

CAJEPUT



Résumé

Purifiante et stimulante, l'huile essentielle de Cajeput est souvent utilisée en cas de rhume, nez bouché, toux, bronchite ou autres infections respiratoires. En raison de sa teneur élevée en 1,8-cinéole et en alpha-terpinéol, elle constitue une huile de choix pour lutter contre les virus hivernaux, dégager les bronches et les voies respiratoires encombrées. C'est également une huile excellente pour atténuer les douleurs liées à l'herpès ou au zona tout en luttant contre le virus.

Synthèse



Bronchite, rhinite, sinusite, rhinopharyngite	+++	+	+++	+++
Herpès, zona	++			
Asthénie, fatigue	++	+	++	++
Varices, hémorroïdes	+++			
Assainir l'air ambiant			++	

Descriptif

Le cajeput ou cajeputier est un arbre de la famille des Myrtaceae, originaire de l'Asie du Sud-Est et du nord de l'Australie. Il est exploité dans de nombreuses régions tropicales pour la production d'huile de cajeput.

Ses fleurs sont appréciées des abeilles qui produisent un miel très recherché. Au Cambodge, son écorce, épaisse et résineuse, sert aussi à faire des torches. Il est aussi utilisé ailleurs dans le monde comme arbre ornemental.

Le nom "cajeput" provient du malais et signifie "arbre blanc".

L'huile essentielle de Cajeput est issue d'un arbre cousin de celui de l'arbre à thé (Maleleuca). Elle possède donc certaines vertus équivalentes mais possède aussi des propriétés relaxantes. Elle est aussi proche du Niaouli.

Depuis plusieurs siècles, on lui confère de nombreuses vertus thérapeutiques. On l'utilisait autrefois dans les pays

asiatiques entre autres pour soulager les maux de dents, les coliques, les rhumatismes, et les paralysies. Elle était également utilisée dans le cas de fièvres résistantes au Quinquina, de choléra ou pour traiter divers troubles nerveux. Elle entre également dans la composition du « Baume du tigre rouge », onguent de la pharmacopée chinoise, utilisé pour atténuer les douleurs et contractures musculaires.

L'huile essentielle de Cajeput est connue aujourd'hui pour avoir de nombreuses propriétés antiseptiques sur les voies respiratoires, l'appareil digestif et urinaire. Elle est utilisée contre les infections bactériennes et comme antivirale. Elle est aussi connue pour être antispasmodique.

Le 1,8-cinéole stimule les glandes à mucine et l'activité ciliomotrice de la muqueuse de l'arbre respiratoire. Cela accélère la sécrétion et l'écoulement du mucus puis favorise son expulsion du nez, des bronches ou de la trachée sous forme d'écoulements ou de toux.

Elle permet de lutter contre les douleurs musculaires et rhumatismales. Elle redonne en plus du dynamisme et de la vitalité !

L'huile essentielle de Cajeput est aussi appréciée comme actif assainissant et tonique dans les soins des peaux à imperfections ou les peaux grasses.

Grâce au 1,8-cinéole, l'huile essentielle de cajeput raffermi la peau, resserre les pores, colmate les petites blessures et contracte également les petits vaisseaux.

De plus, certains composants du cajeput permettent une protection contre le rayonnement ionisant.

L'huile essentielle de Cajeput est également intéressante pour composer des soins pour les peaux à tendance acnéique ou les cuirs chevelus à problèmes.

Enfin, grâce à sa richesse en monoterpènes, l'HE de cajeput est un tonique et stimulant général de l'organisme. Cette propriété s'explique par la stimulation des corticosurrénales.

Propriétés

L'huile essentielle de Cajeput est fortement concentrée en 1,8-cinéole, alpha terpinéol et limonène. Ces molécules lui confèrent les propriétés principales suivantes :

- **Antiseptique puissante, antibactérienne, antivirale** : cette propriété s'explique par la présence d'1,8-cinéole, des pinènes et de l'alpha terpinéol qui possèdent des propriétés bactéricides pulmonaires, urinaires et intestinales. Le 1,8-cinéole est notamment actif sur *Staphylococcus aureus*. L'alpha terpinéol (alcool monoterpénique) a une action anti-infectieuse
- **Expectorante, anticatarrhale, mucolytique**
- **Antifongique** : le limonène est fongicide sur *Aspergillus niger* (L.) et *Penicillium digitatum*.
- **Analgésique local** : aide à calmer les douleurs musculaires et les névralgies
- **Stimulante et revigorante**
- **Astringente**
- **Vermifuge et insectifuge**
- **Phlébotonique, tonique, décongestionnant Veineux **** : cette HE augmente la tonicité des parois veineuses et favorise une meilleure circulation du sang.
- **Radioprotectrice ***** : réputée pour aider à protéger la peau lors de la radiothérapie

Équilibrante du système nerveux central, calmante.

