

Eucalyptus Citronné (Eucalyptus Citriodora)

Huile essentielle Bio

Origine: Madagascar; Brésil; Chine.

Organe distillé: feuilles

Rendement: 50Kg de feuilles pour 1 litre HE

Principes Actifs:

citronellal : 65 à 82%

citronellol : ≤8%

isopulégol : ≤9%



Parmi les nombreuses huiles essentielles d'Eucalyptus, celle d'Eucalyptus Citronné se distingue par ses remarquables propriétés anti-inflammatoires : elle sera donc recommandée en massage en cas de douleurs articulaires ou musculaires. Elle possède en outre une agréable odeur citronnée qui calme les nerfs et fait fuir les moustiques !

Caractéristiques :

- Densité à 20°C : 0,860 à 0,882
- Indice de réfraction à 20°C : 1,445 à 1,460
- Pouvoir rotatoire à 20°C : -1° à +3°
- Point éclair : +78°C
- Aspect : liquide
- Couleur : jaune très pâle à orangé
- Odeur : citronnée, piquante et zestée

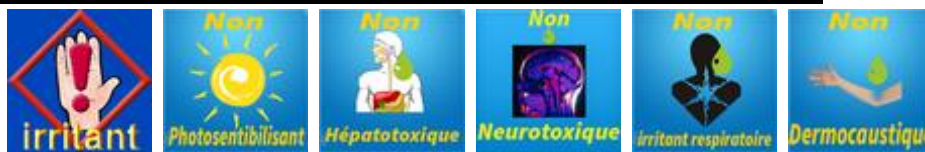
Utilisateurs :



Voie d'administration :



Risques :



Propriétés :

Anti-inflammatoire, antirhumatismale**** : le citronellal intervient en modulant la réponse immunitaire de l'organisme à une agression subie (inflammation) et calme les sensations de chaleur, et les rougeurs qui en découlent.

Insectifuge et acaricide**** : le citronellal et le citronellol permettent d'éloigner les insectes et de tuer certaines larves de moustiques. Ils permettent aussi d'apaiser les piqûres.

Antifongique*** : cette huile essentielle lutte contre le développement des champignons.

Antispasmodique*** : le citronellal permet de lutter contre les spasmes musculaires digestifs ou respiratoires : il calme les contractions involontaires des muscles et inhibe notamment la prostaglandine E2, une substance responsable des contractions de l'utérus.

Antalgique (apaisante cutanée)*** : cette huile essentielle contient plus de 65% de citronellal ; elle permet d'apaiser les douleurs cutanées (démangeaisons, eczémas, ...).

Calmante, sédative, antihypertensive** : le citronellal est une molécule négativante ce qui signifie qu'il possède des propriétés apaisantes ; il agit sur certains neuromédiateurs (molécules permettant le transfert de l'information nerveuse). Le citronellol dilate les parois des vaisseaux sanguins ce qui diminue la pression artérielle.

Antibactérienne* : l'huile essentielle d'Eucalyptus Citronné est efficace contre *Staphylococcus aureus* et *Salmonella typhi*. C'est aussi un bon antiseptique aérien.

Pour quel problème et comment l'utiliser :

Tendinite, douleurs lombaires.

Voie cutanée : 2 gouttes dans 8 gouttes d'huile végétale, 4 à 6 fois par jour sur la zone douloureuse jusqu'à amélioration.

Entorse chez les enfants.

Voie cutanée : 2 gouttes dans 8 gouttes d'huile végétale sur la zone douloureuse, 6 fois par jour pendant 5 jours.

Sinusite.

Voie cutanée : 1 goutte dans 4 gouttes d'huile végétale à appliquer sur le front, 4 fois par jour pendant 3 jours. (Attention à ne pas en mettre dans les yeux!)

Torticolis ; raideur de la nuque.

Voie cutanée : 2 gouttes HE eucalyptus citronné + 2 gouttes HE gaulthérie odorante dans une cuillère à café d'huile végétale de macadamia en massage sur la nuque et le haut du dos matin et soir.

Arthrite ; rhumatismes.

Voie cutanée : 4 gouttes HE eucalyptus citronné en onction directe sur les zones douloureuses.

Piqures d'insectes.

Voie cutanée : quelques gouttes HE eucalyptus citronné directement sur la piqure réduisent instantanément l'inflammation et les démangeaisons

Mal de gorge.

Voie orale : 2 gouttes HE eucalyptus citronné sur un comprimé neutre ou un demi-sucre 3 fois/jours.

Autres précautions :

Application cutanée.

L'huile essentielle d'Eucalyptus Citronné doit être diluée à 20% pour son application sur la peau (20% d'huile essentielle, 80% d'huile végétale).

Pour les bébés, l'application cutanée diluée est possible sur l'avis d'un professionnel de santé.

En inhalation et diffusion.

L'huile essentielle d'Eucalyptus Citronné peut être lacrymogène ou tussigène pour les personnes sensibles ; veillez à l'utiliser avec précaution.

Les bébés peuvent l'utiliser en diffusion atmosphérique ; il est alors conseillé de la diluer de 20 à 80% dans d'autres huiles essentielles.

Composants allergènes.

L'huile essentielle d'Eucalyptus Citronné contient des composants biochimiques allergènes :

- citronellol ($\leq 8\%$) ;
- linalol ($\leq 1\%$) ;
- géraniol ($\leq 0,5\%$) ;
- limonène ($\leq 0,5\%$).

Avant la première utilisation, faire le test d'allergie en déposant 2 gouttes au creux du bras, attendre 24 heures pour voir s'il y a une réaction.

Utilisation par voie orale avec précaution** : adulte 2 gouttes 3 fois par jour. Enfants +7ans : 1 goutte 3 fois par jour.

Utilisation par voie cutanée*** : adulte : 3 gouttes HE, 3/jour dans HV. Enfants +7ans : 2 gouttes HE 3 fois par jour dans HV

Diffusion*** : quelques gouttes 10 minutes par demie heure.