

Citronnelle de Java

Cymbopogon winterianus

Molécules aromatiques : géraniol, citronellol, citronellal

Partie distillée : l'herbe



Comme tous les cymbopogons, la citronnelle de Java est une herbe originaire d'Indonésie qui présente de longues feuilles étroites, des tiges et des inflorescences également linéaires. Les citronnelles sont des grandes herbes vivaces, sauvages ou cultivées des régions tropicales : Java, Sri Lanka... Son odeur fraîche, verte, citronnée se rapproche de celle de la mélisse à laquelle elle est parfois substituée.

PROPRIÉTÉS PRINCIPALES :

anti-inflammatoire percutanée • antibactérienne moyenne • fongicide • déodorante et antiseptique atmosphérique • répulsive de moustiques.

INDICATIONS TRADITIONNELLES :

- Arthrites, tendinites, rhumatismes +++
- Présence de moustiques (préventif) et piqûre de moustique (curatif) +++
- Transpiration excessive ++

POSOLOGIE CONSEILLÉE :

Voie externe : 3 gouttes H.E.C.T. + 3 gouttes H.V. noisette en massage aux endroits douloureux et le long de la colonne vertébrale.

Pour éloigner les moustiques, en diffusion atmosphérique ou sur les membres exposés, après 16h et à 3 reprises.

RENSEIGNEMENTS UTILES :

déconseillé dans les 3 premiers mois de la grossesse • irritation cutanée (dermocaustique) possible à l'état pur.

LE CONSEIL DU PROFESSIONNEL :

Au quotidien, 2 gouttes de citronnelle de Java et 2 gouttes de géranium rosat sur le revers du col d'un pyjama ou d'un oreiller permettent de garder à distance tous les hôtes piqueurs des nuits d'été.