

---

# Aromathérapie et hydrolats



# Etymologie hydrolat

Hydro: eau

Lat: lait (aspect trouble de l'hydrolat au début de la distillation)

HA

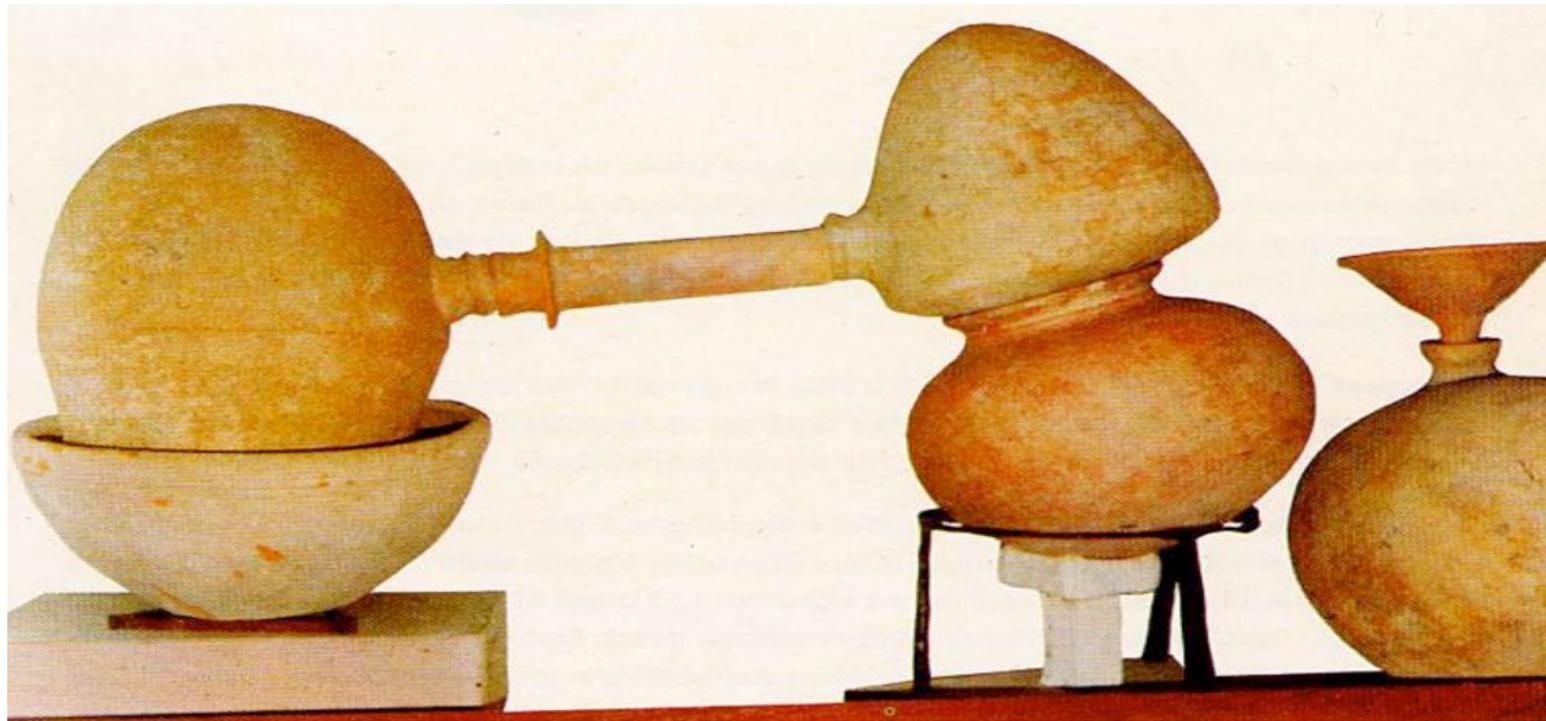
Contient:

- les composés hydrosolubles de la plante
- des huiles essentielles
- la sève qui coulait dans la plante au moment de la récolte....

C'est un composé à part entière.



# 1<sup>er</sup> alambic



Fouilles de Mohenjo Daro: 3000 av. JC

# Intérêt des hydrolats

Thérapie de choix pour



- Femmes enceintes
- Traitement de terrain

- Personnes à santé fragiles

- Nourrissons

# Critères de qualité



Idéalement le rapport devrait être **de 4-5 litres d'eau** par kg de plante aromatique. On voit d'emblée que ce rapport peut être modifié à volonté par des distillateurs peu scrupuleux

# Conservation des HA

- Vulnérables +++
- Dépend de la nature de l'HA
- Bactéries-champignons.....
- Deux-6 mois → 2 ans.....
- Abri de la lumière
- Réfrigérateur ou non



- Attention s'il sent le vinaigre!



- 
- Antiallergique
  - Digestif
  - Antispasmodique
  - Calmant

## **Camomille romaine**

*Chamaemelum nobile ou Anthemis nobilis*

*Merci de votre attention*

*Toute l'équipe de l'ERA*

