

FICHE AROMATHÉRAPIE

GAULTHERIA PROCUMBENS

Nom : Gaulthérie couchée (Wintergreen, Palommier, Thé du Canada, Thé de Terre-Neuve, Thé des bois, Eastern teaberry)

Espèce botanique : *Gaultheria procumbens*

Organe producteur : feuilles

Principaux constituants : salicylate de méthyle (ester aromatique)

Famille botanique : Ericacées

Origine : Chine

Valeur thérapeutique : +++

VOIE ORALE : réservée au spécialiste

PAR LA PEAU : voie de préférence

DIFFUSION : ne pas utiliser



Propriétés thérapeutiques :

- antalgique
- anti-inflammatoire
- antirhumatismal
- antispasmodique
- hépatostimulant
- vasodilatateur
- antitraumatique

Indications principales :

- rhumatisme
- Arthrite
- arthrose
- tendinite, épicondylite
- douleur musculaire, contracture, crampe, élongation
- artériosclérose
- hypertension
- fatigue hépatique

Contre-indications et précautions :

- déconseillé à la femme enceinte et chez les enfants de moins de 6 ans.
- aucune contre-indication aux doses physiologiques
- mélangez toujours 1/3 d'HE avec 2/3 d'huile végétale pour éviter un effet dermocaustique.

Conseils d'utilisation :

usage externe

- douleur rhumatismale, tendinite, arthrite, douleur musculaire, crampe : 3 gouttes d'HE de gaulthérie couchée mélangée à 6 gouttes d'huile de noisette ou de macadamia en massage sur la zone douloureuse.



- fatigue hépatique, séquelles d'hépatites : 3 gouttes d'HE de gaulthérie couchée mélangée à 6 gouttes d'huile de noisette en massage sur le haut de l'abdomen.

Exemples de formules composées

Tendinite, tennis-elbow:

HE de gaultheria procumbens 1ml, HE d'eucalyptus citiodora 6 ml, huile végétale de noisette 3 ml.
Appliquer localement plusieurs fois par jour.



Élongation musculaire:

HE d'eucalyptus citronné 3 ml, HE de thym saturéoïdes 2 ml, HE d'immortelle 3 ml, HE de gaulthérie couchée couchée 2 ml.
4 gouttes du mélange en application locale 5 à 6 fois par jour pendant 10 à 15 jours

Traumatisme:

HE d'immortelle 3 ml, HE de géranium rosat 1 ml, HE de menthe poivrée 1 ml, HE de gaulthérie couchée 1ml.
4 à 6 gouttes du mélange en application locale sur la zone traumatisée, 4 fois par jour pendant 3 jours.

Observations

La gaulthérie couchée est un petit arbuste de moins de 15 cm qui croît en forêt en Amérique du Nord et en Chine. Ses feuilles sont persistantes, finement dentées et groupées à l'extrémité de tiges raides. Ses fleurs blanches voire légèrement roses sont situées à la base des feuilles. Ses baies rouges et brillantes de 1 cm de diamètre résistent à l'hiver.

L'odeur caractéristique de l'HE de gaulthérie couchée provient de son constituant principal, 99% de salicylate de méthyle, qui rappelle directement l'odeur des embrocations utilisées par les sportifs.

Son action rubéfiante (chauffante sur la peau) peut se marquer plus nettement sur les peaux sensibles

