyle (tr.) ;
 — Phénols : eugénol (2,2-10 %), isoeugénol (0,02 %), phénol (tr.), 2-vinylphénol (0,03 %) ;
 — Aldéhydes arom. : cinnamaldéhyde (63-76 %), hydroxycinnamaldéhyde (0,4 %), benzaldéhyde (0,25 %), cuminaldéhyde (0,04-0,25 %) ;
 — Coumarines : coumarine (0,65 %).

Propriétés :

— Positivante ;
 — Anti-infectieuse, antibactérienne à très large spectre d'action et à action puissante (98 % des bact. path., coques gr +, bacilles gr-), antivirale, antifongique (*Candida*, *Aspergillus*, y compris ceux producteurs d'aflatoxines), antiparasitaire, antiférmatoire, et antiseptique ++++ ;
 — Tonique et stimulante générale, sexuelle (aphrodisiaque), emménagogue (renforce les contractions utérines) ++, respiratoire et nerveuse (sympathicotonique) ;
 — Hyperémiant +++ ;
 — Anesthésiante + ;
 — Anticoagulante légère, fluidifiante.

Indications (vt ++++):

— Pyorrhée alvéolodentaire, diarrhées, dysenteries, entérocrites infectieuses et spasmodiques, fièvre typhoïde, verminoses, amibiase, entérotoxiémie de l'adulte, aérocolie ++++ ;
 — Leucorrhées, vaginite, oligoménorrhées ++ ;
 — Impuissance fonctionnelle masculine ++ ;
 — Bronchite, pleurésie + ;
 — Colibacillose urinaire, cystite bactérienne +++ ;
 — Infection et fièvre tropicales +++ ;
 — Somnolence, asthénie, dépression + ;
 — Hémoglyse.

Contre-indications : usage cutané (sauf localisé ou sous formes galéniques adéquates), enfant de moins de 5 ans (dermocaustique).

Cinnamomum verum Presl.
eugenoliferum

Cannelier de Ceylan à eugénol (fe.) Lauracées

Principes actifs :

— Sesquiterpènes (< 8 %) : α -ylangène (0,25-1 %), β -caryophyllène (1,9-5,75 %) ;
 — Alcools arom. : al. cinnamique (0,5-7 %), et benzylique (tr.) ;
 — Esters terp. et arom. (< 9 %) : acétates de 3-phénylpropyle (1 %), decinnamyle (0,8-1,6 %), et d'eugényle (1-2,5 %) ; cinnamates de méthyle (tr.-0,03 %), et d'éthyle (tr.-0,02 %) ; benzoates de benzyle (2,7-3,5 %), et de 2-phényléthyle (tr.-2 %) ;
 — Phénols (env. 70 %) : phénol (0,02 %), 2-vinylphénol (tr.), eugénol (70-87 %), isoeugénol (0,15 %) ;
 — Aldéhydes arom. (env. 3 %) : cinnamald. (0,2-2 %), hydroxycinnamald. (0,15 %).

Propriétés :

— Positivante ;
 — Anti-infectieuse puissante à très large spectre d'action, antibactérienne, antivirale, antifongique, et antiparasitaire +++ ;
 — Immunostimulante (augmentation des IgA) +++ ;
 — Stimulante générale, neurotonique ++.

Indications (vt +++):

— Stomatite, oropharyngite ++++, entérocrite ++++, odontalgie ++ ;
 — Cystites ++ ;
 — Salpingite +++ ;
 — Rhinopharyngite, bronchite aiguë sévère +++ ;
 — Douleurs de la goutte et rhumatismes.

Contre-indications : bébé, et jeune enfant (dermocaustique agressive pour les muqueuses) ; aucune aux doses normales chez l'adulte (prudence par voie externe).

Cistus ladaniferus L. **piniferum**

Ciste ladanifère à pinène (ram. fe.) Cistacées

Principes actifs :

— Monoterpènes : α -pinène (env. 50 %), (+)-camphène (4 %) ;
 — Alcools monoterp. : bornéol (2 %) ;
 — Composés diterpéniques : (-)-labdane-8- α , 15-diol ; acétoxy-15-labdane-8 ;
 — Esters : acétates de linalyle, et de bornyle (3 %) ; benzoates de méthyle, et de benzyle ; phénylpropanoate de phényl-méthyle ; pinonate, et α - et γ -campholénates, d'éthyle ;
 — Phénols : eugénol (1 %), thymol ;
 — Aldéhydes : ald. α , et γ -campholéniques (1 %) ;
 — Cétones : 2,2,6-triméthylcyclohexanone (2 %), fenchone (1 %) ;
 — Acétophénone : acétophénone (1,5 %) ;
 — Acides (1,8 %) : acides camphonaniques, acampholytiques, et α -et γ -campholéniques ;
 — Lactones : bicyclobutylolactone, tubérolactone ; 12-nor-ambreinolide.

Propriétés :

— Anti-infectieuse, antivirale +++ , antibactérienne ;
 — Antihémorragique puissante, cicatrisante ;
 — Antiarthritique +++ ;
 — Neurotonique, régulatrice neurovégétative (action sur le parasymphatique) ++.

Indications (vt +++):

— Maladies infantiles : varicelle, rougeole, scarlatine, coqueluche +++ ;
 — Maladies virales et auto-immunes, rectocolite hémorragique, polyarthrite rhumatoïde, sclérose en plaques ++++ ;
 — Artérite +++ , hémorragie +++ ;
 — Dystonie neurovégétative ++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

Cistus ladaniferus L. CT. II
Ciste ladanifère chémotype II (ram. fe.)
Cistacées

Principes actifs :

- Composants semblables à ceux de l'autre chémotype, mais avec prédominance des composants à poids moléculaires plus élevés au détriment de l' α -pinène.

Propriétés :

- Anti-infectieuse, antivirale +++ , antibactérienne ;
- Antihémorragique puissante, cicatrisante ;
- Antiartéritique +++ ;
- Neurotonique, régulatrice neurovégétative (action sur le parasymphatique) ++.

Indications (VT ++):

- Maladies infantiles : varicelle, rougeole, scarlatine, coqueluche ++ ;
- Maladies virales, et auto-immunes, rectocolite hémorragique, polyarthrite rhumatoïde, sclérose en plaques +++ ;
- Artérite +++ , hémorragie +++ ;
- Dystonie neurovégétative ++.

Contre-indications : aucune connue (éviter la voie orale).

Citrus aurantifolia (Christm.)
Swing.
Limetier (z.) dit "zestes de lime acide"
Rutacées

Principes actifs : (E.E.F.¹)

Fraction volatile :

- Monoterpènes (72,7 %) : (+)-**limonène** (34-64 %) ;
- Alcools monoterp. et arom. (4 %) : linalol (0,09-0,7 %) : (-)- α -terpinéol (0,3-1,05 %) ;
- Esters : acétates de décyle (0,1 %), de terpényle (2,3 %), de géranyle (0,55-3,1 %), de néryle (2,5-3,1 %), et de bornyle (0,6 %) ;
- Composés azotés : n-méthylanthranilate de méthyle ;

1. E.E.F. : Essence d'Expression à Froid.

- Aldéhydes (12,3 %) : furfural, octanal (0,8 %), nonanal (0,2 %), décanal (0,1-0,7 %), ald. laurique ; **néral** (4,4 %), **géraniol** (7,1 %), citronnellal (1,4 %) ;
- Coumarines et furocoumarines : 7-méthoxy-5-géranoxy-coumarine (2-2,5 %).

Fraction non volatile :

- Flavonoïdes, triterpénoïdes, stéroïdes, coumarines et furocoumarines.

Propriétés :

- Sédatif ++ ;
- Anti-inflammatoire +++ ;
- Antispasmodique ++ ;
- Anticoagulante +.

Indications (VT ++):

- Anxiété, stress, nervosisme + ;
- Entérocrites inflammatoires et spasmodiques ++ ;
- Risque cardio-vasculaire ++.

Contre-indications : usage cutané (photosensibilisant).

Citrus aurantium L.
ssp. aurantium
Oranger bigaradier (z.)
dit "zestes d'orange amère" Rutacées

Principes actifs : (E.E.F.¹)

Fraction volatile :

- Monoterpènes (90-92 %) : (+)-**limonène** (90 %), terpinolène ;
- Alcools monoterp. (0,4-3 %) : linalol, (+)- α -terpinéol, citronnellol, nérol, géraniol ;
- Esters (2 %) : acétates de géranyle, de néryle, de citronellyle, et de linalyle (1 %) ;
- Aldéhydes (0,8-7 %) : nonanal, décanal, undécanal, dodécanal ; géraniol, néral, citronnellal ;
- Coumarines et furocoumarines (> 0,09 %) : auraptène, aurapténol, bergaptène, bergaptol, scoparone, citroptène.

Fraction non volatile (0,8-6,3 %) :

- Flavonoïdes, triterpénoïdes (β -carotène), stéroïdes, acides gras ;

- Coumarines et furocoumarines substituées (cf. ci-dessus).

Propriétés :

- Calmante, sédatif ++ ;
- Anti-inflammatoire + ;
- Activatrice circulatoire + ;
- Anticoagulante, fluidifiante + ;
- Tonique amère (à faible dose) ++.

Indications (VT ++):

- Anxiété, vertiges, nervosisme ++ ;
- Dyspepsies ++, flatulences, spasmes gastriques ;
- Circulation ralentie.

