

# Epinette noire

## *Picea mariana*

### Générale :

- ✚ Fatigue (par dépense envers autrui sans penser à soi)

### Systeme nerveux :

- 🌐 Dépression
- 🌐 Stress (adaptogène)

### Systeme respiratoire :

- Bronchite
- Catarrhe.
- Diminution des volumes respiratoires utilisés.
- Effet expectorant
- Effet mucolytique

### Systeme glandulaire :

- Axe hypophyso-cortico-surrénalien.
- Faiblesse de la production de cortisone endogène

### Systeme cérébrale :

- ☀ Fatigue mentale

### Infectiologie :

- ⊕ Effet immunostimulant
- ⊕ Maladie infectieuse.

- Encombrement broncho-pulmonaire.
- Grippe ORL
- Mucus
- Pneumonie
- Rhume (Rhinopharyngite)
- Sinusite

- Prise de cortisone à long terme.

### Dermatologie :

- ☾ Plaie et blessure
- ☾ Coupure.
- ☾ Effet cicatrisant.

## **Psycho-émotionnel :**

### **Apporte**

- Ⓢ Centre dans le cœur
- Ⓢ Elan

### **Travail sur**

- |   |   |
|---|---|
| Ⓢ Abandon des tâches avant la fin           | Ⓢ Ras-le-bol                            |
| Ⓢ Complication inutile des rapports humains | Ⓢ Soi (difficulté à le mettre en avant) |
| Ⓢ Déprime                                   | Ⓢ Tristesse                             |
| Ⓢ Moi-je (insuffisance)                     |   |

**Chakra :**      4

### **Contre-indications :**

- ✗ Aucunes
- ✗ Légèrement neurotoxique (rouge, blanche et bleue)
- ✗ Epileptogène (rouge, blanche et bleue)