

# HUILE D'ARNICA



L'*Arnica montana* est une plante des montagnes à fleurs jaunes, de la famille des Astéracées. On la trouve plus précisément dans les pâturages entre 1200 et 2800 mètres d'altitude, en France (Vosges, Alpes, Massif central, Pyrénées) et en Europe centrale et septentrionale (jusqu'en Sibérie). Elle pousse sur des terrains siliceux et pauvres en éléments nutritifs.

La multitude de surnoms qu'on lui donne montre que son utilisation est très répandue depuis de nombreux siècles pour **soigner les coups, les foulures et les entorses, et faire disparaître les ecchymoses**. Jadis les feuilles d'arnica séchées étaient même fumées par les montagnards pour lutter contre les toux quinteuses et les bronchites.

Il existe beaucoup de pommades et de teintures contenant de l'arnica, et on l'utilise également sous forme de granules

homéopathiques en prévention et traitement des hématomes.

**Le macérât huileux permet d'obtenir un concentré de principes actifs** contenus dans les fleurs d'arnica, **et de rendre son incorporation facile dans vos huiles, baumes et crèmes de soin.**

Idéal pour la trousse de secours familiale !

## PROPRIÉTÉS :

- **Anti-inflammatoire** puissant, il calme et apaise les inflammations.
- **Anti-ecchymose**, il diminue la formation des bleus et facilite leur résorption.
- **Anti-douleur**, il calme les zones endoloris.
- La présence d'huile essentielle lui apporte un léger effet antiseptique.
- **Cicatrisant et antioxydant**, il stimule la réparation des tissus et les protège du vieillissement.

## INDICATIONS :

- Contusions, coups, hématomes (bleus), ecchymoses, œdèmes
- Douleurs musculaires et articulaires, entorses, rhumatismes, arthrose
- Inflammations de la cavité buccale ou de la gorge (bronchite, extraction dentaire...)
- Phlébites superficielles, varices, jambes lourdes
- Peaux trop pâles, insuffisamment irriguées.

## UTILISATION :

- S'utilise pur ou en mélange avec des huiles essentielles ou avec d'autres huiles végétales en application quotidienne sur les zones douloureuses ou inflammées ou en regard des organes concernés (thorax, mâchoires...)
- En tant que phase grasse dans la composition de crèmes ou de laits.

## INDICATIONS :

- **A utiliser en usage externe uniquement.**
- Peut causer des réactions allergiques chez les personnes sensibles aux Astéracées.
- Ne pas appliquer directement sur les plaies ouvertes, ni près des yeux.
- Ce macérât huileux coloré peut tacher les vêtements, nous vous conseillons de bien le faire pénétrer dans la peau avant le port de vêtements.