Contre-indications : usage externe (photosensibilisant).

Citrus aurantium L.
ssp. aurantium
Oranger bigaradier (fe.) dit "petit grain bigarade" Rutacées

Principes actifs :

- Monoterpènes (10 %) : myrcène (1,3-5,5 %), cis- et trans- β -ocimènes (tr. et tr.-3,3 %), paracymène (1-2,7 %) ;
- Alcools monoterp. (30-40 %) : (+) et (-)-**linalol** (20-27 %), (+)- α -terpinéol (4,5-7,5 %), nérol (1-1,5 %), géraniol (2-3,5 %) ;
- Esters terp. (50-70 %, exceptionnellement 80 %) : **acétates de (-)-linalyle** (45-55 %), de néryle (0,5-2,5 %), de terpényle (0,2-3 %), et de géranyle (2,6 %) ;
- Composés azotés : méthylanthranilate de méthyle.

Propriétés :

- Rééquilibrante nerveuse ++ ;
- Antispasmodique +++ ;
- Anti-inflammatoire + ;
- Anti-infectieuse, antibactérienne (staph., pneumo.) +.

Indications (VT ++):

- Dystonie neurovégétative +++ ;
- Rhumatismes (d'origine nerveuse) ;
- Infection respiratoire ;
- Acné infecté ++, furoncle ;
- Hépatite chronique +.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

Citrus aurantium L.
ssp. aurantium
Oranger bigaradier (fi.),
dit "néroli bigarade"
Rutacées

Principes actifs :

- Monoterpènes (35 %) : (-)- α -pinène, β -pinène (17,75 %), limonène (11,45 %) ;
- Alcools arom. : al. phényléthylrique et benzylique ;
- Alcools terp. (40 %) : (-)-**linalol** (30-32 %), (+)- α -terpinéol (2-4,5 %), géraniol (2,5 %), et nérol (1,5 %) ;
- Esters terp. (6,75-21 %) : acétates de (-)-linalyle (5-7 %), de néryle (3 %), et de géranyle (1 %) ;
- Alcools sesquiterp. (6 %) : (+)-**trans-nérolidol** (3,5-6 %), farnésols I et II ;
- Aldéhydes : 2,5-diméthyl-2-vinyl-hex-4-énal, décanal, benzaldéhyde. ;
- Cétones : jasmone ;
- Composés azotés (0,5-1,2 %) : méthylanthranilate de méthyle (0,6 %), indole (0,1 %).

Propriétés :

- Positivante ;
- Anti-infectieuse, antibactérienne (coli.), antimycobactérienne (BK), antiparasitaire (ankylostomes, lamblies) + ;
- Phlébotonique + ;
- Tonique digestive (hépatopancréatique) + ;
- Neurotonique (recharge, équilibration), antidépressive ++, antihypertensive.

Indications (VT +++):

- Insuffisance hépatopancréatique, entérocrites bactérienne et parasitaire +++ ;
- Varices, hémorroïdes + ;
- Bronchite, pleurésie, tuberculose pulmonaire ++ ;
- Fatigue, dépression nerveuse +++ ;
- Hypertension artérielle + ;
- Accouchement (soutient le tonus) ++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

Citrus aurantium L. ssp. bergamia (Risso et Poit.)
Wright et Arn.
Bergamotier (z.) dit "zestes de bergamote"
Rutacées

Principes actifs : (E.E.F.¹)

Fraction volatile :

- Monoterpènes : α -pinène, camphène, (+)-limonène ;
- Alcools arom. : al. dihydrocuminique ;
- Alcools monoterp. : (-)-linalol, nérol, géraniol, α -terpinéol ;
- Ester terp. : (-)-acétate de linalyle (29 %) ;
- Aldéhydes : citrals ;
- Coumarines et furocoumarines (2-4 000 ppm) : bergamottine, bergapène, bergaptole, aurapténole, byakangelicine, limettine, 5-géranoxy-7-méthoxycoumarine.

Fraction non volatile (4,5 à 8,5 %) :

- Flavonoïdes, stéroïdes ;
- Coumarines et furocoumarines substituées (cf. ci-dessus).

Propriétés :

- Anti-infectieuse, antibactérienne (strep., staph., mén.), antiseptique ++ ;
- Tonique et stimulante (à faible dose), stomachique ;
- Calmante, sédative +++ ;
- Antispasmodique ++.

Indications (VT +++):

- Inappétence, aérocolie ++, météorisme, colite spasmodique + ;
- Paludisme + ;
- Prurits, plaies, dermatoses ;
- Hémorroïdes ;
- Agitation, insomnie +++.

Contre-indications : usage externe (très photosensibilisante).

Citrus aurantium L. ssp. bergamia (Risso et Poit.)
Wright et Arn. Bergamotier (fe.)
dit "petit grain bergamote" Rutacées

Principes actifs :

- Aldéhydes : citrals (45 %) ;
- Furocoumarines (?).

1. E.E.F. : Essence d'Expression à Froid.

Propriétés :

- Calmante ++ ;
- Anti-inflammatoire +++ ;
- Antiseptique.

Indications (VT +++):

- Dépression ++, suites de stress, agitation, insomnie ++ ;
- Pathologies inflammatoires, rhumatismes ++, entérocolite.

Contre-indications : non connues.

Citrus hystrix DC.
Citronnier (z.) dit "zestes de combava"
Rutacées

Principes actifs : (E.E.F.¹)

- Monoterpènes (55 %) : β -pinène (35,9-42,2 %), sabinène (22,8-25,9 %) ;
- Sesquiterpènes : β -caryophyllène (10 %) ;
- Alcools terp. (5 %) : linalol (2,8 %), citronnellol (1,7 %) ;
- Esters terp. (5,5 %) : acétates de linalyle et de citronnellyle ;
- Aldéhydes gras : octanal ;
- Aldéhydes terp. (< 11 %) : (-)-citronnellal (10 %), citrals (20 %) ;
- Coumarines et furocoumarines.

Propriétés :

- Anti-infectieuse (staph. blanc), antiseptique ;
- Décongestionnante hépatique, fluidifiante biliaire ;
- Neurotonique ;
- Hormon-like.

Indications :

- Congestion hépatique, atonie vésiculaire +++ ;
- Asthénie ;
- Insuffisance ovarienne ; insuffisance testiculaire.

Contre-indications : usage externe (photosensibilisante).

Citrus hystrix DC.
Citronnier (fe.) dit "petit grain combava"
Rutacées

Principes actifs :

- Monoterpénols : linalol (3,5 %), isopulégol (2,5 %), citronnellol (2 %) ;

- Monoterpénols : citronnellal (45-85 %).

Propriétés :

- Anti-inflammatoire, antirhumatismale +++ ;
- Sédative +++.

Indications (VT +++):

- Anxiété, stress, agitation, insomnie +++ ;
- Arthrite ++, rhumatismes.

Contre-indications : non connues.

Citrus latifolia Tanaka cv. persian
Limetier (z.) dit "zestes de lime de Perse"
Rutacées

Principes actifs : (E.E.F.¹)

Fraction volatile :

- Monoterpènes : β -pinène (11 %), limonène (47 %), γ -terpinène (14 %) ;
- Aldéhydes terp. : citrals (11,5 %) : néral (4,5 %) et géraniol (7 %).

Fraction non volatile : flavonoïdes, caroténoïdes, coumarines, et furocoumarines.

Propriétés :

- Antiseptique aérienne ++ ;
- Sédative ++ ;
- Stomachique +.

Indications (VT ++):

- Anxiété, insomnie ++ ;
- Dyspepsies + ;
- Désinfection des locaux ++.

Contre-indications : usage cutané (photosensibilisante).

Citrus limetta Risso
Limetier (z.) dit "zestes de lime douce"
Rutacées

Principes actifs : (E.E.F.¹)

- Monoterpènes : (+)-limonène ;
- Alcools terp. : (-)-linalol ;
- Esters terp. : acétate de linalyle (26-27 %) ;

1. E.E.F. : Essence d'Expression à Froid.

- Coumarines et furocoumarines : auraptène, bergamottine, byakangelicine, 5-géranoxy-7-méthoxycoumarine, isopimpinelline, limettine, séseline.

Propriétés :

- Antispasmodique ++.

Indications (VT +):

- Entérocolite spasmodique +.

Contre-indications : usage externe (photosensibilisante).

Citrus limon (L.) Burm. f.
Citronnier (z.) dit "zestes de citron"
Rutacées

Principes actifs : (E.E.F.¹)

Fraction volatile :

- Monoterpènes : limonène (54-72 % et jusqu'à 80 %), α - et γ -terpinènes (0,7 % et 2,9-14 %), paracymène (0,3-1,1 %), α - et β -phellandrènes (0,2 % et 0,8 %), terpinolène (0,6-1,2 %) ;
- Sesquiterpènes : β -bisabolène (2,5-4 %) ;
- Alcools aliph. : hexanol, octanol, nonanol, décanol, 3-hexène-1-ol, n-heptanol ;
- Aldéhydes (2-3 %) : hexanal, heptanal (0,04 %), octanal (0,15 %), nonanal (0,07-0,3 %), géraniol (0,6 %) ;
- Coumarines et furocoumarines (> 1,5 %) : scopolétine, ombelliférone, bergamottine, bergaptole, bergapène, citroptène, 8-géranoxy-psoralène, 5-géranoxy-8-méthoxypsoralène.

