



MIRRA

Commiphora myrrha



Viene utilizzata in caso di dissenteria, tosse e raffreddore. Risolve alcuni problemi del ciclo quali amenorrea e leucorrea.

Uso topico

Risolve i problemi legati alla bocca, come gengiviti, stomatiti, afte, piurree ed il mal di gola. È utile anche in caso di cute fissurata, piede d'atleta, eczema, dermatite, tigna, cicatrici, ferite, artrite, emorroidi.

Proprietà

Antivirale, antimicotica, disinfettante, cicatrizzante, antidepressiva, antinfiammatoria, astringente, balsamica, carminativa, emmenagoga, espettorante, sedativa.

Avvertenze

Evitare l'uso in gravidanza e durante l'allattamento. Non utilizzare a concentrazioni elevate.

PARTI USATE:

L'O.E. si ottiene dalla resina della pianta.



COMPONENTI PRINCIPALI:

Erabolene, limonene, dipentene, pinene, eugenolo, aldeide cinnamica, aldeide cuminica, cadinene.

ORIGINE:



Somalia.

Uso interno

Posologia: 1-2 gocce in un cucchiaino di miele 1-2 volte al giorno.

Uso esterno

Per massaggi 10 gocce in 50 ml di olio di Borragine per dolori ed in olio di Jojoba per problemi cutanei.

Per risciacqui 5 gocce in mezzo bicchiere d'acqua tiepida.

Per suffumigi 10 gocce in una bacinella di acqua bollente.

Impacco per eczema: 6-7 gocce in 300 ml di acqua distillata.

10 gocce per un bagno aromatico caldo e per pediluvio.

Per la diarrea far bollire e raffreddare 400 ml di acqua, aggiungete 10 gocce e fare un clistere, una volta al giorno, fino alla scomparsa dello stato diarroico.

Per le emorroidi su una compressa di garza sterile mettere 3 gocce ed applicare per almeno un quarto d'ora sulla zona interessata. In alternativa aggiungere 10 gocce all'acqua del semicupio e immergersi per un quarto d'ora, venti minuti.

Auffray B. "Protection against singlet oxygen, the main actor of sebum squalene peroxidation during sun exposure, using Commiphora myrrha essential oil". *Int. J. Cosmet. Sci.* 29(1):23-9. 2007.

Brieskorn C.H. et al. "Constituents of the essential oil of myrrh." *Planta Med.* 44(2):87-90. 1982.

El Ashry E.S. et al. "Components, therapeutic value and uses of myrrh". *Pharmazie.* 58(3):163-8. 2003.