

Cannelle



Cinnamomum zeylanicum

Ecorce



La plante : Le cannelier est un arbre originaire du Sri Lanka, pouvant atteindre 10m de haut, dont toutes les parties dégagent un délicieux arôme. Celle de Madagascar est du type "Ceylan", plus sucré. L'écorce grattée donne la cannelle du commerce, vendue en morceaux enroulés ou moulue.

La route des épices : déjà connue des Chinois 2500 ans avant l'ère chrétienne, la cannelle était alors aussi appréciée que l'or. Les Egyptiens l'utilisaient pour embaumer leurs momies. En Israël, Moïse reçut la consigne divine de l'utiliser, avec d'autres épices, dans l'huile sainte dont il fallait oindre les objets du sanctuaire.

L'huile essentielle : elle est composée de deux fractions, l'une de densité inférieure à l'eau l'autre plus dense que l'eau. Son constituant majoritaire est l'aldéhyde cinnamique (40 - 55 %). Elle contient également de l'eugénol, des terpènes.



AROMATHERAPIE :

L'huile essentielle de cannelle écorce est une **arme majeure dans la lutte anti-infectieuse**, antimicrobienne (streptocoques, staphylocoques, escherichia coli...), antifongique (candida, aspergillus...) antivirale, anti-fermentations et anti-parasitaire.

C'est également un **stimulant** très prisé des fonctions cardio-circulatoires, respiratoires, digestives, sexuelles.

C'est encore un **anti-agrégant plaquettaire**, et un **spasmolytique digestif**.

Elle est donc indiquée dans les aérocolies, et toutes les affections microbiennes comme les entérocrites, dysenteries, pyorrhées alvéolo-dentaires, typhoïdes et autres infections tropicales, amibiases, verminoses, colibaciloses urinaires, leucorrhées, cystites...

Et pour retrouver le tonus après les crèves de l'hiver.

Conseils d'utilisation et précautions d'emploi :

En interne :

la cannelle contient des composants toxiques pour le foie. Elle est donc à utiliser en prises courtes. Ne pas dépasser 3 gouttes par jour sur une durée de 5 jours.

Elle est difficile à avaler car irritante : une solution intéressante est la gélule gastro-résistante, ou encore le suppositoire.

En externe :

L'huile essentielle pure est dermo-caustique. Toujours bien la diluer dans l'huile ou un solvant approprié avant de l'appliquer sur la peau (piqûres d'insectes).

La sentir suffit à passer un « coup de barre ».

En massages très dilués, excellent tonique pour les sportifs

Réserves :

très agressive pour la peau et les muqueuses

L'hydrolat, très chargé en huile essentielle est un excellent bain de bouche, agréable au goût contre gingivites et mauvaise haleine.



Retour à la table

Communiquez vos expériences