Fraction non volatile (env. 2 à 4 %) : flavonoïdes, caroténoïdes, stéroïdes ; coumarines (certaines énumérées ci-avant).

Propriétés :

- Anti-infectieuse, antibactérienne (strep. +++), antiseptique +++ (bactéries sporulées +++), antivirale ;
- *Vitamin-P-like* (action sur la microcirculation, diminution de la perméabilité des capillaires et augmentation de leur résistance), préventive des accidents d'origine hypertensive ou diabétique, fluidifiante sanguine + ;

- Litholytique ++ ;
- Calmante nerveuse + ;
- Stomachique, carminative +.

Indications (VT +++):

- Infection respiratoire ;
- Petite insuffisance hépatique +++, insuffisance digestive ++ ;
- Coliques néphrétiques ++ ;
- Insomnie, cauchemars + ;
- Hémorragie +, insuffisance veineuse, phlébite, thrombose + ;
- Désinfection de l'air (cabinets médicaux, milieux hospitaliers, crèches) +++ ;
- Périodes de maladies contagieuses ++.

Contre-indications : usage cutané avec exposition au soleil (très photosensibilisante) ; **dermoagressive** (le limonène temporelise l'effet agressif des citrals).

***Citrus medica* L.
var. *vulgaris* Risso**
Cédratier (z.) dit "zestes de cédrat"
Rutacées

Principes actifs : (E.E.F.)

- Monoterpènes ;
- Aldéhydes.

Propriétés :

- Stomachique +++.

Indications (VT +): dyspepsies ++.

Contre-indications : usage externe (photosensibilisante).

***Citrus paradisi* Macf.**
Pamplemoussier (z.) dit "zestes de pamplemousse"
Rutacées

Principes actifs : (E.E.F.)

Fraction volatile :

- Monoterpènes : (+)-limonène (96-98 %) ;
- Aldéhydes aliph. et terp. (1,5 %) : nonanal, décane ; citrals, citronnellal ;
- Coumarines et furocoumarines : aesculétine, auraptène, limettine, mérance, bergaptol.

1. E.E.F. : Essence d'Expression à Froid.

Fraction non volatile : flavonoïdes, caroténoïdes, stéroïdes, coumarines, et furocoumarines.

Propriétés :

- Antiseptique aérienne ++.

Indications (VT +):

- Désinfection des locaux ++.

Contre-indications : usage externe (photosensibilisante).

***Citrus reticulata* Blanco
var. "mandarine"**
Mandarinier (z.) dit "zestes de mandarine"
Rutacées

Principes actifs : (E.E.F.)

Fraction volatile :

- Monoterpènes : limonène (65-94 %) ;
- Alcools non terp. : nonanol (0,1 %), octanol (0,09 %) ;
- Monoterpénols : citronnellole (0,01-0,5 %), linalol (0,03-6,1 %) ;
- Esters arom. : acétate de benzyle ;
- Composés azotés (esters) : n-méthylanthranilate de méthyle (0-0,85 %), anthranilate de diméthyle (0,9 %) ;
- Ald. non terp. : décanal (0,04-0,9 %) ;
- Coumarines et furocoumarines.

Fraction non volatile : flavonoïdes, caroténoïdes, stéroïdes, coumarines et furocoumarines.

Propriété :

- Modératrice du SNC, sympathicolitique (dim. sensibilité), relaxante, sédative, hypnotique légère +++ ;
- Antispasmodique légère + ;
- Tonique digestive, eupéptique ;
- Cholagogue ;
- Antiseptique + ;
- Antifongique +.

Indications (VT +++):

- Insomnie, excitation, angoisse +++ ;
- Érétisme cardio-vasculaire + ;
- Dyspepsies, gastralgies, hoquet, aérophagie ++ ;
- Dyspnée +.

Contre-indications : usage externe, sauf localisé (photosensibilisante).

***Citrus reticulata* Blanco var.
"mandarine" cv. balady**
Mandarinier (fe.)
dit "petit grain mandarine"
Rutacées

Principes actifs :

- Composés azotés (esters) : n-méthylanthranilate de méthyle (env. 50 %).

Propriétés :

- Antispasmodique, calmante puissante ++++.

Indications (VT +++):

- Insomnie, anxiétés, suites de stress ++++.

Contre-indications : non connues.

***Citrus sinensis* (L.) Osbeck**
Oranger (z.) dit "zestes d'orange douce"
Rutacées

Principes actifs : (E.E.F.)

Fraction volatile :

- Monoterpènes (79-80 %) : (+)-limonène (49 %) ;
- Alcools monoterp. (< 6 %) : (+)-linalol (1,8 %), (+)- α -terpinéol (0,7 %), cis- et trans-carvéol (1,3-1,6 %), géraniol (0,4 %) ;
- Aldéhydes (1,1-2,8 %) : n-octanal (0,5 %), n-décane (1,1 %), citronnellal (0,5 %) ;
- Cétones : carvone (1,8 %) ; α -ionone (0,7 %) ;
- Coumarines et furocoumarines : auraptène, bergaptol, iso-impératorine.

Fraction non volatile :

- Flavonoïdes (2 %), triterpénoïdes (β -carotène) ;
- Coumarines et furocoumarines substituées (cf. ci-dessus).

Propriétés :

- Antiseptique ++ ;
- Calmante, sédative + ;
- Carminative +.

1. E.E.F. : Essence d'Expression à Froid.

Indications (VT ++):

- Dyspepsies + ;
- Anxiété, nervosisme ++ ;
- Désinfection des locaux ++.

Contre-indications : usage externe (photosensibilisante).

***Commiphora erythraea* Engl.
var. *glabrescens* Engl.**
Myrrhe bisabol ou douce (oléorés.)
Bursacées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : élémènes, copaène ;
- Sesquiterpènes furaniques ;
- Sesquiterpénones furaniques.

Propriétés :

- Anti-infectieuse, antivirale, antiparasitaire ++ ;
- Anti-inflammatoire +++.

Indications (VT +++):

- Dysenteries +++, entérocolite infectieuse ++ ;
- Ulcère cutané +.

Contre-indications : non connues.

***Commiphora molmol* Engl.**
Myrrhe heerabol ou amère
(gommo-oléorés.) Bursacées

Principes actifs :

- Hydrocarbures : 2-méthyl-5-isopropényl furane (4,5 %) ;
- Sesquiterpènes : δ et β -élémenes (29 %), α -copaène (10 %) ;
- Sesquiterpènes furaniques : curzérène (0,1 %) ;
- Sesquiterpénones furaniques : curzérénone ;
- Cétones : méthyl-isobutyl cétone (5,5 %) ;
- Aldéhydes : 3-méthyl-1,2-buténal (2,2 %).

Propriétés :

- Anti-infectieuse, antivirale +++, parasiticide (ascaris), aseptisante ;

- *Hormon-like*, thyroïdmodératrice, anaphrodisiaque ;
- Anti-inflammatoire +++ ;
- Vulnérable.

Indications (VT +++):

- Diarrhées, dysenteries +++ , hépatites virales (séquelles) ;
- Bronchite + ;
- Ulcère cutané + ;
- Hyperthyroïdie, excitation sexuelle.

Contre-indications : non connues.

Coniza bonariensis

Vergerette de Naudin (herbe fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Monoterpènes (20-30 %) : α - et β -pinènes, (+)-limonène (+++) ;
- Sesquiterpènes (5-15 %) : α -cubébène, élémène, β -bisabolène ;
- Alcools terp. (5-10 %) : α -terpinéol ; nérolidol ;
- Esters polyacétyléniques : **trans-2- et cis-2-"lachnophyllum" méthyl-esters (40-60 %)** ;
- Lactones : lachnophyllum- γ -lactone.

Propriétés :

- Positivante puis négativante ;
- Antispasmodique ++, coronaro-dilatatrice ;
- *Hormon-like* +++ ;
- Stimulante hépatopancréatique +.

Indications (VT +++):

- Insuffisances hépatopancréatique et biliaire + ;
- Coronarite ++ ;
- Retard pubertaire (homme et femme) +++.

Contre-indications : non connues.

Coniza canadensis

Vergerette du Canada (herbe fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Monoterpènes ;
- Sesquiterpènes ;
- Alcools terp. ;

- Esters polyacétyléniques : trans-2, cis-8 et cis-2, cis-8-"matricaria" méthyl-esters (20-30 %) ;
- Lactones.

Propriétés :

- Stimulante hépatopancréatique + ;
- Antirhumatismale ++ ;
- Antispasmodique ++, coronaro-dilatatrice ;
- *Hormon-like* ++.

Indications (VT ++):

- Insuffisance hépatopancréatique + ;
- Coronarite ++ ;
- Rhumatismes ++ ;
- Retard pubertaire (homme et femme) ++.

Contre-indications : non connues.

***Copaifera officinalis* L.**

Copahier (oléorés.) dit "baume de copaiba" ou de "copahu" Césalpiniacées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes (72-90 %) : β -caryophyllène (50-53 %), trans- α -bergamotène (7-10 %), α -copaène (15-16 %), α -cubébène (3-3,5 %) ;
- Acides : acide en-agathique.

Propriétés :

- Anti-inflammatoire puissante +++.

