



VERBENA

Aloysia triphylla



È indicata specialmente per disturbi nervosi che si manifestano sotto forma di disturbi digestivi: stimola l'appetito, aiuta la digestione, elimina i gas intestinali ed esercita una blanda azione antispasmodica.

Uso topico

Ha proprietà analgesiche e stimolanti dell'epidermide. Utile per frizioni alle tempie contro emicranie e sonnolenza e localmente per tonificare la circolazione periferica ed allontanare gli insetti.

Proprietà

Aromatizzanti, digestive, antispasmodiche, antinevralgiche, stimolanti, antimicotiche.

Avvertenze

Evitare l'uso in gravidanza e durante l'allattamento. Non applicare sulla pelle prima dell'esposizione solare.

PARTI USATE:

L'O.E. si ottiene per distillazione dalle foglie.

ORIGINE:



Francia.



COMPONENTI PRINCIPALI:

Citrale, nerolo, geraniolo.

Uso interno

Posologia: 5 gocce su una zolletta di zucchero 2-3 volte al giorno.

Uso esterno

In soluzione alcolica o oleosa al 5-10% per frizioni locali.

Per un bagno distensivo 20 gocce nell'acqua della vasca.

Per dolori allo stomaco miscelare 5 gocce in 1 cucchiaino di olio di mandorle dolci e massaggiare con un movimento circolare lo stomaco fino ad assorbimento. Coprire con un panno caldo e stendersi fino alla scomparsa del dolore.

Per l'ansia miscelare 4 gocce in 2 cucchiaini di olio di mandorle dolci; massaggiare con un movimento circolare la fronte, le tempie e la base della nuca. Stendersi per 10 minuti, inspirando profondamente e espirando lentamente.