



Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

MONOGRAPHIE HYDROLAT

Achillea millefolium

La version complète de cette monographie est disponible dans les formations Myrtéa

Désignations vernaculaires

Achillée Millefeuille

Désignation anglaise

Yarrow, Milfoil, Thousand Leaf, Bloodwort, Carpenter's weed

Partie extraite

Parties aériennes fleuries, plante entière

Origines courantes

France, Europe, Asie, Amérique du nord



Classification botanique

Règne : Plantae
 Division : Magnoliophyta
 Classe : Magnoliopsida
 Ordre : Asterales
 Famille : Asteraceae
 Genre : Achillea

Description botanique

L'Achillée millefeuille est une plante à tige peu ramifiée qui mesure moyenne entre 60 et 80 cm. Certaines plantes peuvent toutefois atteindre jusqu'à deux mètres. Les tiges sont caractérisées par la présence de poils (blanchâtres). Ses feuilles sont allongées, étroites et pétiolées à la base. Son feuillage est plumeux et aromatique. Leurs teintes tirent sur le vert vif. Les fleurs sont regroupées en une inflorescence sous forme de corymbes composées de capitules à fleurs tubulées au centre (caractéristique des astéracées). Les capitules de fleurs de l'Achillée millefeuille peuvent être blancs, roses, pourpres. Le cœur des fleurons peut être jaune ou rose. La floraison se situe entre juin et septembre. Les graines des fleurs sont plutôt petites et grises.

Mythologie / histoire / anecdotes

L'Achillée provient du nom « Achille ». Selon la mythologie grecque le centaure Chiron aurait enseigné à Achille les vertus de l'Achillée mille...

Informations supplémentaires disponibles dans la monographie version longue.



Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

Méthode d'obtention de l'extrait

Distillation par entraînement à la vapeur d'eau

Propriétés organoleptiques

Aspect : liquide limpide

Notes olfactives / parfumerie

Odeur : agréable, douce, de sous-bois et de feuilles

Saveur : végétale, persistante en bouche

Voies de prédilection

Voie cutanée +++

Voie orale +++



Propriétés en hydrolathérapie scientifique

Active les reins

Equilibre le système nerveux

Anti-inflammatoire

Antiseptique

Redonne de l'énergie

Propriétés en hydrolathérapie énergétique

Manque de confiance en soi

Difficulté de compréhension du sexe opposé

Manque de capacité d'adaptation face à de nouvelles situations (changement professionnel, chômage, divorce, deuil, ménopause...)

Refus et/ou peur de la spiritualité

Protecteur de l'aura

Dépression nerveuse, burn-out

Indications traditionnelles

Névralgies

Néphrite

Rhumatismes

Syndrome prémenstruel

Troubles liés à la ménopause

Cellulite

Page 2 sur 4 - Monographie Achillea millefolium - version 170904

La version complète de cette monographie est disponible dans les formations Myrtéa. Reproduction interdite. Les informations ci-dessus appartiennent à la sarl Myrtéa Formations.

Les informations proposées dans l'Aromathèque Myrtéa formations sont synthétisées notamment à partir de livres de référence et ne doivent en aucun cas se substituer à un avis médical ou servir d'outil de diagnostique.



MYRTÉA FORMATIONS

4, impasse des Martres - Berzet - 63122 SAINT GENÈS CHAMPANELLE - Tél. : 04 73 87 03 23 - Fax : 04 73 87 03 24
formation@myrtea.com - www.myrtea-formations.com



Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

Conseils d'utilisation / Posologie courante

Par voie interne, à raison d'une cuillère à soupe dans un litre d'eau à boire au cours de la journée, en cure de 20 jours à renouveler si besoin en cas de névralgies, de troubles liés aux menstrues, de rhumatismes

Par voie interne, à raison d'une cuillère à café dans un verre d'eau le matin à jeun et le soir au coucher, en cure de 40 jours en cas de changement de situation

Par voie externe, pour nettoyer la peau matin et soir, notamment en cas d'acné

Vaporisé à l'aide d'un spray pour protéger l'aura

Précautions d'emploi / Contre-indications

Aucune connue

Cosmétique

Soin des peaux mixtes à grasses

Soin des peaux à problèmes, acné

Soin des peaux couperosées

Soin des peaux abîmées, blessées, plaies

Cuisine

Pas d'utilisation connue en cuisine.br/>

Intérieur

Pas d'utilisation connue.

En savoir plus

La concentration de l'Achillée millefeuille en huile essentielle est faible. La plante entière sera utilisée essentiellement sous forme de poudre, d'infusion ou décoction aqueuse, de teinture mère ou de jus de plante fraîche.

En Chine, pendant l'antiquité, la couleur et les notes parfumées de l'Achillée millefeuille renvoyait à la complétude du yin et du yang. Aujourd'hui encore, dans le langage psycho-émotionnel, elle est utilisée pour faciliter la communication, développer et accepter la part de féminité et masculinité en chacun de nous.

À retenir

Cet hydrolat, aux vertus purifiantes et cicatrisantes, nettoie efficacement les peaux grasses et acnéiques et apaise les peaux abîmées ou couperosées. Par voie interne, il soulage les névralgies et les troubles féminins et est utile en cure lors d'un changement de situation.

Références / Bibliographie

L'hydrolathérapie- de Lydia Bosson



Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

Cette plante est étudiée en détails dans les modules Myrtéa formations suivants :
- HYDROLATHÉRAPIE PRATIQUE

Retrouvez cette huile sur Oshadhi-Myrtéa.com

Page 4 sur 4 - Monographie Achillea millefolium - version 170904

La version complète de cette monographie est disponible dans les formations Myrtéa. Reproduction interdite. Les informations ci-dessus appartiennent à la sarl Myrtéa Formations.
Les informations proposées dans l'Aromathèque Myrtéa formations sont synthétisées notamment à partir de livres de référence et ne doivent en aucun cas se substituer à un avis médical ou servir d'outil de diagnostic.



MYRTÉA FORMATIONS

4, impasse des Martres - Berzet - 63122 SAINT GENÈS CHAMPANELLE - Tél. : 04 73 87 03 23 - Fax : 04 73 87 03 24
formation@myrtea.com - www.myrtea-formations.com