

## Cannelle de Ceylan écorce - *Cinnamomum zeylanicum*

- \* antispasmodique
- \* tonique digestif
- \* sédatif
- \* anti-inflammatoire
- \* antalgique
- \* antifongique



**Principales indications :** Troubles digestifs, coliques, douleurs abdominales, ballonnements, flatulences

**voie orale :** 2 gttes sur un support 3 x/jr - 5 jrs/7

**voie cutanée :** diluer à 10% dans une HV en massage sur l'abdomen

Autres indications : Insomnie, stress

voie cutanée : 2 gttes max sur les poignets et le plexus solaire au moment du coucher ou de la montée de stress, sans dépasser 6 gttes/jr - 5 jrs/7

**Pour qui ?** Adultes : pas de contre-indications particulière, sauf en cas de cancer, antécédent de cancer, maladie dégénérative

Enfants : à partir de 12 ans et + de 40 kg

