

# SAUGE SCLAREE

100% pure et naturelle, elle entre dans la compositions de préparations destinées aux femmes.

Réf.:



Complément alimentaire

Elle résulte de la distillation complète des feuilles par entraînement à la vapeur d'eau.

Cette huile est connue pour ses effets régulateurs sur les problèmes menstruels et la ménopause, la transpiration.

Elle est réputée pour favoriser la pousse des cheveux et a aussi un effet positif sur les cheveux gras et les pellicules.

Flacon de 5 ml

7.40€

**CONSEIL DE VOTRE PHARMACIEN**  
Cette huile essentielle entre dans la composition de nombreuses préparations.

**Fatigue sexuelle féminine** (D. Baudoux)

HE Camomille romaine : 2 ml  
HE Ylang-Ylang : 2 ml  
HE Saugé : 1 ml

Utilisation : 4 gouttes du mélange dans le bas de la colonne vertébrale 2 fois par jour pendant 1 semaine.

**Transpiration excessive** (D. Baudoux)

HE Palmarosa 2 gouttes  
HE Ciste 2 gouttes  
HE Géranium rosat 2 gouttes  
HE Saugé 1 goutte

Utilisation : 2 gouttes du mélange en application cutanée locale 2 fois par jour.











































































































---

## PROPRIETES

Le cycle lunaire a la réputation d'influer sur le cycle féminin, et la Sauge, qui possède des propriétés semblables aux hormones féminines, est ainsi souvent associée à la lune. Un dicton italien illustre parfaitement cette tendance : "L'épouse commande à la maison quand la sauge pousse bien dans le jardin".

Grâce à ses vertus, la Sauge sclarée lutte efficacement contre les troubles liés au cycle féminin (règles douloureuses, absence de règles, syndrome prémenstruel, ménopause...).

Au cours de leur vie, les femmes peuvent rencontrer de nombreux désagréments hormonaux. La sauge sclarée, par sa composition unique, procure une huile essentielle à avoir en cas de problème intime ou hormonal. Particulièrement indiquée en cas de règles irrégulières, elle permet aussi plus largement de soulager de nombreux symptômes liés à la ménopause (bouffées de chaleur, sécheresse intime, etc.).

L'huile essentielle de Sauge Sclarée est un des alliés principaux du sexe féminin.

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

Partie de la plante extraite : Feuilles.

Nom botanique : Salvia sclarea

Propriétés organoleptiques :

- Aspect : liquide mobile limpide
- Couleur : incolore à jaune brun
- Odeur : agréable et herbacée, petit note camphrée, fixatif de parfum.

Composition chimique :

Sesquiterpènes : germacrène-D (5.03%)

Monoterpénols : linalol (19.91%), alpha-terpinéol (1.72%)

Esters terpéniques : acétate de linalyle (62.65%)

Di-terpénol : sclaréol (2.19%)

Conditions de conservation :

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 pour la santé :

Action similaire aux oestrogènes, régularisation des cycles menstruels

Tonique de la circulation sanguine, diurétique

Anti-hyper-cholestérolémiante

Antispasmodique, antiépileptisante.

Indications pour la santé :

Aménorrhée (absences de règles), pré-ménopause

Troubles circulatoires, varices, hémorroïdes

Cholestérol.

En pratique :

**Troubles de la menstruation et de la ménopause** : en frictions sur le bas du ventre (en dilution dans une huile végétale ou une autre huile essentielle).

Propriétés pour la beauté :

Régulatrice de la sécrétion du sébum et de la transpiration

Tonique du cuir chevelu.

Indications pour la beauté :

Chute de cheveux, pellicules

Transpiration excessive

Peaux et cheveux gras

Acné

---

## **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**

Cette huile essentielle est déconseillée chez la femme enceinte et les jeunes enfants.

Déconseillé chez les sujets présentant mastoses ou cancéroses.

Prudence en raison de son influence hormonale pour les femmes : parlez-en à votre médecin.

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.

En règle générale, faites toujours un test d'application de votre préparation, dans le pli du coude, au moins 48h avant de l'utiliser.