Indications

- Bronchite, laryngites, rhinite, sinusite, toux, ...
- Infections virales : Grippe, herpès, zona

- Infections urinaires : cystite, urétrite
- Douleurs, névralgies, inconforts articulaires et musculaires, rhumatismes, sciatique
- Inconforts circulatoires : varices, hémorroïdes, jambes lourdes
- Problèmes de peau : acné, psoriasis, dermatoses, démangeaisons, furoncle, ampoule, peau atone ou brûlée
- Radiothérapie
- Asthénie, fatigue, burn-out
- Chute de cheveux
- Angoisse, nervosité, stress, manque de confiance, problème de sommeil d'origine nerveuse
- Assainir l'air

Voies d'administration

- Voie interne: Non ou avec avis médical
- Voie cutanée: Oui (diluée)
- Diffusion: Oui
- Inhalation: Oui
- Bain: Oui (diluée)

Exemples d'utilisation

Voie interne

Déconseillé sans avis médical.

Faiblesse immunitaire, infections urinaires : 2 gouttes dans du miel, HV d'Olive ou sur un sucre de canne sous la langue.

Voie cutanée

Infection ORL, bronchite (pour + 6 ans) : 1 goutte d'HE dans 4 gouttes d'HV à appliquer sur le thorax et le haut du dos, 4 fois par jour. Renouveler l'application pendant 10 jours. A noter que l'HE d'Eucalyptus Globulus donnera de meilleurs résultats encore. Même posologie.

Otite : 1 goutte en massage derrière chaque oreille (pas à l'intérieur de l'oreille)

Fatigue, asthénie (pour adultes et adolescents) :

Arthrite, Arthrose, Rhumatismes (pour adultes) :

Aphte : préparer la synergie suivante : 1 goutte d'HE de Giroflier, 1 goutte d'HE Laurier noble, 1 goutte d'HE Cajeput, et 3 gouttes MH Calendula. Appliquer 3 à 4 fois par jour ce mélange, sur la ou les lésions, pendant 3 jours.

Douleurs, migraines et troubles nerveux : Préparer la synergie suivante : 1 goutte d'HE de Lavande vraie, 1 goutte d'HE de Cajeput, 1 goutte d'HE de Girofle, 10 à 15 gouttes d'HV d'Amande douce, 10 à 15 gouttes d'HV d'Arnica ou de Millepertuis. Massez doucement les tempes avec ce mélange.

Varices, vergetures (pour + de 6 ans, hors grossesse et allaitement) : 1 goutte d'HE dans 4 gouttes d'HV (par ex de la Calophylle Inophyle). Appliquer sur la zone touchée, 2 fois par jour par période de 20 jours. A noter que l'HE de Lentisque Pistachier donnera de meilleurs résultats encore.

Préparer la synergie suivante : 1 ml d'HE de Romarin à verbénone, 1 ml d'HE de Cajeput, 1 ml d'HE de Lavande vraie, 1 ml d'HE de Ciste ladanifère et 2 ml d'HV de Rose musquée du Chili. Appliquer 3 gouttes du mélange sur la vergeture et masser en pinçant comme pour réduire la cicatrice, 3 fois par jour jusqu'à amélioration sensible.

Herpès, zona, varicelle (pour + de 6 ans) : Sur une surface large, diluer avec une HV et appliquer sur la partie concernée. Sur une petite surface, 2 gouttes pures toutes les heures, pendant 24h maximum, dès l'apparition des symptômes. A noter que la Niaouli donnera aussi de bons résultats.

Chute des cheveux : 3 gouttes dans une noix de shampoing à chaque utilisation.

Après une séance de radiothérapie : en application locale diluée avec une HV, masser la partie concernée (tout de suite après la radiothérapie)

Hémorroïdes (pour + de 6 ans) : Mélanger 1 goutte d'HE de Cajeput dans 19 gouttes d'HV. Appliquer sur l'hémorroïde, après la douche et après chaque selle jusqu'à disparition. A noter que l'HE de Lentisque Pistachier donnera de meilleurs résultats encore. Même posologie.

Infection gynécologique (pour + de 6 ans) : Mélanger 1 goutte d'HE de Cajeput dans 4 gouttes d'HV. Masser le bas du ventre. A noter que le Tea Tree donnera aussi de bons résultats.

Diffusion

Bronchite, Rhinite, Sinusite, Rhino-pharyngite, Rhume (pour adultes et adolescents) : Quelques gouttes d'HE de Cajeput dans votre diffuseur et diffuser par plage de 30 mn.

Déficiences immunitaires : La contribution de l'HE de cajeput au système antioxydant permet d'augmenter globalement la réponse immunitaire aux agressions extérieures. Elle est recommandée notamment en diffusion en cas d'épidémies ou dans les chambres des malades.

Infections ORL et respiratoires virales : Les propriétés antivirales et antibactériennes de l'HE de cajeput permettent de les utiliser en traitement de toutes les infections respiratoires : grippe, mononucléose, zona, herpès, hépatites et entérites virales. En diffusion atmosphérique, l'huile est d'une grande efficacité.

