

LEDON DU GROENLAND

Réf.: 21

Flacon de 5 ml

39.40€



PROPRIETES

LEDON DU GROENLAND.

Ledum groenlandicum

Parties utilisées : Plante entière.

Cette huile est réputée pour stimuler et détoxifier l'organisme. Elle est également connue pour ses vertus calmantes exceptionnelles sur le système nerveux et s'utilise en cas de stress et d'insomnie.

Ses dénominations « **Thé du Labrador** » et « **Lédon du Groenland** » viennent du fait que c'est d'abord dans ces régions qu'on l'aurait découvert. On l'a aussi appelé « **thé des Esquimaux** » ou encore « **thé velouté** »

L'infusion des feuilles a en effet souvent été **employée en guise de thé** par les habitants du Canada, de l'Alaska et des Etats-Unis.

Il remplaçait le thé de Chine devenu rare en période de guerre. D'autres l'utilisaient comme **condiment** associé à **laviande**.

Son huile essentielle est conseillée notamment pour de **nombreux problèmes hépatiques**, elle serait un **bon draineur hépatique** et **régénérateur des cellules du foie**.

Procédé d'obtention : Distillation complète par entraînement à la vapeur d'eau

Partie de la plante extraite : Rameaux feuillés

Nom botanique : Ledum groenlandicum

Famille botanique : Ericacées

Propriétés organoleptiques :

- **Aspect** : liquide limpide, fluide et mobile

- **Couleur** : incolore à jaune pâle

- **Odeur** : herbacée (odeur d'herbe coupée), sauvage, sucrée et astringente.

Composition chimique :

Monoterpènes : limonène (2.01%), **sabinène (28.85%)**, alpha-pinène (8.64%)

Sesquiterpènes : bêta-sélinène (8.83%), bêta-bisobolène (1.51%), alpha-sélinène (3.81%)

Les huiles essentielles sont sensibles aux rayonnements UV ainsi qu'à l'évaporation progressive de leurs constituants. Il est donc impératif de conserver vos huiles essentielles dans un flacon en verre coloré ou en aluminium à fermeture étanche à une température comprise entre 5°C et 40°C.

Propriétés et indications pour la santé :

Propriétés :

Favorise le drainage du foie et la régénérescence des cellules hépatiques

Décongestive

Antiallergique

Anti-inflammatoire

Antispasmodique

Antiseptique aérienne.

Indications :

"Intoxication hépatique" d'origine circulatoire, petite insuffisance hépatique, séquelles d'hépatites virales, entérite, flatulences

Néphrite toxémique, néphrite microbienne, gravelle, prostatite infectieuse, congestion prostatique

Ganglions lymphatiques enflammés, adénite infectieuse, adénite toxémique

Déséquilibre thyroïdien

Allergies et hypersensibilités cutanées.

En pratique :

En massage cutané, diluée dans une huile végétale, peut s'utiliser en synergie avec d'autres huiles essentielles.

Propriétés et indications pour le bien être :

Indications :

Insomnie, nervosité

Stress extrême, dépression

Spasmes du plexus solaire.

En pratique :

Insomnie, nervosité : en diffusion atmosphérique, lors d'un moment où vous vous sentez disponible et prêt à accepter les bienfaits de l'huile essentielle (séance de méditation, de relaxation ou simple moment de détente).

