

# Huile Essentielle de IARI



Genre Psiadia  
Famille : Astéracées  
Ordre des Astérales

**Nom scientifique :**  
*Psiadia altissima*

## DESCRIPTION BOTANIQUE :

Plante : arbuste, branches sont glabres  
Taille : peut atteindre 5 m de hauteur  
Feuilles : simples, étroitement ovales, insérées à différents niveaux, plus longues que larges, légèrement dentelées.

Inflorescence : Capitules en corymbes terminaux  
Fleur : beau jaune vif

Huile Essentielle, essence aromatique aux bienfaits multiples

Procédé d'obtention : **distillation à la vapeur d'eau** des parties aériennes dans un alambic en inox

Couleur : jaune

Odeur : terpénique.

pH :

*Habitat* :

Constituant des savoka (jachères). Il peuple les lisières de forêts, les zones découvertes.

*Répartition* :

Endémique très commune à Madagascar

*Origines* :

## CULTURE :

Sauvage

## USAGES :

Contre-indication & effets secondaires

Pas de contre-indication particulière

Précaution d'emploi

**Tenir hors de portée des enfant**

On peut diluer les huiles essentielles dans une huile végétale pour une application cutanée.

Utiliser avec précaution pour des femmes enceintes, allaitantes ainsi que pour des enfants de moins de 5 ans et pour des personnes âgées fragiles

**Ne pas mettre dans les yeux et sur les muqueuses.**

*Santé* :

#### Composition :

majoritaire en mono et sesquiterpènes constituant plus de 90% de la composition totale. Les monoterpènes sont représentés par le beta pinene (43,45 à plus de 60%), l'alpha pinene (4,76%), le beta ocimene (cis 2,63%, trans 6,32%), le sabinene (4,98%), le limonene (5,65%), le myrcene (4,53%) et les sesquiterpenes par le beta caryophyllene principalement puis le germacrene D (3,01%). Il reste peu de place aux autres familles biochimiques, quelques monoterpénols, des sesquiterpenols et parfois quelques esters

para cymene : 1,20

terpinolene : 1,07

alpha humulene : 1,39

gamma guaiene : 1,02

delta cadinene : 1,04

#### *Propriétés*

Action révulsive

Respiratoire,

#### *Indications*

Aide à décontracter les muscles, les articulations et est indiqué pour certains soins de la peau (démangeaisons...). Indiquée pour l'élimination des douleurs musculaires et articulaires, la rage de dents, la fatigue chronique, l'anxiété, le psoriasis, l'acné...

Combat les problèmes respiratoires. Complète l'action des huiles à cinéole (Hélichryse femelles, Saro...) pour les voies respiratoires basses en massage.

prisé pour ses vertus antiparasitaires.

#### *Mode d'emploi*

##### Usage externe :

Complète l'action des huiles à cinéole (Hélichryse femelles, Saro...) pour les voies respiratoires basses **EN MASSAGE**.

Malgré une composition majoritaire en monoterpènes c'est une huile essentielle bien tolérée en application cutanée, elle peut s'utiliser ou à diluer avec de l'huile végétale d'une teneur de 5 à 10 %. Pour **L'INHALATION**, servez-vous tout simplement d'un mouchoir sur lequel vous aurez versé quelques gouttes de l'huile essentielle. Nous vous conseillons aussi l'utilisation en **DIFFUSION**.

#### *Entretien :*

Pour éloigner les puces et les moustiques, vous pouvez diffuser le parfum de cette huile essentielle dans vos pièces à vivre.

#### BIBLIOGRAPHIE

© Simon Lemesle, Astérale, [contact@asterale.com](mailto:contact@asterale.com).

Les nombreuses indications de ces fiches ne sont pas des prescriptions. Pour toute utilisation thérapeutique des plantes ou de leurs extraits (HE, Hydrolats, etc) adressez-vous à un médecin.

© Nicole & Olivier Lhomme, Nicoll-Nature, [contact@lebiologis.fr](mailto:contact@lebiologis.fr)

Toute forme d'utilisation de ce texte doit obligatoirement faire référence à son auteur.