

Ylang ylang



Cananga odorata

Fleurs



La plante : Arbre torturé car on en rabat les branches pour en faciliter la récolte, il pousse à Nosy Be et autour, au nord-ouest de l'île, en direction des Comores le principal producteur. La fleur jaune verdâtre est extrêmement odorante et capiteuse. On la récolte une bonne partie de l'année.

L'huile essentielle : On distingue plusieurs essences d'ylang-ylang : extra, première, seconde et cananga. On les obtient en fractionnant la distillation par un simple changement d'essencier dont seuls les distillateurs expérimentés savent choisir l'instant. La notre, essence dite « totum » qui contient toutes les fractions, est plus particulièrement destinée à l'aromathérapie. Elle contient des sequiterpènes, du linalol, des esters et des phénols.

AROMATHÉRAPIE

C'est une huile **antihypertensive**, antiinflammatoire et **antispasmodique**, rééquilibrante nerveuse, décontractante et **aphrodisiaque**.

Elle est aussi régénératrice cellulaire et **revitalisante des téguments et phanères**.

Usage interne :

La principale utilisation interne de l'ylang est l'hypertension, ainsi que les spasmes de l'abdomen et du petit-bassin.

Usage externe :

On l'utilise pour les soins de la peau, les cheveux et ongles cassants, en massages aphrodisiaques et en diffusions pour la dépression et le stress.

Conseils d'utilisation :

3 gouttes 3 fois par jour avec miel.

En huiles de massages (5 à 10 %), en diffusions ou inhalations (quelques gouttes dans un bol d'eau chaude).

On peut en ajouter quelques gouttes dans une crème de soins du visage, dans une huile capillaire.

Contre-indications :

aucune grave contre-indication connue, mais une diffusion trop prolongée peu occasionner des maux de tête.



Retour à la table

Communiquez vos expériences

