

Calea Zacatechichi : l'Herbre à Rêves (vertus et bénéfices)

Le **Calea Zacatechichi** est un arbuste de taille moyenne qui est connu pour être un **hallucinogène** et est souvent utilisé pour stimuler les rêves.

Pour cette raison, il est souvent appelé «**l'herbe à rêves**».

Les éléments psychoactifs du calea zacatechichi sont récoltés à partir des tiges et des feuilles de la plante avant la maturation des fruits.

Le Calea zacatechichi est également utilisé pour

- l'anxiété
- la stimulation de l'appétit
- l'arthrite
- l'asthme
- la constipation
- le diabète
- La diarrhée,
- les problèmes digestifs
- la dysenterie
- la fièvre
- l'Inflammation
- les problèmes articulaires
- le paludisme
- les problèmes menstruels
- les douleurs respiratoires
- ...

Le calea zacatechichi est utilisé traditionnellement pour la relaxation et pour provoquer des rêves vifs.

Maladies et affections



Feuilles de Calea Zacatechichi

Pour la [fonction cognitive](#), les recherches cliniques préliminaires suggèrent que la prise de 86 mg / kg d'un extrait méthanolique de calea zacatechichi réduit considérablement le temps de réaction à un flash lumineux et augmente considérablement l'estimation précise des temps de déchéance par rapport au placebo.

Pour le sommeil, des recherches cliniques préliminaires montrent que la prise de 86 mg/kg d'un extrait éthanolique de calea zacatechichi:

- augmente la vivacité
- diminue le sommeil lent
- et augmente la fréquence respiratoire

D'autres preuves sont nécessaires pour évaluer la calea zacatechichi pour ces utilisations et d'autres.

Sécurité

Il est peut - être dangereux d'utiliser calea zacatechichi par voie orale et topique.

Il y a un manque d'informations cliniques sur la sécurité de calea zacatechichi, bien qu'il y ait eu des effets secondaires signalés:

- hallucinations
- diminution de la fréquence cardiaque et de la pression artérielle
- éruptions cutanées
- gonflement

- sensibilité cutanée
- démangeaisons
- dépression du système nerveux central
- augmentation de la fréquence respiratoire
- vomissements
- et nausées.

Les informations sur la sécurité de calea zacatechichi sont insuffisantes chez:

- enfants
- femmes enceintes
- et femmes allaitantes;

mieux éviter.

Les personnes atteintes:

- diabète
- problèmes cardiovasculaires
- de troubles psychiatriques
- et de troubles respiratoires

ne devraient pas prendre de calea zacatechichi.

Interactions médicamenteuses



Calea Zacatechichi est une herbe de rêve bien connue

La combinaison de calea zacatechichi avec des médicaments antidiabétiques pourrait entraîner des effets hypoglycémiant additifs et une hypoglycémie.

Calea zacatechichi pourrait avoir des effets hypotenseurs additifs lorsqu'elle est associée à des [antihypertenseurs](#).

Théoriquement, calea zacatechichi peut provoquer des effets dépresseurs additifs sur le SNC combinés à d'autres dépresseurs sur le SNC.

Supplément et interactions alimentaires

Il n'y a pas d'interaction connue avec:

- suppléments
- herbes
- ou aliments pour calea zacatechichi.

Dosage

Le dosage correct de tout supplément nécessite une analyse complète de nombreux facteurs, y compris:

- âge
- sexe
- conditions de santé
- ADN
- et style de vie.

Selon des sources secondaires, 3 g de calea zacatechichi ont été mijotés dans l'eau pendant environ 15 minutes et consommés sous forme de thé.

De plus, deux capsules de calea zacatechichi (500 mg par capsule) ont été prises 30 minutes avant le coucher.

Anxiété, selon des sources secondaires, un verre de thé à base de calea zacatechichi a été consommé deux fois par jour.

Amélioration cognitive (temps de réaction), 86 mg / kg d'extrait de méthanol et 30 mg / kg d'extrait d'hexane, tous deux contenant de la calea zacatechichi, ont été pris une heure avant une expérience sous forme de dose unique.

Divination ou les **rêves lucides**, selon des sources secondaires, 25 à 60 g de feuilles et de fleurs séchées de calea zacatechichi ont été consommées sous forme de [thé](#) ou [fumées](#) avant de dormir.

Paludisme, selon des sources secondaires, 10g de calea zacatechichi séchée ont été consommés sous forme de thé trois fois par jour.

Nourriture

Calea zacatechichi n'est pas naturellement présente dans les aliments.

Bonus: [Citronnelle : 10 Bonnes Raisons de Boire du Thé à la Citronnelle](#)