Indications (VT ++):

- Infection urinaire catarrhale, urérite +++ ;
- Infection bronchopulmonaire catarrhale ++ ;
- Plaies, ulcère +.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Coriandrum sativum* L.**

Coriandre douce (fr. mûrs et secs) Apiacées

Principes actifs :

- Monoterpènes (10-20 %) : γ -terpinène (8-2 %), paracymène (3 %), limonène (4-2 %) ;

- Monoterpénols (60-80 %) : (+)-linalol (**70 à 80 %**) ;
- Esters terp. (2-3 %) : acétate de géranyle (2-0,5 %) ;
- Monoterpénones (7-9 %) : camphre (6-3 %) ;
- Coumarines et furocoumarines* (tr.) : ombelliférone ; bergaptène*.

Propriétés :

- Positivante ;
- Tonique et stimulante, stomachique, neurotonique, euphorisante +++ ;
- Anti-infectieuse, bactéricide, viricide, parasiticide ++ ;
- Antalgique +.

Indications (VT ++):

- Atonie digestive ++, dyspepsies +++ , aérophagie +, entérocolite fermentaire +++ ;
- Cystite colibacillaire ++ ;
- Grippe ++ ;
- Asthénie +++ , fatigue générale +++ ;
- Arthrose ++.

Contre-indications : aucune connue, aux doses physiologiques.

***Coriandrum sativum* L.**

Coriandre douce (fe.) Apiacées

Principes actifs :

- Aldéhydes sat. et insat. non terp. (85-95 %) : octanal (5 %), décaneal (10 %), undécaneal (3 %), 3,6-undécadienal (3,5 %), dodécaneal (16,25 %), 7-dodécaneal (21,25 %), tridécaneal (4 %), tridécénal (1,75 %), 5,8-tridécadienal (5,5 %), 9-tétradécaneal (9,25 %).

Propriétés :

- Anti-inflammatoire ++ ;
- Sédatrice ++.

Indications (VT ++):

- Stress, anxiété, insomnie ++ ;
- Gastrite ++.

Contre-indications : non connues.

***Corydthymus capitatus* (L.)**

Reichenb. f.

dit "Origan d'Espagne" (som. fl.)
Lamiacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : myrcène (1,5-1,8 %), α - et γ -terpinènes (0,1-1,2 % et 4,9-5,3 %) ;
- Sesquiterpènes : β -caryophyllène (3 %) ;
- Alcools terp. : linalol (0,3-1,8 %), bornéol (0,2-3,3 %) ;
- Phénols : **carvacrol (67-79 %)**, thymol (0,1-9,8 %), 3-méthyl-2,6-diisopropyl phénol.

Propriétés :

- Anti-infectieuse +++ , antibactérienne à large spectre d'action et à action puissante, antivirale puissante, antifongique, antiparasitaire ;
- Tonique générale ++.

Indications (VT +++):

- Pathologies infectieuses (toutes localisations) ++++ ;
- Asthénie ++.

Contre-indications : aucune connue (cependant **dermocaustique**).

***Crithmum maritimum* L.**

Crithme marine (part. aér.) Apiacées

Principes actifs :

- Monoterp. : crithmène, α - et β -pinènes ;
- Phénols méthyl-éthers : thymol M.E. ;
- Ether-oxydes : apiole, isoapiole, dillapiole ;
- Coumarine : coumarine.

Propriétés :

- Diurétique, antipléthorique ++ ;
- Vermifuge +.

Indications (VT ++):

- Rétention hydrolipe, "cellulite" ++ ;
- Entérocolite parasitaire +.

Contre-indications : non connues.

Croton eluteria Bennett Cascarille (éc.) Euphorbiacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : α -thujène, α - et β -pinènes, camphène, myrcène, limonène, γ -terpinène, paracymène ;
- Sesquiterpènes : α -copaène, β -caryophyllène, β -élémane, cuparène, calaménène, α -calacorène, cascarillidène ;
- Alcools : linalol, bornéol, terp.-1-ol-4 ;
- Phénols : eugénol, cuparophénol ;
- Cétones : cascarillone.

Propriétés :

- Antinévralgique +.

Indications (VT +) :

- Maux de tête, céphalées.

Contre-indications : non connues.

Cryptocarya massoia (Becc.) Kosterm. Massoia (éc.) Lauracées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : β -caryophyllène, β -élémane, β -sélénène ;
- Lactones (< 85 %) : δ -lactones α -, β -insaturées : (-)-6-pentyl * (65-70 %), (-)-6-heptyl (10-15 %) et (+)-6-nonyl (0,3-0,5 %)-5,6-dihydro-2H-pyran-2-one (* = **massoia lactone**) ; γ -hexadécalactone.

Propriétés :

- Anti-infectieuse, antibactérienne majeure ;
- Anticatarrhale, mucolytique.

Indications (VT ++++) :

- Infection catarrhale chronique et infection bactérienne aiguë des voies respiratoires hautes et basses ;
- Infections digestives bactérienne ou fongique, aiguë ou chronique, surtout entérocolite.

Contre-indications : bébé, jeune enfant, grossesse ; usage externe formellement déconseillé (hyperallergisant).

Cuminum cyminum L. Cumin (officinal) (fr.) Apiacées

Principes actifs :

- *Premier subchémotype, cuminal-terpinène :
 - Monoterpènes (30-60 %) : β -pinène (13-22 %), paracymène (3-9 %), α -terpinène (12-28 %) ;
 - Sesquiterpènes : β -caryophyllène ;
 - Monoterpénols (0,5-4 %) : cuminol (0,1-4 %) ;
 - Monoterpénols (30-40 %) : p-mentha-3-en-7-al (0,7 à 2,5 % graines sèches), p-mentha-1,3-diène-7-al (6-15 %), p-mentha-1,4-diène-7-al (24 % graines fraîches) ;
 - Aldéhydes arom. (20-30 %) : **cuminaldéhyde (20-32 %)** ;
 - Coumarines (tr.) : scopolétine.

*Second subchémotype, cuminal-paracymène :

- Monoterpènes (50 %) : paracymène (42 %) ;
- Mono- et sesquiterpénols (10 %) : α -terpinéol (2,75 %), pipéritol (0,8 %), carvéol (1,45 %), farnésol (3 %) ;
- Aldéhydes (32 %) : **cuminal (27,75 %)**, anisaldéhyde (2,8 %) ;
- Esters (5 %) : cinnamate de benzyle (4,5 %).

Propriétés :

- Calmante-stupéfiante +++ (par action réflexe modératrice sur le SNC et la moelle épinière, d'où effet sédatif, résolution musculaire - muscles lisses -), analgésie et sommeil (doses ++++) ;
- Anti-inflammatoire ++ ;
- Antispasmodique + ;
- Tonique et stimulante digestive, apéritive ++ carminative +++.

Indications (VT ++++) :

- Dyspepsies, aérologie, épigastralgie ++, aérocolie, entérocolites spasmodique et inflammatoire ++, hépatites ;
- Insomnie ++ ;
- Hyperthyroïdie ++ ;
- Arthrite +, rhumatismes ;
- Orchite (oreillons) +.

Contre-indications : usage externe intensif ou sur peau sensible (à l'origine de dermatoses d'irritation).

Cupressus arizonica

Cyprès bleu de l'Arizona (ram. fe.)
Cupressacées

Principes actifs :

- Cétones monoterp. (major.).

Propriétés :

- Lipolytique +++ ;
- Activatrice circulatoire +.

Indications (VT) :

- "Cellulite".

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse, usage interne (très neurotoxique, abortive).

Cupressus sempervirens L. **var. stricta** (Ait.) Rehd.

Cyprès toujours vert (ram. fe.) Cupressacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : α -pinène (45,5 %), δ -3-carène (25,5 %) ;
- Sesquiterpènes : α -cédrène, δ -cadinène ;
- Sesquiterpénols : cédrol (7 %) ;
- Diterpénols labdaniques : manool, semperviol ;
- Acides diterpéniques : acides néocupressiques.

Propriétés :

- Positivante ;
- Décongestionnante veineuse et lymphatique +++ ;
- Décongestionnante prostatique ++ ;
- Tonique, neurotonique, entérotonique + ;
- Anti-infectieuse, antibactérienne, antimycobactérienne (BK) ++.

Indications (VT ++++) :

- Insuffisance pancréatique (exocrine), paresse intestinale ;
- Adénome prostatique ++, énurésie ++ ;

- Toux bronchitique, coquelucheuse, spasmodique, tuberculeuse ; tuberculose pulmonaire pleurésie +++ ;
- Varices, hémorroïdes externes et internes, œdème des membres inférieurs +++ ;
- Asthénie ++.

Contre-indications : mastoses.

Cupressus sempervirens L. **var. stricta** (Ait.) Rehd.

Cyprès toujours vert (bois) Cupressacées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes ;
- Sesquiterpénols ;
- Phénols méthyl-éthers : carvacrol M.E. (% important).

Propriétés :

- Spasmodique ++ ;
- Anti-infectieuse (loi du tout ou rien).

Indications (VT +) :

- Colite spasmodique ++, colite infectieuse.

Contre-indications : aucune connue.

Curcuma longa L.

Curcuma (rhiz.) Zingibéracées

Principes actifs :

- Monoterpènes : (+)- α -phellandrène (1 %) ;
- Sesquiterpènes : zingibérène (25 %) ;
- Cétones sesquiterp. (50-60 %) : **ar-turmerone (env. 60 %)**, turmérone.

Propriétés :

- Stimulante, carminative +, cholérétique ++ ;
- Cicatrisante ;
- Anthelminthique ++ ;
- Antalgique + ;
- Aphrodisiaque.

