

PA	Qualités	CI/PE	Molécules	exemple HE
CETONES	cholagogues cholérétiques muco/lipo litique cicatrisante	neurotoxique abortives KO femme enceinte et enfant	verbénone menthone camphre pinocarnone	menthe poivrée romarin verbénone eucalyptus globulus
LACTONES	idem cetones mais faibles concentrat° ds HE		achillone	laurier noble
COUMARINES	calmant rééquilibrant nerveux fluidifiant sanguin	photosensible (réagit à la lumière et brûle)	angelicine visnagine	zeste agrume angelica archangelica khella
ESTERS	antispasmodiques calmante/apaisante antalgique		acétate de linalyle	lavandula vera ptt grain brigadier gauthérie couchée ylang-ylang
OXYDE TERPENIQUES	expectorante respi décongestionnante stimulante	KO asthmatique voie cutanée à privilégier	1,8 cineol	eucalyptus radiata globulus ravinstara CT cineol
PHENOLS METHYL ESTERS PME	antispasmodiques SD/gen antiinflammatoire SD + genital tonique		chavicol methyl ester	estragon basilic exotique
PHTALIDES	détox hépatorénale netooyeurs émonctoires foie/reins	Energie nécessaire. Pas d'utilisation quand fatigue		celeri liveche
MONO & SESQUITERPENES	décongestionnante respi/tissu lymphotoniques tonique gnl antihistaminique		azulene chamazulène	bois & conifère : pin silvestre tanésie annuelle camomille matricaire allergie les 2
PHENOLS	anti bactérien/infectieux/fongique/ Viral réchauffant/stimulant	dermocaustique (brûle la peau) hépatotoxique ko patho hépatique		
MONOTERPENOLS	tonique et stimulant +++ anti infectieux++ et inflam	irritation possible A diluer	linalol thujanol géraniol	thymus vulgaris CT thujanol/linalol/géraniol bois de rose tea tree
SESQUITERPENIQUES	décongestionnant	Allergènes	cedrol carotol santalol	cèdres d'atlas carotte santal
ALDEHYDES TERPENIQUES	anti inflam calmante eupeptique (SD)	irritation possible diluer	citronella géraniol	citron / citronelle lippia citriodora
ALDEHYDES ANMATIQUES	tonique réchauffant anti infectieux	très irritant	cinnamaldéhyde cuminaldéhyde	cannelle (en attaque durée courte) cumin