

Anthemis nobilis Camomille romaine, anthémis noble Chamomillae romanae flos

Römische Kamille

English Chamomile

Famille: Asteraceae

Origine/Habitat	Posse en Europe occidentale, aime les champs cultivés, pelouses et surtout les sols siliceux. Pousse jusqu'à 1'000m.
Histoire	La légende rapporte que Ramsès II a été embaumé avec de l'huile essentielle de camomille romaine, alors que pour les Anglo-Saxons la camomille est considérée comme l'une des sept plantes sacrées. Elle n'a jamais vraiment utilisée d'un point de vue médicinal, au XVIe siècle elle était considérée comme une mauvaise herbe.
Botanique	Les capitules floraux odorants, solitaires à l'extrémité des rameaux, atteignant 3cm, sont presque exclusivement constitués de fleurs ligulées blanches se recouvrant les unes les autres et restant appliquées contre le capitule. En effet, les fleurs jaunes tubuleuses du centre, devenues ligulées, stériles et blanches comme celles de la périphérie, donnent naissance à la forme horticole et à la variété à fleurs pleines de l'actuelle camomille romaine
Principe actif	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Huiles essentielles ❖ Acides angéliques ❖ Chamazulène ❖ Bisabolol ❖ Nobiline ❖ Flavonoïdes ❖ Apigénine
Propriétés	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Antispasmodique ❖ Digestive ❖ Emménagogue ❖ Stomachique ❖ Cicatrisante
Indications	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Inappétence ❖ Colique ❖ Troubles digestifs ❖ Inflammations cutanées ❖ Démangeaison
Contre-indications	Allergie croisée aux astéracées
Effets Secondaires	Aucun
Interaction	Aucune
Galénique	Tisane, teinture-mère ; spagyrie, Huile essentielle
Utilisation	Tisane : 1càc dans pour une tasse Teinture-mère : 30 gouttes dans un peu d'eau.