Indications :

- Insuffisances digestive et hépatobiliaire, aérologie, colite douloureuse, verminoses ++ ;

- Rhumatismes + ;
- Dermatoses.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

***Curcuma zedoaria* Roscoe**
Zédoaire (rhiz.) Zingibéracées

Principes actifs :

- Monoterpènes : α -pinène ;
- Sesquiterpènes : zingibérène ;
- Alcools monoterp. : bornéol ;
- Diols sesquiterp. : curcumodiol ;
- Cétones monoterp. : camphre ;
- Diones sesquiterp. : curdione ;
- Cétones et cétone-oxydes furano-sesquiterp. : curzérénone, zédoarone ; zédérone.

Propriétés :

- Stimulante digestive, carminative ++, cholagogue, cholérétique +.

Indications (VT ++):

- Insuffisance digestive, dysphagie ++.

Contre-indications : non connues (probablement neurotoxique, abortive).

***Cusparia trifoliata* Engl.**
Angosture ou cuspare (éc.) Rutacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : α - et β -pinènes ;
- Sesquiterpènes : (-)-cadinène, galipène ;
- Sesquiterpénols : galipol (14-15 %) ;
- Esters divers (5,5 %).

Propriétés :

- Décongestionnante lymphatique et veineuse +.

Indications (VT +):

- Difficultés circulatoires de retour +.

Contre-indications : non connues.

***Cymbopogon citratus* (DC.) Stapf.**
Citronnelle ou verveine des Indes (herbe)
Poacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : limonène (1-11 %) ;
- Monoterpénols (79-86 %) :
• citrals : néral (22-33 %) et géraniol (37-45,5 %),
• citronnellal (1-13,5 %).

Propriétés :

- Négativante ;
- Tonique digestive ++ ;
- Vasodilatatrice +++ ;
- Anti-inflammatoire ++ ;
- Sédatrice +++.

Indications (VT ++):

- Insuffisances digestive et hépatique ++ ;
- Cellulite ++ ;
- Artérite + ;
- Dystonie neurovégétative +++.

Contre-indications : aucune connue, mais irritante en usage externe.

***Cymbopogon flexuosus* (Steud)**
Wats. *citrifolius*
"Lemongrass" (herbe) Poacées

Principes actifs :

- Alcools monoterp. : α -terpinéol (2,25 %), bornéol (1,9 %), géraniol et nérol (1,5 %) ;
- Alcools sesquiterp. : farnésol (12,8 %) ;
- Aldéhydes monoterp. (60-85 %) : citrals (75 %), néral (27,7 %), géraniol (46,6 %) ;
- Aldéhydes sesquiterp. : farnésal (3 %).

Propriétés :

- Négativante ;
- Tonique digestive ++ ;
- Vasodilatatrice +++ ;
- Anti-inflammatoire ++ ;
- Sédatrice +++.

Indications (VT +++):

- Insuffisances digestive et hépatique ++ ;

- Cellulite ++ ;
- Artérite + ;
- Dystonie neurovégétative +++.

Contre-indications : aucune connue, mais irritante en usage externe.

***Cymbopogon martinii* Stapf.**
var. *motia*
"Palmarosa" (herbe) Poacées

Principes actifs :

- Alcools monoterp. (80-95 %) : linalol (2-4 %), géraniol (70-80 %), nérol (0,2-1,5 %), p-mentha-1,8 (10)-dien-9-ol ;
- Alcools sesquiterp. élémol (0,3-1,4 %) ;
- Esters terp. et aliph. formiates de géranyle (5-15 %) et de néryle (0,5-1 %) ; acétates de géranyle (5-20 %) et de p-mentha-1,8 (10)-dien-9-yle butyrate (0,5-1 %) et isobutyrate de géranyle isovalérates de prényle et de géranyle (0,5-1 %), hexanoates d'amyle, de prényle et de géranyle (0,5-1 %) ; octanoates de prényle et de géranyle (0,5-1 %).

Propriétés :

- Positivante ;
- Antimicrobienne, antibactérienne majeure à large spectre d'action +++ , antifongique +++ , antivirale +++ ;
- Tonique, utérotonique, neurotonique, cardiotonique ++.

Indications (VT ++++):

- Rhinopharyngite, sinusite, otite, bronchite ++ ;
- Urétrite, cystites, vaginite, cervicite, salpingite, accouchement +++ ;
- Acné à staphylocoque blanc, eczéma sec et suintant ;
- Oropharyngite, entérites bactérienne et virale +++ ;
- Fatigue cardiaque + ;
- Virémie +++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Cymbopogon martinii* Stapf.**
var. *sofia*
"Gingergrass" (herbe) Poacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : (+)-limonène, (+)- α -phellandrène ;
- Alcools : géraniol (35-65 %) ; alcool périllique ;
- Monoterpénones : carvone.

Propriétés :

- Positivante ;
- Antimicrobienne, antibactérienne ++, antifongique +++ , antivirale ++ ;
- Tonique, utérotonique, neurotonique, cardiotonique +.

Indications (VT +++):

- Rhinopharyngite, sinusite, otite, bronchite ++ ;
- Urétrite, cystites, vaginite, cervicite, salpingite, accouchement + ;
- Acné à staphylocoque blanc, eczéma sec et suintant + ;
- Oropharyngite, entérites bactérienne et virale ++ ;
- Fatigue cardiaque + ;
- Virémie ++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Cymbopogon nardus* (L.) Rendle**
Citronnelle de Ceylan (herbe) Poacées

Principes actifs :

- Alcools terp. (35 %) : géraniol (18 %), bornéol (6,5 %), citronnellol (8,5 %) ;
- Aldéhydes (5-15 %) : (+)-citronnellal (5 %) ;
- Esters (9 %) : formiate et butyrate de géranyle (4 et 1,5 %) ;
- Phénols méthyl-éthers (9 %) : isoeugénol M.E. (7 %).

Propriétés :

- Anti-infectieuse, antibactérienne ++, antiseptique aérienne, insectifuge (moustiques) ++ ;

- Antispasmodique +++ ;
- Anti-inflammatoire ++.

Indications (VT ++++) :

- Colite spasmodique, entérocolite infectieuse ++ ;
- Douleurs pelviennes +++ ;
- Rhumatismes, arthrite ++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Cymbopogon winterianus* Jowitt
citronnelliferum
Citronnelle de Java (herbe) Poacées**

Principes actifs :

- Alcools monoterp. (30-40 %) : géraniol (15-24 %), citronnellol (12-15 %) ;
- Esters terp. : acétates de géranyle (3-8 %) et de citronellyle (2-4 %) ;
- Aldéhydes monoterp. (35-45 %) : (+)-citronellal (33-45 %).

Propriétés :

- Anti-infectieuse ++ ;
- Anti-inflammatoire +++.

Indications (VT ++++) :

- Pathologies infectieuses (diverses localisations) ++ ;
- Pathologies inflammatoires et rhumatismales +++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Cyperus rotundus* L.
Souchet rond (rhiz.) Cypéracées**

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : rotundène, (+)-copadiène, cypérène (32 %) ;
- Sesquiterpénols : rotundénol, **cypérol (30 %)** ;
- Sesquiterpénones : (-)-rotundone, cypérotundone, patchoulénone, cypérone (33 %) ;
- Composés bifonctionnels : céto-oxydes : kobusone ;
- Oxydes sesquiterp. : (+)-époxy-guaiène.

Propriétés :

- Stomachique +++ ;
- Emménagogue ;
- Parasiticide ++.

Indications (VT +) :

- Dyspepsies, irritation intestinale ++ ;
- Gale ++ ;
- Oligoménorrhée +.

Contre-indications : non connues.

***Cyperus scariosus* R. Br.
Souchet (espèce de) (rac.) Cypéracées**

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : cypérène (15 %), rotundène (5 %) ;
- Sesquiterpénols : patchoulanol (2 %) ;
- Sesquiterpénones : rotundone (5 %), isopatchoul-4(5)-en-3-one (16 %), patchoulénone (8 %) ;
- Diones : scariodione.

Propriétés :

- Décongestionnante + ;
- Tonique digestive ++.

Indications (VT ++)

- Insuffisance digestive, diarrhées ++.

Contre-indications : en cours d'étude (neurotoxique, abortive).

***Daucus carota* L. ssp. *maximus*
(Desf.) Batt.
Grande carotte sauvage (sem.) Apiacées**

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : (-)-β-bisabolène (7,5 %) ;
- Alcools sesquiterp. : **carotol (70 %)** ;
- Composés bifonctionnels : alcool-oxydes, daucol (5 %).

Propriétés :

- Tonique stimulante, neurotonique, hypertensive + ;
- Dépurative hépato-rénale ++ ;
- Régénératrice hépatocellulaire +++, hypocholestérolémiant + ;
- Anticoagulante légère.

Indications (VT ++)

- Petite insuffisance hépatique ++, abcès hépatique staphylococcique ;
- Petite insuffisance rénale, cystites + ;
- Eczéma, dartres, furoncle, coupérose + ;
- Hypotension ;
- Dysrégulation thyroïdienne ;
- Neurasthénie +.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Daucus carota* L. var. *sativa*
Carotte cultivée (sem.)
Apiacées**

Principes actifs : (profil assez variable) :

- Monoterpènes : α- et β-pinènes (5 % et 5 %), sabinène (2 %) ;
- Sesquiterpènes : (-)-daucène (2 %), (-)-β-bisabolène (10 %), β-caryophyllène (4 %) ;
- Monoterpénols : géraniol (0,5 %), linalol (3 %) ;
- Sesquiterpénols : **carotol (50 %)** ;
- Esters terp. : acétate de géranyle (3 %) ;
- Phénols méthyl-éthers : asarone ;
- Composés bifonctionnels : alcool-oxydes daucol (4 %).

