



Document téléchargé sur [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)

## MONOGRAPHIE HYDROLAT

### Lavandula latifolia

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

#### Autres désignations botaniques

Lavandula spica

#### Désignations vernaculaires

Lavande aspic

#### Désignation anglaise

Spike lavender

#### Partie extraite

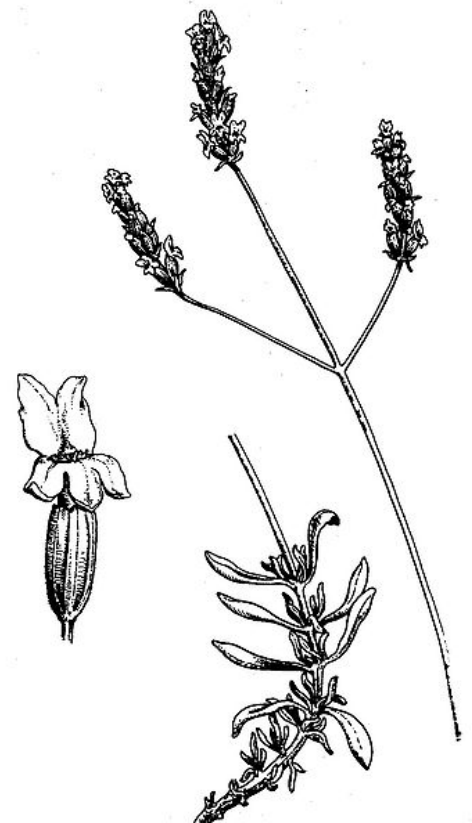
Sommités fleuries

#### Origines courantes

Régions méditerranéennes, sud de la France

#### Classification botanique

Règne : Plantae  
 Division : Magnoliophyta  
 Classe : Magnoliopsida  
 Ordre : Lamiales  
 Famille : Lamiaceae  
 Genre : Lavandula



#### Description botanique

La Lavande aspic est un arbrisseau à tige ligneuse et carrée de la famille des lamiacées pouvant atteindre 80 cm de haut. Ses tiges se ramifient en fourches et ses feuilles étroites et linéaires peuvent atteindre 10cm. Ses inflorescences en épis présentent des petites fleurs violettes à la forme caractéristique des lamiacées.

Page 1 sur 4 - Monographie Lavandula latifolia - 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](mailto:formation@myrtea.com) - [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)



Document téléchargé sur [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)

### Mythologie / histoire / anecdotes

Son nom provient bien de sa proximité avec la vipère aspic. On l'employait dans le temps en friction sur les morsures comme anti-inflammatoire...

*Informations supplémentaires disponibles dans la monographie version longue.*

### Méthode d'obtention de l'extrait

Distillation par entraînement à la vapeur d'eau

### Propriétés organoleptiques

Aspect : liquide limpide

### Notes olfactives / parfumerie

Odeur : fraîche, herbacée, camphrée

Saveur : herbacée,  
fraîche, légèrement piquante



### Voies de prédilection

Voie orale : +++

Voie cutanée : +++

### Propriétés en hydrolathérapie scientifique

Cicatrisante

Antalgique, anti-inflammatoire

Anti-infectieuse, antifongique

Détoxifiante

Mucolytique

Tonifiante

### Indications traditionnelles

Fatigue musculaire, crampes, contractures

Infections cutanées, mycoses

Infections ORL, encombrement bronchique, toux

Aphtes, problèmes buccaux, muguet



Document téléchargé sur [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)

### Conseils d'utilisation / Posologie courante

En cas d'aphtes ou mycoses buccales, vaporiser cet hydrolat dans la bouche

En cas d'infections cutanées, de démangeaisons, vaporiser cet hydrolat localement

Pour soulager les crampes ou contractures, ajouter une cuillère à soupe d'hydrolat dans une tasse d'eau chaude, et boire plusieurs fois par jour

### Précautions d'emploi / Contre-indications

Aucune connue

### Cosmétique

Cicatrisant

Purifiant, désinfectant

Peaux mixtes, grasses, acnéiques, abîmées

Plaies, brûlures, coups de soleil, piqûres d'insectes et autres, démangeaisons, dermatoses, cicatrices

Cheveux gras, pellicules

Antipoux, dans une lotion ou un shampooing

### Cuisine

Pas d'utilisation connue

### Intérieur

Cet hydrolat peut être utilisé en vaporisation pour purifier une pièce

Il peut également être additionné à l'eau du fer à repasser pour parfumer légèrement le linge, ou encore placé dans le tambour de la machine à laver.

Cet hydrolat est également réputé comme antipuce pour les animaux

### En savoir plus

Son parfum est moins agréable que celui de la Lavande vraie. La Lavande aspic contient du camphre et du 1,8 cinéole alors que la Lavande vraie n'en contient quasiment pas. Il ne faut surtout pas confondre ces deux Lavandes. La Lavande vraie est plutôt équilibrante générale voir négative alors que la Lavande Aspic est tonifiante (positive).

### À retenir

Anti-infectieux et antifongique, l'hydrolat de Lavande aspic est intéressant en cas d'infections cutanées et mycoses. Il est également utilis...

*Informations supplémentaires disponibles dans la monographie version longue.*



Document téléchargé sur [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)

## Références / Bibliographie

L'hydrolathérapie - Lydia Bosson

**Cette plante est étudiée en détails dans les modules Myrtéa formations suivants :**

- HYDROLATHERAPIE PRATIQUE NIVEAU 2

Retrouvez cette huile sur [Oshadhi-Myrtéa.com](http://Oshadhi-Myrtéa.com)

Page 4 sur 4 - Monographie Lavandula latifolia - 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](mailto:formation@myrtea.com) - [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)