Basilic tropical ou exotique

*Ocimum* basilicum ssp (sous espèce) basilicum

* **Famille :** Lamiacées

 

* **Etymologie :**

Du grec basilikon ,basileus ;plante royale

Elevée en l’honneur de Dieu

* **Composition :**

Oxydes ; 1-8cinéole

Alcools linalol

Phénols eugenol 1%

phenols  methyl-ether estragol

Ethers 70 a 90% (qui en font un antispasmodique majeur)

Monoterpenols

Eugenolméthyl-ether

* **Propriétés :**

Antispasmodique agissant sur tout le système digestif, aérophagie,

Chez les sujets nerveux dont la digestion est ralentie

Décongestionne les voies hépatobiliaires

Anti-inflammatoire sur l’arthrite

Antivirale en cas de zona, hépatite

Anti-inflammatoire important

Antiseptique, antiviral majeur

Stimulant général anti-anxiété

Equilibrant nerveux

Mucolytique

* **Indications :**

Dermatose virales : herpes, Zona, verrues

Pathologies virales

Spasmophilie, angoisse, insomnies, nervosité, stress

Rhume des foins

Douleur des articulations et des muscles, crampes, contractures.

Colites spasmodiques, nausées inflammations, dyspepsie, flatulences

Règles douloureuses

* **Mode d’emploi** :
* Voie internes :

Sur une amande, cuillerée d’huile d’olive, mie de pain ou, miel

Eviter les sucres si possibles

2 a 6 gouttes par jours, en plusieurs prises

Pour les affections de terrains ou rééducation du système digestif 3 fois 1 goutte par jour sur une cure de plusieurs mois avec toujours des fenêtres thérapeutiques c’est a dire des arrêts de 10 a 15 jours par mois,

 Attention de Respecter les doses ne pas abuser !

* En massage :
* Dilution a 20% sur le plexus solaire, le bas ventre
* En bain (toujours utiliser un Disper type *Solubol* (voir magasin diététique bio coop..) pour la dispersion de l’ huile dans le bain

Propriétés énergétiques :

Apaise les peurs, le stress la nervosité, équilibre nerveux

Aide l’enfant hyperactif

Favorise la concentration et la mémorisation

Dissout les fatigues et rigidité mentales.

Chakra du plexus solaire

Couleur jaune et vert