

Cannelle de Ceylan

Cinnamomum zeylanicum Nees



FAMILLE BOTANIQUE : Lauracées

ORIGINE : Sri Lanka

Organe producteur : Écorce

Spécificité biochimique : Aldéhyde cinnamique

Botanique

Le Cannelier de Ceylan est un petit arbre de 2 à 5 m aux grandes feuilles caractéristiques à trois nervures. Les origines proposées sont généralement le Sri Lanka (Ceylan), Madagascar ou la Chine. L'huile essentielle est obtenue par distillation à la vapeur d'eau des morceaux d'écorce séchés provenant du tronc et des fortes branches.

Propriétés & indications

Anti-infectieux puissant indiqué pour :

- les cystites
- les diarrhées

Stimulant général indiqué pour :

- la fatigue psychique
- la fatigue physique

Posologies

Voie orale

- Adulte : 1 goutte, 3 fois par jour. 5 jours
- Enfant > 12 ans : 1 goutte, 2 fois par jour. 5 jours

Associer systématiquement une huile essentielle protectrice hépatique. Voir page 9.

Voie cutanée

- Non

En diffusion

- Non

Voies d'administration

Voie orale



Protecteur hépatique

Voie cutanée



En diffusion



Conseils d'utilisation

Diarrhée post antibiothérapie (adulte)

1 goutte de Cannelle écorce + 1 goutte de Romarin 1,8 cinéole
Sur un comprimé neutre, 3 fois par jour. 5 jours

Infection urinaire (adulte)

1 goutte de Cannelle écorce + 1 goutte d'essence de Citron jaune
Sur un comprimé neutre, 3 fois par jour. 7 jours

Fatigue psychique (adulte)

1 goutte de Cannelle écorce + 1 goutte d'Eucalyptus radié
Sur un comprimé neutre, 3 fois par jour. 2 jours

Précautions d'emploi

Ne pas diffuser

Pas d'utilisation sur la peau

Pas d'utilisation prolongée

Utiliser uniquement sur avis de votre pharmacien :

- chez l'enfant de 7 à 12 ans

Ne pas utiliser :

- chez la femme enceinte & allaitante
- en cas d'épilepsie
- en cas d'asthme
- chez l'enfant < 7 ans
- en cas de gastrite ou d'ulcère gastroduodéal
- en cas d'hépatite ou de cirrhose
- en cas d'allergie à l'un des composants de l'huile essentielle

> Demandez conseil à votre pharmacien

Zoom

L'huile essentielle de Cannelle écorce provenant du Sri Lanka (Ceylan) est la plus qualitative et aussi la plus chère. Il existe des huiles essentielles de Cannelle issues de la feuille dont la qualité et les propriétés sont différentes.