

## Principales propriétés de nos huiles essentielles

- Ahibalala : anti-inflammatoire puissante, cicatrisante, calmante des nerfs.
- Cannelle : Antimicrobienne majeure et antifongique, stimulante, ne pas utiliser pure sur la peau.
- Cyprès : décongestionnant veineux et lymphatique, tonique veineux, antitranspirant.
- Dingadingana : inhibe les bactéries gram +, analgésique, cicatrisante, insecticide (puces) et antiparasitaire.
- Eucalyptus citronné : anti-inflammatoire, analgésique, sédatif, antihypertensif.
- Géranium rosat : Stimule foie et pancréas, hémostatique et cicatrisante, phlébotonique.
- Gingembre : soins de la sphère digestive (estomac et intestins), analgésique, aphrodisiaque.
- Girofle : antibactérienne et antivirale, antifongique, topique dentaire, odontalgique.
- Katrafay : fébrifuge, antipaludéen, antiparasitaire, défatigant, fortifiant, antirhumatismal.
- Lemon-grass : stimulant digestif (ballonnements), antiseptique, anti-inflammatoire, sédatif.
- Mandravasarotra : anti-infectieux, expectorant, stimulant biliaire, décontractant musculaire.
- Niaouli : antibactérienne à large spectre, anti-inflammatoire respiratoire, radio protectrice cutanée.
- Poivre noir : active toutes les sécrétions digestives (pancréas aussi), odontalgique et aphrodisiaque.
- Palmarosa : Tonique, antinfectieux à large spectre et régénérateur tissulaire.
- Radriaka (corbeille d'or ou lantana) : stimulante, anti-inflammatoire et antispasmodique, soins des ulcères.
- Ravintsara : Antibactérien, antiviral, expectorant, immunostimulant, neurotonique, décontractant musculaire.
- Romarin : soins de la sphère bronchique, action drainante et circulatoire, antiradicaux libres.
- Romba : bactéricide, viricide, parasiticide. Régule le système nerveux (sclérose en plaque), les règles trop abondantes, soulage l'arthrose.
- Tagette : nématocide, emménagogue, anti-infectieuse et mucolytique.
- Taratana : pansement gastrique, tonique, aphrodisiaque, antipaludéen (sous réserve de plus large expérimentation).
- Verveine : digestive, antinévralgique, sédatif, anti-dépressive, stimulante.
- Ylang Ylang : anti-hypertensif, antispasmodique, tonique sexuel.

## Les hydrolats

*Les hydrolats remplacent les huiles essentielles dans les soins aux jeunes enfants, dilués, ils peuvent servir de boisson (non sucrée et soin préventif).*

- Cannelle : bains de bouche, boisson stimulante et anti-infectieuse.
- Cyprès : boisson diurétique, anticellulite, circulatoire.
- Géranium : soin de la peau, astringente et calmante, délicatement parfumée. A essayer en cuisine (poisson, biscuits)
- Lemon-grass : soins des peaux grasses, boisson calmante.
- Romarin : Soin du cuir chevelu (en rinçage des cheveux) ou en bains d'yeux.
- Rose sauvage : Soin équilibrant de la peau, boisson et cuisine.
- Verveine : Soin de la peau (soir) et préparation au sommeil.