Propriétés :

- Tonique stimulante, neurotonique, hypertensive + ;
- Dépurative hépato-rénale ++ ;
- Régénératrice hépatocellulaire +++, hypocholestérolémiant + ;
- Anticoagulante légère.

Indications (VT ++)

- Petite insuffisance hépatique ++, abcès hépatique staphylococcique ;
- Petite insuffisance rénale, cystites + ;
- Eczéma, dartres, furoncle, coupérose + ;
- Hypotension ;
- Dysrégulation thyroïdienne ;
- Neurasthénie +.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Dipterocarpus turbinatus* Gaertn.
Gurjum (oléorés.) Diptérocarpacées**

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : β-caryophyllène, α-gurjunène (90 %), β-gurjunène, alloaromadendrene (5 %), guaiazulène ;
- Sesquiterpénols : guaï-5-en-11-ol ;
- Acides : ac. gurjumique.

Propriétés :

- Anti-inflammatoire ++ ;
- Désinfectante intestinale.

Indications (VT +) :

- Affections urogénitales inflammatoires ++ ;
- Affections bronchopulmonaires inflammatoires + ;
- Dermatoses inflammatoires + ;
- Colite.

Contre-indications : non connues.

***Elettaria cardamomum* (Roxb.)
White et Maton var. *mysorensis*
Cardamome (fr.) Zingibéracées**

Principes actifs :

- Monoterpènes (< 7 %) : sabinène (1,4-3,1 %), myrcène (1 %), limonène (0,15-2,5 %) ;
- Monoterpénols (< 6 %) : linalol (3-3,5 %), terpinène-1-ol-4 (0,8 %) ; α-terpinéol (1-1,5 %) ;
- Ester terp. (env. 40 %) : **acétates de linalyle (3,5 %) et de terpényle (30-35 %)** ;
- Oxydes terp. (env. 45 %) : 1,8-cinéole (40-45 %).

Propriétés :

- Tonique et stimulante, stomachique, carminative +++ ;
- Antispasmodique (neuromusculaire) + ;
- Anticatatarrhale, expectorante +++ ;
- Anti-infectieuse, antibactérienne (faible et variable), anthelminthique.

Indications (VT ++)

- Insuffisance digestive, dyspepsies, aérophagie, colite spasmodique +++, verminoses ;

- Cardialgie (d'origine dyspepsique et neurovégétative) ;
- "Refroidissement", bronchite catarrhale +++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Eriocephalus punctulatus* Jacq.**
Eriocéphalée (som. fl.) Astéracées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : chamazulène (0,07 %), 1,4-diméthylazulène (0,3 %) ;
- Alcools aliph. : 2-méthylbutanol (0,4 %) ;
- Esters aliph. : butyrates ; isobutyrate de 2-méthylpropyle (6,5-14 %) et de 2-méthylbutyle (10 %) ; valérates ; isovalérates de 2-méthylbutyle (2-4,5 %) et de 2-méthylpropyle (1 %) ;
- Alcools terp. : terpinène-1-ol-4 (5 %).

Propriétés :

- Antispasmodique puissante +++ ;
- Anti-inflammatoire ++ ;
- Antalgique + ;
- Sédatif +.

Indications (VT +++):

- Anxiété, stress, choc nerveux, dépression +++ ;
- Névrites, névralgies ++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

Eucalyptus sp. nov. aff. campanulata
Eucalyptus (espèce de) (fe.) Myrtacées

Principes actifs :

- Esters arom. : (E)-cinnamate de méthyle (98 %).

Propriété :

- Antispasmodique puissante +++.

Indications (VT ++):

- Colites infectieuse et spasmodique +++ ;
- Infarctus (adj.) ++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Eucalyptus citriodora* Hook.
*citronnellifera***
Eucalyptus citronné à citronnellal (fe.)
Myrtacées

Principes actifs :

- Alcools monoterp. : (+)-citronnellol (15-20 %), trans-pinocarvéol, géraniol (tr.-5 %), cis- et trans-p-monthane-3,8-diols ;
- Esters terp. : acétate, butyrate et citronnellate de citronnelyle ;
- Aldéhydes terp. : **citronnellal (40-80 %)**.

Propriétés :

- Négative moyenne ;
- Anti-inflammatoire, antirhumatis-male +++ ;
- Calmante, sédatif, antihypertensive ;
- Antalgique +++ ;
- Anti-infectieuse ;
- Antispasmodique légère.

Indications (VT +++):

- Arthrite +++ (cervicodorsale, phalangienne, épicondylar...), polyarthrite rhumatoïde ++, rhumatismes ;
- Péricardite, coronarite, hypertension ;
- Cystites, vaginite ;
- Zona.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Eucalyptus dives* Schau.
*piperitoniferum***
Eucalyptus "mentholé" à pipéritone (fe.)
Myrtacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : (-)- α -phellandrène (30 %), α -phellandrène ;
- Sesquiterpènes : α -cubébène, β -caryophyllène, longifolène, γ -élémane, δ -cadinène ;
- Monoterpénols : linalol, terpinène-1-ol-4, α -terpinéol, pipéritol ;
- Monoterpénones : **pipéritone (40-50 %)**.

Propriétés :

- Positivante légère ;
- Anti-catarrhale, mucolytique +++ ;
- Anti-infectieuse, antibactérienne ++ ;
- Diurétique, urolytique, régénératrice rénale.

Indications (VT ++):

- Sinusite, otite, bronchite +++ ;
- Angine cryptique, entérite catarrhale + ;
- Néphrites, néphrose, urémie ++ ;
- Vaginite leucorrhéique +++.

Contre-indications : bébé, jeune enfant, grossesse (neurotoxique légère, abortive).

***Eucalyptus globulus* Labill.**
Eucalyptus globuleux (fe.) Myrtacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : (+)- α -pinène (10-12 %), β -pinène (0,1 %) ;
- Sesquiterpènes : (+)-aromadendrène (6,5 %), (-)-allo-aromadendrène (1,7 %), δ -guaiazulène ;
- Alcools aliph. et monoterp. : (-)-trans-pinocarvéol (0,2 %) ;
- Sesquiterpénols : (-)-globulol (5,9-6,3 %), lédol (1,5-1,9 %) ;
- Monoterpénones : (-)-pinocarvone, carvone (0,1 %) ;
- Oxydes terp. : **1,8-cinéole (70-75 %)** ;
- Aldéhydes : butyrald., valérald., caproald.

Propriétés :

- Positivante ;
- Anticatarrhale, expectorante +++ , mucolytique + ;
- Antimicrobienne, antibactérienne (staph. d. +++ , strep., pneumo. ; coli. ++ à +++ sauf orig. urogén., kleb.), antifongique (cand. ++), antivirale, antiseptique.

Indications (VT ++):

- Amygdalite ++, rhinopharyngite ++, laryngite, grippe ++, otite sinusite +, bronchite ++, bronchite asthmatiforme, bronchopneumonie + ;

- Adénites d'origine infectieuse + ;
- Dermite bactérienne ++, dermite candidosique +++.

Contre-indications : bébé.

***Eucalyptus polybractea* R.T. Baker
*cineolifera***
Eucalyptus à fleurs multiples à cinéole
(fe.) Myrtacées

Principes actifs :

- Oxydes terp. : **1,8-cinéole (major.)**.

Propriétés :

- Anticatarrhale, expectorante +++.

Indications (VT ++):

- Rhinite, bronchites aiguë et chronique.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Eucalyptus polybractea* R.T. Baker
*cryptonifera***
Eucalyptus à fleurs multiples à cryptone
(fe.) Myrtacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : paracymène (30 %) ;
- Monoterpénols : linalol, terpinène-1-ol-4, α -terpinéol ;
- Sesquiterpénols : z-eudesmol ;
- Phénols terp. (faible %) : australol, carvacrol ;
- Aldéhydes terp. et arom. : myrténal, géraniol, cuminal (7 %) ; phellandral (5 %) ;
- Cétones : (-)-**cryptone (40 %)**, pipéritone ;
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole (10 %).

Propriétés :

- Positivante puis négative ;
- Anticatarrhale, expectorante +, mucolytique +++ ;
- Anti-infectieuse, antivirale ++, antibactérienne (dont gono.), anti-microbienne ++, antipaludéenne ++ ;
- Anti-inflammatoire ;
- Décongestionnante prostatique ++.

Indications (VT +++):

- Entérocologie amibienne ++;
- Urétrites gonococciques et/ou chlamydienne; prostatites virales et congestives ++, épидидymites bactérienne et virale, varicocèle; dysplasie du col, condylome +++;
- Rhinopharyngite, bronchite, asthme (hors crise);
- Névralgies, névrite virale +;
- Polyarthrite rhumatoïde +;
- Paludisme ++.

Contre-indications : bébé, jeune enfant et grossesse (neurotoxique et abortive).