Assainir l'air : Quelques gouttes dans votre diffuseur (voir la notice du diffuseur). A noter que l'HE de Pamplémousse donnera aussi de bons résultats. Diffuser par plage de 30 minutes maximum.

Inhalation

Bronchite, Rhinite, Sinusite, Rhino-pharyngite, Rhume (pour adultes et adolescents) : Déposer quelques gouttes d'HE de Cajeput sur un mouchoir et respirer plusieurs fois par jour quand vous en ressentez le besoin.

Il est possible aussi d'utiliser l'HE de cajeput par :

- Inhalation humide : diluer quelques gouttes d'huile essentielle dans un récipient d'eau chaude puis inhaler les vapeurs
- Inhalation sèche : quelques gouttes d'huile essentielle sur un mouchoir, un galet ou sur l'intérieur des poignets puis respirer de temps à temps.

Vous pouvez aussi utiliser la synergie suivante (pour + de 6 ans) : A proportion égale : HE de Pin, HE de Cajeput, HE de Lavande. Inhaler ce mélange sur un mouchoir ou directement au flacon.

Bain

Stress, nervosité, manque de confiance, fatigue, rhinite, bronchite, arthrose : Quelques gouttes dans un verre de lait ou un dispersant et verser le tout dans l'eau du bain (ou simplement à mélanger au savon du bain)

Pour la maison

Sans objet.

Synergie avec d'autres huiles essentielles

Eucalyptus radiata, Lavande, Niaouli, Pin, Sarriette des Montagnes, ...

Précautions d'utilisation

Utilisateurs autorisés

- Adultes et adolescents
- Ne pas utiliser chez la femme enceinte de moins de 3 mois ou chez la femme allaitante (sauf diluée à 20% à 80% en diffusion atmosphérique)
- Ne pas utiliser chez l'enfant de moins de 6 ans

Risques d'utilisation

Il est préférable de tester l'huile essentielle avant de l'utiliser (deux gouttes au creux du coude pendant au moins 24 heures afin de vérifier qu'il n'y a pas de réaction).

- La voie orale est réservée à la prescription thérapeutique
- Elle possède des molécules cortison-like et est irritante pour la peau
- Ne pas utiliser pure : diluer l'HE à 10 ou 20% dans une huile végétale
- Contient des composants biochimiques allergènes : limonène, linalol, géraniol
- Prudence chez les personnes asthmatiques et épileptiques
- Ne pas utiliser cette huile essentielle sur une durée prolongée sans l'avis d'un thérapeute
- Dangers : H226, H304, H315, H317, H411

Ne pas confondre

Sans objet.

Indications techniques

Caractéristiques générales

- Nom botanique: Melaleuca leucadendron cajuputii
- Autres noms: Cajeput, Cajeputier, Cajeput vrai, Mélaleuque blanc
- Famille: Myrtacées
- Origine: Indonésie, Vietnam...
- Partie de la plante: Feuilles
- Méthode d'extraction: Distillation à la vapeur
- Toxicité: Modérée
- Rendement:
- Récolte:
- CAS: 85480-37-1
- EINECS : 287-316-4

Caractéristiques biochimiques

Les composants de cette huile essentielle sont listés ci-dessous par ordre décroissant de quantité. Les pourcentages précis de chaque composant dépendent des lots analysés.

En général, la composition est proche de :

- 1,8-cinéole (eucalyptol) : 43 à 67 %
- α -terpinéol : 7 à 18 %
- limonène : \leq 13 %

L'huile essentielle de Cajeput contient des composants biochimiques allergènes :

- Limonène (<13%)
- Linalol (<5%)
- Géraniol (<1%)

Caractéristiques physiques

- Densité à 20°C : 0.905 à 0.920
- Indice de réfraction à 20°C : 1.460 à 1.475
- Pouvoir rotatoire à 20°C : -4° à 1°
- Point éclair : +48°C

Caractéristiques organoleptiques

- Aspect : liquide, limpide
- Couleur : jaune clair
- Odeur : fraîche, aromatique, cinéolée, montante

Respecter les précautions d'emploi des huiles essentielles. Pour tout usage des huiles essentielles dans un but thérapeutique, consultez un médecin. Les huiles essentielles ne sont pas des médicaments et ne peuvent en aucune façon se substituer à une prescription médicale. Les informations données sur le site ne font pas office de prescription, elles restent des données à titre informatif, elles n'engagent en rien notre responsabilité et ne remplacent pas les conseils d'un spécialiste. Le texte, les propriétés connues, les exemples d'utilisations et les voies d'administrations décrites sur cette fiche sont des informations générales tirées de bibliographies faisant autorité dans le milieu des huiles essentielles et de l'aromathérapie. Vous trouverez sur ce site une bibliographie listant des ouvrages de référence et des articles de recherche scientifique.

Les huiles essentielles sont sensibles aux rayonnements UV ainsi qu'à l'évaporation progressive de leurs constituants. Il est donc impératif de conserver vos huiles essentielles dans un flacon en verre coloré ou en aluminium à fermeture étanche à une température comprise entre 5°C et 40°C.