LE PROCEDE D'EXTRACTION DES HUILES ESSENTIELLES

La majorité des huiles essentielles est obtenue par distillation à la vapeur d'eau, sans détartrant chimique et sous basse pression. Le procédé consiste à faire traverser une cuve remplie de plantes aromatiques par de la vapeur d'eau. La vapeur d'eau extrait l'essence de la plante et forme avec elle un mélange gazeux homogène. A la sortie de la cuve et sous pression contrôlée, la vapeur d'eau enrichie d'huile essentielle traverse un serpentin et se condense. Le liquide aboutit dans l'essencier (vase florentin) où l'huile essentielle de densité inférieure à celle de l'eau. Critères d'une bonne distillation : La distillation est un procédé délicat, exigeant de l'expérience et une surveillance constante. Pour obtenir une huile essentielle de première qualité, les critères suivants doivent être respectés : L'alambic : il doit être en acier inoxydable, le cuivre et le fer pouvant former des oxydes. Basse pression : la distillation doit s'effectuer à basse pression, entre 0,05 et 0,10 bars, des suroxydations se produisant sous haute pression. Ainsi, la couleur de l'huile essentielle de thym vulgaire en pleine floraison varie du rouge clair au rouge brun en élevant la pression. La pyrogénéation des bois avec des écorces, consécutive à la distillation sous haute pression et haute température donne des huiles essentielles souillées de goudrons cancérigènes. Durée de la distillation : elle doit être prolongée pour permettre de recueillir le "totum" des molécules aromatiques, c'est-à-dire l'ensemble des fractions dites de "tête", de "cœur" ou de "queue". Par exemple, les trois quarts de l'huile essentielle de thym vulgaire sont extraits durant les trente premières minutes, mais il faut de soixante à quatre-vingt minutes supplémentaires pour extraire la totalité des phénols longs à passer. Les distillateurs sont payés au kilogramme d'huile essentielle, et c'est pourquoi certains producteurs distillent à haute pression et cessent la distillation après les 25 ou 30 minutes rentables. Très souvent, ces huiles essentielles sont ensuite "rectifiées", c'est-à-dire re-distillées pour les purifier des composants indésirables (points d'ébullition plus élevés) et pour concentrer les composants les plus volatiles. Ce procédé produit des huiles essentielles décolorées avec une odeur moins fine, des propriétés différentes et des effets indésirables accrus. Ainsi, une huile essentielle d'eucalyptus rectifiée pourra contenir jusqu'à 80% d'eucalyptol, mais elle sera plus irritante pour les bronches qu'une huile essentielle d'eucalyptus "complète" n'en contenant que 60%. L'eau : l'eau employée sera une eau de source peu ou non calcaire pour éviter de recourir aux détartrants chimiques. Stockage et conservation : après distillation, les huiles essentielles doivent être filtrées, puis stockées dans des cuves hermétiques inaltérables entreposées dans une cave fraîche. Leur mise en bouteille doit se faire uniquement dans des flacons en verre opaque brun ou bleu pour assurer leur conservation à l'abri de la lumière et de l'oxygène. Le contrôle de qualité La chromatographie en phase gazeuse est réalisée grâce à un appareil sophistiqué qui permet d'identifier les molécules aromatiques présentes dans une huile essentielle (jusqu'à 450 molécules aromatiques). Le graphique fourni par le chromatographe comporte une série de pics. Chaque pic représente une molécule aromatique bien spécifique qui est identifiée par logiciel. Le spectromètre de masse détermine la proportion relative de chacune des molécules aromatiques d'une huile essentielle (composition quantitative). L'aromatogramme est une méthode de mesure in vitro du pouvoir antibactérien des huiles essentielles. La technique est identique à celle utilisée pour mesurer l'activité bactéricide des antibiotiques.

PRECAUTIONS D'EMPLOI

- Déconseillé aux enfants de moins de 6 ans et chez la femme enceinte et allaitante. - Déconseillé aux personnes prenant des médicaments pour fluidifier le sang ou des coumarines. - Pas d'usage prolongé sans l'avis d'un aromathérapeute. - Tenir hors de portée des enfants. - Certains composés naturels contenus dans cette huile essentielle peuvent présenter un risque d'allergie chez certaines personnes sensibles lorsque l'huile essentielle est incorporée dans une composition cosmétique (selon le 7ème Amendement de la Directive Européenne relative aux produits cosmétiques (2003/15/CE)) : limonène et, dans une moindre mesure, linalol. - En règle générale, faites toujours un test d'application de votre préparation, dans le pli du coude, au moins 48h avant de l'utiliser. L'huile essentielle de Lédon du Groenland est à utiliser avec précaution. En effet, elle peut être utilisée seulement par les adultes et ados et certaines voies d'utilisation sont à proscrire. L'application cutanée est la voie la plus tolérée mais en respectant tout de même une dilution de 20% dans une huile végétale. La voie par ingestion est possible seulement sur avis médical. Les huiles essentielles sont sensibles aux rayonnements UV ainsi qu'à l'évaporation progressive de leurs constituants. Il est donc impératif de conserver vos huiles essentielles dans un flacon en verre coloré ou en aluminium à fermeture étanche à une température comprise entre 5°C et 40°C. En aucun cas vous devez mettre les huiles essentielles dans les yeux. Les huiles essentielles sont corrosives pour la cornée. Si par accident une huile essentielle pénètre dans l'œil, rincez immédiatement avec une huile végétale puis abondamment avec de l'eau. Et enfin vous devez consulter rapidement un professionnel de la santé pour un examen ophtalmique.

AVERTISSEMENT

Ces propriétés, indications et modes d'utilisation sont tirés des ouvrages ou de sites Internet de référence en aromathérapie, de phytothérapie. On les y retrouve de façon régulière et pour beaucoup confirmés par des observations en milieu scientifique. Toutefois, ces informations sont données à titre informatif, elles ne sauraient en aucun cas constituer une information médicale, ni engager notre responsabilité. Pour tout usage des huiles essentielles, des hydrolats et des plantes ou poudres de plantes dans un but thérapeutique, consultez un médecin.