***Eucalyptus radiata* Sieb. ex DC.
ssp. *radiata cineolifera*
Eucalyptus officinal (fr.) Myrtacées**

Principes actifs :

- Monoterpènes (8 %): α -pinène (3,75 %), β -pinène (1 %), myrcène (2 %);
- Monoterpénols (20 %): linalol (0,4 %), bornéol, isoterpinéol-4 (2 %), géraniol (2,6 %), (-)- α -terpinéol (14 %);
- Monoterpénals (8 %): myrténal, citronnellal, géraniol, néral;
- Oxydes terp. : **1,8-cinéole (62-72 %)**, un époxycyclomonoterpène, caryophyllène oxyde.

Propriétés :

- Positivante;
- Anti-infectieuse, antibactérienne ++, antivirale +++;
- Anticatarrhale, expectorante ++++;
- Anti-inflammatoire.

Indications (VT ++++):

- Rhinite, rhinopharyngite, grippe +++, otite, sinusite, bronchite +++, toux +++;
- Conjonctivite, iridocyclite +++;
- Vaginite, endométriose;
- Acné;
- Asthénie, frilosité.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques et subphysiologiques.

***Eugenia caryophyllus* (Spreng.)
Bull. et Harr.
Giroflier (boutons flor.) dit "clous de girofle" Myrtacées**

Principes actifs : (variations entre clous frais haute qualité et clous secs);

- Sesquiterpènes (5,5-6 %): α - et β -caryophyllènes (tr. et 3,2-4,8 %), α - et β -humulènes (0,50 % et tr.), α -amorphène (0,05 %), α -muurolène (0,02 %), calaménène (0,01 %), calacorène (0,07 %);
- Esters (env. 22 %): Hexanoates d'éthyle (0,01 %); acétates de 2-heptanyle (0,04 %), de 2-nonanyle (tr.), de styrallyle (0,02 %), de benzyle (0,04 %), d'eugényle (22,07 %), de terpényle (0,03 %) et d'éthylphényle (0,01 %);
- Phénols : **eugénol (70-80 %)**, cis- et trans-isoeugénol (?), chavicol (0,29 %), 4-allylphénol;
- Oxydes (< 0,3 %): caryophyllène oxyde (0,04 %), humulène époxyde (0,23 %).

Propriétés :

- Anti-infectieuse, antibactérienne puissante à large spectre d'action (gr + et gr -) +++, antivirale +++, antifongique ++, antiparasitaire ++, antiseptique;
- Stimulante générale +++, neurotonique, utérotonique, hypertensive, aphrodisiaque légère;
- Cautérisante cutanée, pulpaire;
- Antitumorale (?).

Indications (VT ++++):

- Infection dentaire, odontalgie +++, amygdalite +++, hépatites virales +++, entérocologie virale +++, colite bactérienne, choléra, dysenterie amibienne ++, entérocologie spasmodique +++;
- Cystites, salpingite, métrites +++;
- Névrite virale, névralgies +;
- Zona, sclérose en plaques, poliomyélite, parasitoses cutanées, gale ++, acné infecté;
- Sinusite, bronchite, grippe, tuberculose ++;

- Paludisme, boubouille ++;
- Asthénie physique et intellectuelle, grande fatigue +++, hypotension, accouchement difficile;
- Dysrégulation thyroïdienne;
- Cancers, maladie de Hodgkin;
- Polyarthrite rhumatoïde.

Contre-indications : aucune connue (prudence en usage externe).

***Fagara schinifolia* (Sieb. et Zucc.)
Engl.
Fagara (fr.) Rutacées**

Principes actifs :

- Phénols méthyl-éthers : **chavicol M.E. (env. 90 %)**;
- Coumarines :
• méthoxyfurocoum : bergaptène.

Propriétés :

- Antispasmodique, anti-infectieuse (loi du tout ou rien).

Indications (VT +++):

- Colite spasmodique;
- Spasmodophilie, infections virales.

Contre-indications : aucune aux doses physiologiques; **usage externe (photosensibilisante).**

***Ferula asa-fetida* L.
Asa-fétide (gommo-oléorés.) Apiacées**

Principes actifs :

- Dérivés aliph. soufrés : **butylpropyldisulfide (40-45 %)**, autres disulfides (20 %).

Propriétés :

- Antispasmodique, antihystérique, anticonvulsif.

Indications (VT +):

- Entérocologie spasmodique ++, petite insuffisance hépatique;
- Convulsions, hystérie, nervosisme +.

Contre-indications : non connues.

***Ferula gummosa* Boiss.**

Férule gommeuse ou galbanum (gommo-oléorés.) Apiacées

Principes actifs :

- Monoterpènes (65-85 %): tricyclène (0,5-1 %), α -pinène (45-50 %), camphène (0,5-1 %), (-)- δ -3-carène (10-20 %), limonène (0,1-0,3 %);
- Sesquiterpénols : guaïol, bulsénol, α -, β - et γ -eudesmol (dénommés "galbanol"), 10-épi- γ -junéol;
- Esters terp. : acétates de fenchyle, de linalyle et de terpényle;
- Dérivés aliph. soufrés : cis-, trans-propényl disulfides, trans-isobutyl disulfide; isopropyl-3-méthylbutanthionate, sec-butyl-3-méthylbutanthionate, isopropyl-3-méthylbut-2-enethionate, sec-butyl-3-méthylbut-2-enethionate;
- Composés azotés (pyrazines): 2-méthoxy-3-isobutylpyrazine, tétraméthylpyrazine;
- Composés furaniques : dihydroagarofurane;
- Phthalides : 15-méthyl-15,1-cyclopentadécanolide (odeur marquée);
- Coumarines : ombelliférone; coumarines complexes : acide galbanique, gummosine, gummosinine.

Propriétés :

- Anti-infectieuse ++;
- Tonique stimulante +++;
- Action générale sur le rein, sur la sphère génitale (emménagogue);
- Antalgique +;
- Antispasmodique légère;
- Résolutive +.

Indications (VT +++):

- Leucorrhées +++, dysménorrhées ++;
- Arthrose;
- Ulcération, abcès +++;
- Adénopathies;
- Asthénie (**usage externe**).

Contre-indications : aucune connue.

***Foeniculum vulgare* Mill. ssp. *capillaceum* (Gillib.) Holmboc var. *dulce* (Mill.) Thellung**
Fenouil doux (herbe fl.) Apiacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : α -pinène (3,8-4,8 %), limonène (3,5-18 % et jusqu'à 29 %) ;
- Monoterpénols : fenchol (3,2 %) ;
- Phénols méthyl-éthers : chavicol M.E. (2,8-4 %), cis-anéthole (0,3-0,5 %), trans-anéthole (52-70 %) ;
- Aldéhydes : anisaldéhyde (tr.-0,1 %) ;
- Cétones : fenchone (0,3-2,6 %), camphre (0,3 %), anicétone (tr.) ;
- Oxydes : 1,8-cinéole (tr.-6,5 %) ;
- Coumarines et furocoumarines : ombelliférone, aesculétine ; bergap-tène, séséline, psoralène.

Propriétés :

- Positivante puis négativante ;
- *Estrogen-like* +++ , emménagogue, facilite la délivrance, galactogène (augmentation de la sécrétion lactée) ;
- Antispasmodique neuromusculaire, modificatrice réflexe du SNC et de la moelle épinière, d'où résolution musculaire et analgésie, stupéfiante légère, psychoactive +++ , antalgique ;
- Carminative ++ , stomachique, tonique apéritive (augmentation légère des sécrétions digestives) ;
- Cholagogue, cholérétique ;
- Tonique et stimulante (à faible dose), cardiotonique, tonique respiratoire ;
- Antiseptique, bactéricide (mén.), vermifuge.

Indications (VT ++):

- Aménorrhée et oligoménorrhée ++ , règles irrégulières, douleurs menstruelles, pré ménopause, ménopause ;
- Dyspepsies, gastralgies, colite spasmodique, entéralgie, aérophagie, météorisme, flatulences, indigestion, parasitoses ;
- Fausse angine de poitrine, palpitations, éréthisme cardio-vasculaire, cardialgie ;
- Dyspnée d'origine nerveuse, asthme, bronchite asthmatiforme, congestion pulmonaire ++ ;

- Paralysie, douleurs lombaires, spasmodie.

Contre-indications : jeune enfant, enfant, grossesse.

Fokienia hodginsii

Henry et Thomas

"Bois de Siam" (bois) Cupressacées

Principes actifs :

- Alcools sesquiterp. (env. 75 %) : trans-nérolidol (24 %), fokiéol (24 %), élémol (4,5 %), α , β , et γ -eudesmol (2,5-4,5 et 2 %).

Propriétés :

- *Hormon-like* (axe hypophyso-testiculaire et hypophyso-cortico-surrénalien) ;
- Neurotonique.

Indications (VT ++):

- Asthénie générale et sexuelle (homme).

Contre-indications : chez la femme.

***Gaultheria fragrantissima* Wall.**

Gaulthérie odorante (fe.) Ericacées

Principes actifs :

- Esters (% élevé) : salicylates de méthyle (constituant majoritaire, % très élevé), d'éthyle, de propyle, de butyle, de cis-3-hexényle, et de benzyle ; benzoate de benzyle ; acétates de cis-3-hexényle, de bomyle, de menthyle, et de terpényle (?) ;
- Phénols : phénol, eugénol (?) ;
- Phénols méthyl-éthers : β -asarone ;
- Aldéhydes : 2 et 3-méthyl-butanals, hexanal, trans-2-décenal ; benzald., cinnamald.

