

SAPIN BAUMIER

Au parfum doux et fruité particulièrement agréable, cette huile est très connue et utilisée par les amérindiens pour ses propriétés tonifiantes et antiseptiques, notamment contre les affections respiratoires et la toux.

Réf.: 31

L'huile essentielle du sapin baumier est issue de la distillation complète par entraînement à la vapeur d'eau des aiguilles de la plante.

Le pharmacien est garant de l'origine cette huile essentielle.

L'huile essentielle du sapin baumier possède des propriétés tonifiantes et antiseptiques, notamment contre les affections respiratoires et la toux.

Flacon de 10 ml

6.40€

CONSEIL DE VOTRE PHARMACIEN

Fatigue physique chez l'adulte (D.Baudoux)

- HE Poivre noir : 1 ml
- HE Epinette noire : 2 ml
- HE Pin sylvestre : 2 ml
- HE Menthe poivrée : 1 ml
- HE Sapin baumier : 1 ml

Utilisation: *4 gouttes du mélange dans le bas du dos (au niveau des reins) matin et midi pendant une semaine.*

Crampe musculaire chez l'adulte (D. Baudoux)

- HE Gaulthérie couchée : 2 ml
- HE Estragon : 2 ml
- HE Laurier noble : 1 ml
- HE Sapin baumier : 1 ml
- HV Noisette : 3 ml

Utilisation : *4 à 6 gouttes du mélange en massage local à répéter selon les besoins.*

Rhumatismes / arthrose (D. Baudoux)

- HE Gaulthérie couchée : 1 ml
- HE Ajowan : 1 ml
- HE Eucalyptus citronné : 2 ml
- HE Lavandin : 2 ml
- HE Sapin baumier : 1 ml

Utilisation : *4 à 6 gouttes du mélange en application locale cutanée 3 fois par jour jusqu'à amélioration sensible.*

Rhume chez l'adulte (D. Baudoux)

- HE Niaouli 2 gouttes
- HE Ravintsara 3 gouttes
- HE Thym saturéoïde 2 gouttes
- HE Menthe poivrée 2 gouttes
- HE Sapin baumier 1 goutte

PROPRIETES

Au parfum doux et fruité particulièrement agréable, cette huile est très connue et utilisée par les amérindiens pour ses propriétés tonifiantes et antiseptiques, notamment contre les affections respiratoires et la toux.

Au Canada, son pays d'origine, la tradition veut que l'on utilise le Sapin baumier **comme « arbre de Noël »** qui a la propriété de dégager un **parfum fort apprécié**. Les **Amérindiens** connaissaient depuis longtemps les avantages qu'offre cet arbre, considéré comme le plus vigoureux des résineux.

Ils **utilisaient** sa **résine**, ses **aiguilles** et ses **bourgeons**, ses **jeunes pousses** et la **gomme** (plus connue sous le nom de Baume du Canada), encore employée aujourd'hui en médecine dentaire. Le Sapin baumier **fournit** aussi, avec d'autres conifères, la **térébenthine** pharmaceutique (qui est différente de celle vendue en quincaillerie, toxique !) utilisée dans les **affections des voies respiratoires**.

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

Partie de la plante extraite : Aiguilles

Nom botanique : Abies balsamea

Famille botanique : Pinacées

Propriétés organoleptiques :

- Aspect : liquide mobile limpide
- Couleur : jaune pâle
- Odeur : balsamique, résineuse, fraîche et douce.

Composition chimique :

Monoterpènes: bêta-pinène (31.00%), delta-3-carène (15.62%), alpha-pinène (15.37%), limonène (6.70%)

Esters terpéniques : acétate de bornyle (6.10%)

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 :

Balsamique, antiseptique respiratoire

Antispasmodique

Anti-inflammatoire

Antalgique, rubéfiant (réchauffe), anti-arthrosique.

Indications :

Rhumes et catarrhes bronchiques, asthme, toux

Rhumatismes froids, arthrose

Crampes et contractures musculaires.

En pratique :

Crampes musculaires : en frictions en application locale, en mélange avec d'autres huiles essentielles, diluée dans une huile végétale.

Rhume, bronchite : en diffusion atmosphérique.

Propriétés et indications pour le bien être :

Propriétés :

Tonique et stimulant général

Positivant.

Indications :

Asthénie physique et générale.

En pratique :

Fatigue générale : en diffusion atmosphérique.

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

- A éviter pendant les trois premiers mois de grossesse. - Dermo caustique : à utiliser diluée dans une huile végétale à 20% maximum. En règle générale, faites toujours un test d'application de votre préparation, dans le pli du coude, au moins 48h avant de l'utiliser. - 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. L'huile essentielle de Sapin Baumier, appelé aussi Baumier du Canada est principalement appréciée pour son odeur très agréable : résineuse et balsamique qui évoque les forêts de conifères. Elle est donc parfaite pour la diffusion ce qui ne l'empêche pas d'être autorisée en inhalation ou par voie cutanée. Son ingestion quant à elle est réservée à la prescription médicale. Elle est seulement autorisée pour les adultes et les enfants de plus de 6 ans. Attention elle est cortison-like et dermocaustique à l'état pur. 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. 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.

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.