

L'huile essentielle de lavande

Cet article a été précédé par [celui-ci](#).

Qu'est ce que c'est ?

La [lavande](#) est une plante aromatisée originaire des montagnes du bassin méditerranéen. Cette plante est cultivée principalement dans le Midi de la France.

Elle sert dans le domaine de la parfumerie, de la cuisine et de la santé. On peut obtenir entre **5 et 15 millilitres d'huile essentielle** par kilogramme de lavande, selon la famille de lavande employée.

L'huile essentielle de lavande est connue pour ses vertues calmante, antiseptique général, cicatrisante et anti-douleur. De plus elle est très bien tolérée.

Faire la différence :

Il faut néanmoins faire la différence car il y a différents variétés d'huile essentielle de lavande dont les plus connus sont la lavande officinale ou lavande vraie, la lavande aspic et le lavandin.

La lavande vraie est surtout appliquée pour son côté apaisant, alors que la lavande aspic connaît un meilleur potentiel pour les brûlures superficielles et les piqûres de guêpe.

Enfin, le lavandin est un mélange entre les deux dont les effets sont quasi identiques à ses 2 parents.

Brûlure superficielle

En cas de brûlure superficielle, il suffit de mettre une goutte de lavande aspic dessus en massage. Cela apaisera le mal et favorisera à cicatriser.

Piqûre de guêpe

En cas de piqûre de guêpe, il suffit de mettre deux gouttes de lavande aspic sur la piqûre à raison de 2 gouttes toutes les 5 minutes à répéter 6 fois. Le résultat ne se fera pas attendre.

Pour les insomniaques

2-3 gouttes d'huiles essentielle sur un sucre de canne, à sucer sous la langue, juste avant d'aller se coucher et plusieurs jours d'affilé vous favorisera le sommeil.

Contre les poux

C'est un répulsif naturel ! Il convient de déposer deux à trois gouttes sur la nuque et les oreillers pour les faire disparaître.

Pour le linge

Vous pouvez aussi substituer l'assouplissant par deux à trois gouttes de lavandin, votre linge sentira bon !

Attention :

Malgré toutes ses vertues, la lavande est très bien tolérée. Comme pour la majorité des huiles essentielles, il est important quand même de demander un avis à votre médecin pour les petits, les femmes enceintes,

Conclusion

L'huile essentielle de lavande, tout comme celle de [menthe poivrée](#), est une huile indispensable à posséder chez soi. Un flacon vous coûtera moins de 10 euro et vous la garderez longtemps ! Nous changerons de sujet dans le prochain article afin de découvrir des remèdes naturels pour lutter contre la [constipation](#)

About the Author

Administrateur et webmaster d'un site de [remèdes de grand-mère et trucs de mamie](#).