Propriétés :

- Antispasmodique +++ ;
- Vasodilatatrice + ;
- Anti-inflammatoire +++ ;
- Hépatostimulante +.

Indications (VT +++):

- "Rhumatismes" musculaires, tendinite, crampe, arthrite, épicondylite, polyarthrite rhumatoïde ;

- Petite insuffisance hépatique ++ ;
- Hypertension + ;
- Céphalées ++ ;
- Coronarite (crise) (curatif) ++ ;
- Dermatoses, eczéma, ecthyma, pityriasis +.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Gaultheria procumbens* L.**

Gaulthérie couchée dit "wintergreen" (fe.) Ericacées

Principes actifs :

- Esters aromatiques : salicylate de méthyle (99 %).

Propriétés :

- Antispasmodique +++ ;
- Vasodilatatrice + ;
- Anti-inflammatoire +++ ;
- Hépatostimulante +++.

Indications (VT +++):

- "Rhumatismes" musculaires, tendinite, crampe, arthrite ;
- Epicondylite, polyarthrite rhumatoïde ;
- Petite insuffisance hépatique ++ ;
- Hypertension, céphalées (d'origine hépato-circulatoire), coronarite (crise) (curatif) +++.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Geranium macrorrhizum* L.**

Zdravets (herbe) Géraniacées

Principes actifs :

- Monoterpènes (4 %) ;
- Sesquiterpènes (16 %) : α -santalène, β -caryophyllène, β -élémane, sélina-3,7 (11)-diène, guaiazulène ;
- Sesquiterpénols : sélinol ;
- Sesquiterpénones (env. 50 %) : germacrone (50 %), germazone.

Propriétés :

- Mucolytique, lipolytique ++ ;
- Antitumorale +++.

Indications (VT +++):

- Pathologies catarrhales mucopurulentes respiratoires et génitales ++ ;
- Cancers (certains) +++.

Contre-indications : bébé, enfant, grossesse (neurotoxique, abortive).

***Guajacum officinale* L.**

Gaïac (un des) (bois / oléorés.) Zygophyllacées

Principes actifs :

- Sesquiterpénols : gaïol ;
- Phénols : gaïacol (20-30 %).

Propriétés :

- Anti-infectieuse +++ ;
- Stimulante ++ ;
- Antalgique +.

Indications (VT ++):

- MST, syphilis +++ ;
- Lithiase urinaire + ;
- Adénites ++ ;
- Dermatoses + ;
- Rhumatismes, arthrite, contusions +.

Contre-indications : aucune connue (gastroentérite si surdosage).

***Hedychium acuminatum* Wall.**

Hedychium (rac.) Zingibéracées

Principes actifs :

- Composés bifonctionnels furanodi-terp. :
• céto alcools : 7-hydroxyhédychénone.

Propriétés :

- Antiasthmatique ++ ;
- Hépatotonique + ;
- Antiparasitaire (antiamibienne) +++ ;
- Décongestionnante prostatique + ;
- Calmante, antiépileptique + ;
- Anti-inflammatoire +.

Indications (VT ++):

- Asthme chez l'hypersensible ++;
- Petite insuffisance hépatique, amibiase +++;
- Prostatite +;
- Agitation, crise d'épilepsie (diminue l'intensité) +;
- Péricardite +.

Contre-indications : toxicité en cours d'étude.

Helichrysum gymnocephalum
(pc.) Humb.

Hélichryse à capitules nus (som. fl.)
Asteracées

Principes actifs :

- Monoterpènes : α - et β -pinènes (4-5 % et 8-11 %), limonène (25-40 %);
- Sesquiterpènes : β -caryophyllène (7-10 %), α -humulène (9-15 %), germacrène D;
- Aldéhydes terp. : citronnellal (5 %);
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole, caryophyllène oxyde.

Propriétés :

- Anti-inflammatoire ++;
- Antalgique +;
- Antiseptique +;
- Aphrodisiaque (?).

Indications (VT ++):

- Gingivite +++, pyrosis, gastrite, typhoïde, oropharyngite;
- Céphalalgie +;
- Goitre +;
- Aménorrhée, dysménorrhées, galactorrhée;
- Dermatoses, ulcère, ulcère variqueux, herpès +.

Contre-indications : aucune connue aux doses physiologiques.

***Helichrysum italicum* G. Don**
ssp. *serotinum*

Hélichryse italienne (som. fl.) Asteracées

Principes actifs :

- Sesquiterpènes : β -caryophyllène;
- Monoterpénols : nérol;

- Esters terp. : acétate de néryle (75 %), butyrate de néryle;
- Cétones : β -diones : **italidiones I, II et III (15-20 %)**.

Propriétés :

- Négativante;
- Anticoagulante, antiphlébitique;
- Antihématome +++ (le plus puissant actuellement connu);
- Hypocholestérolémiante (régularise les Apo A et Apo B) ++;
- Stimulante hépatocellulaire +;
- Anticatatarrhale, mucolytique +++, expectorante;
- Antispasmodique ++;
- Cicatrisante, désclérosante +.

Indications (VT ++++):

- Hématomes (externes et internes, même anciens) +++, phlébite ++, paraphlébite +++, érythroïde, coupure;
- Bartholinite;
- Petite insuffisance hépatique, céphalées d'origine hépatique, colite virale;
- Rhinite ++, bronchite, toux spasmodique, coqueluche;
- Traumatismes, plaies;
- Maladie de Dupuytren;
- Arthrite, polyarthrite +.

Contre-indications : sujets sensibles aux cétones (neurotoxique).

***Hernandia voyronii* Jum.**

Hernandia (éc.) Hernandiacees

Principes actifs :

- Aldéhydes (en cours d'étude).

Propriétés :

- Anti-inflammatoire ++;
- Décongestionnante prostatique +;
- Antiscleuseuse +;
- Anti-infectieuse, antibactérienne (staph.), antivirale ++, antiparasitaire (amibes);
- Tonique excitante ++, stimulante pancréatique;
- *Hormon-like* (axe hypophyso-testiculaire).

Indications (VT +++):

- Adénome prostatique (troubles mictionnels) +++, prostatite; impuissance;
- Hépatites virales, ictère ++, gastrite, aérophagie; insuffisance pancréatique; entérocologie virale, amibiase;
- Céphalalgie +;
- Eczéma; zona, grippe.

Contre-indications : aucune connue (mais dermoagressive); **déconseillée chez la femme.**

***Hibiscus abelmoschus* L.**

Ambrette (gr.) Malvacées

Principes actifs :

- Sesquiterpénols : farnésol;
- Esters : acétates de décyle, de dodécyle, de 5-dodécanyle, de 5-tétradécanyle;
- Lactones macrocycliques : ambretolide (7-hexadécène-16-olide), (Z)-5-tétradécène-14-olide;
- Acides gras : ac. palmitique (dans HE non délipidifiée).

Propriétés :

- *Hormon-like*.

Indications (VT ++):

- Certaines insuffisances hormonales (en cours d'étude).

Contre-indications : en cours d'étude.

***Humulus lupulus* L.**

Houblon (cônes) Cannabinacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : β -pinène, myrcène (30 %), limonène;
- Sesquiterpènes : farnésène, β -caryophyllène et α -humulène (50-60 %);
- Esters aliph. : isobutyrate de 2-méthylpropyle, de 3-méthylbutyle et de 2-méthylbutyle, propionate de 2-méthylbutyle; heptanoate, octanoate et nonanoate de méthyle; dec-4-énoate de méthyle; géranoate de méthyle;

- Esters terp. : acétate, propionate et isobutyrate de géranyle;
- Cétones : 2-undécانونone;
- Acides : ac. valérianique.

Propriétés :

- *Estrogen-like* +++, anaphrodisiaque(?);
- Sédatif, équilibrant nerveux, antispasmodique ++;
- Anti-inflammatoire +.

Indications (VT ++):

- Gastrite (origine nerveuse) ++;
- Tachycardie, arythmie supraventriculaire +.

Contre-indications : Mastoses, cancers hormono-dépendants.

***Hypericum perforatum* L.**

Millepertuis (herbe fl.) Hypericacées

Principes actifs :

- Monoterpènes : (+)- α -pinène (10-16 %), α -terpinène (1,7 %);
- Sesquiterpènes : β -caryophyllène (3-20 %), **germacrène D (18-26 %)**;
- Hydrocarbures (> 30 %) : 2-méthyl-octane (16,5-20 %), nonane (3,4 %), 3-méthyl-nonane (3,2 %), isotridécane (1,2 %), undécane (3,2 %), isoundécane (3,1 %);
- Alcools : dodécanol (5 %); terpinène-1-ol-4 (0,7 %);
- Oxydes terp. : 1,8-cinéole, caryophyllène oxyde (2,5 %);
- Cétones : 6-méthyl-5-heptène-2-one (2,1 %).

Propriétés :

- Anti-inflammatoire (muqueuses) +;
- Anti-infectieuse (limitée), antiseptique;
- Antitraumatique +.

Indications (VT ++):

- Stomatite, ulcère gastro-duodénal, entérocologie inflam. et spasmod. ++;
- Cystites, pyélonéphrite +;
- Prostatite;
- Vaginite, endométrite, congestion et inflammation utérines +;
- Traumatismes internes (séquelles) +.

Contre-indications : sujets allergiques (usage transcutané).