



Origine : Madagascar

Partie distillée : feuille

huile essentielle

# de Niaouli

*Melaleuca quinquenevia* CT cinéole

**L**e **niaouli** fournit une huile essentielle remarquable d'efficacité et de tolérance, autrefois appelée **goménol**. C'est l'indispensable parmi les 10 huiles essentielles à avoir dans sa trousse à pharmacie tant ses indications sont multiples.

**Propriétés** : **anti-infectieuse**, elle agit sur les infections respiratoires catarrhales bactériennes ou virales, bronchites, rhumes, sinusites, pharyngites.

Elle est également expectorante.

Elle traite efficacement les herpès (buccal, génital), le zona, l'acné, les plaies, varices, hémorroïdes ...

rhumes,  
sinusites,  
bronchites,  
herpès, zona,  
acné, plaies,  
hémorroïdes

## Utilisations

### Voie interne\*

Infections respiratoires (rhumes, sinusites, pharyngites, bronchites) :

**3 gouttes 4 fois / jour, dans du miel, de l'huile d'olive ou sur un sucre de canne, sous la langue. Traitement 6 jours.**

\* Réservé à l'adulte.

LA SANTÉ EST UN TOUT



**totum**  
pharmaciens



### Utilisations

**Voie externe** : herpès (buccal, génital) :

Appliquer 5 fois / jour sur les lésions.

Pour les autres indications citées :

3 à 4 gouttes localement 3 fois / jour.

### Le plus TOTUM

Prévention de brûlures par radiothérapie :

Localement 3 à 4 gouttes pures, le matin et 1 h avant la séance des rayons, en évitant les points de repérage (après validation avec le service d'oncologie).

### Astuce TOTUM

1 goutte dans la crème de nuit pour un bienfait tonique assuré !

### Grossesse et allaitement

Déconseillé durant le **1<sup>er</sup> trimestre** de la grossesse.

### Toxicité

Aucune aux doses thérapeutiques.

Demandez conseil à votre pharmacien.

**HE** : HE = Huile Essentielle HV = Huile Végétale

**CT** : Chémotype (molécule(s) biochimiquement active(s) et majoritaire(s)).

LA SANTÉ EST UN TOUT

