

Eucalyptus globulus, camaldulensis e altre - (Mirtaceae) **Sollievo per le vie respiratorie infiammate**

L'albero maestoso è originario dell'Australia, ma è ormai diffuso in tutto il mondo con più di 600 specie.

Lo si riconosce facilmente per il tronco dal classico aspetto "spellato" e dalle foglie lunghe e caratteristiche. L'olio essenziale viene ricavato per distillazione dalle foglie giovani ed ha numerose applicazioni terapeutiche.

- Diluito in olio e usato per massaggi, aumenta la circolazione sanguigna cutanea.
- Qualche goccia, mescolata al vasetto della crema da notte, combatte l'acne.
- Favorisce la respirazione e combatte le infezioni. È un potente antisettico, antivirale e febbrifugo; in inverno poche gocce nella lampada aromatica o nell'acqua dell'umidificatore aiuteranno a combattere le tipiche malattie da raffreddamento.
- Efficace nel lenire l'emicrania: versate una goccia di olio essenziale su di un fazzoletto o sulla manica oppure vaporizzate nell'ambiente.
- Per combattere la cistite, versatene 4 gocce nel semicupio tiepido oppure mescolatene due gocce ad un cucchiaino di miele e sciogliete quest'ultimo in una tisana.
- Ha un effetto analgesico in caso di nevralgie, reumatismi o dolori muscolari.
- Per abbassare la febbre, si consiglia di fare delle spugnature con un panno bagnato in acqua fresca, a cui vanno aggiunte 3 gocce di OE.

Costo medio

Controindicazioni: può irritare la pelle, se usato concentrato, e provocare nausea, se lo si utilizza in modo eccessivo. In quest'ultimo caso sospenderne immediatamente l'impiego.

Dal sito: <http://www.lifegate.it>