

# Eucalyptus citronné



*Eucalyptus citriodora*

*Feuille*



**La plante :** Elle est, comme tous les eucalyptus, originaire d'Australie, et comme tous les eucalyptus de Madagascar, le produit d'une reforestation volontaire. C'est un grand arbre à l'écorce blanchâtre. Sa feuille est lancéolée. L'aspect de ses fruits et les propriétés fébrifuges qu'on lui reconnaît dans l'usage traditionnel l'ont fait nommer *Kininin'oliva* (quinine à olives) par les Malgaches.

**L'huile essentielle :** Son odeur est très agréablement citronnée. Son principal composant est le citronnellal, un aldéhyde très antiinflammatoire.

## AROMATHÉRAPIE

Ses principales qualités, mais elles sont précieuses, sont d'être **antiinflammatoire, et analgésique.**

Elle est encore **sédative et anti-hypertensive.** Et aussi, comme beaucoup d'autres huiles essentielles, antiinfectieuse.

Enfin, comme la citronnelle, elle éloigne les moustiques

### Indications et conseils d'utilisation:

**Usage externe :** on l'aura compris, c'est le principal usage de cette huile essentielle délicatement parfumée, qui fait merveille dans les douleurs arthritiques et rhumatismales (y compris les polyarthrites rhumatoïdes), ainsi que les tendinites. A essayer en synergie avec HE de Katrafay et huile végétale de callophyllum.

Elle calme également les douleurs du zona.

On la préférera en massages, diluée dans une huile grasse : amande douce, abricot ou toute autre.

### Usage interne :

Cependant on peut associer une prise buccale en cas de péricardite, coronarite, hypertension. Ou encore pour soulager cystites et vaginites.

### Dosage conseillé :

prise orale : 3 gouttes 3 fois par jour pure ou avec miel.

Mélange pour massage dosé à 10% d'huile essentielle.

**Contre-indications :** aucune connue.



Retour à la table

Communiquez vos expériences

