

Les huiles essentielles

ELLES sont matière.... quelle concentration. Elles sont aussi énergie... quelle puissance d'action. Elles sont enfin information... quelles émotions.

Voilà un produit noble, très noble mais très complexe également. Aussi, modestement, avec mes connaissances et mon savoir, je parlerai d'elles avec réserve, respect et humilité.

Depuis des millénaires, on sait que les essences aromatiques sont douées de propriétés antiseptiques à des degrés divers suivant leur richesse biochimique en phénols, en aldéhydes, en alcools...

L'effet constaté contre les micro-organismes pathogènes est du à une activité chimique directe. La causticité et la toxicité des H.E. sur les germes bactériens expliquent les actions bactériostatiques, bactéricides et bactériolytiques.

Ces activités sont largement corroborées par une analyse de biologie clinique nommée aromatogramme.

Le mode opératoire et l'interprétation sont identiques à ceux de l'antibiogramme avec pour seule différence que les H.E. naturelles remplacent les antibiotiques issus de la synthèse chimique.

Je ne viens pas ici opposer le tout synthétique contre le tout naturel. J'ai l'intime conviction que l'un et l'autre ont leurs raisons d'exister, encore faudrait-il qu'on le fasse avec discernement. Là se situe le problème actuel du combat antibactérien.

La surconsommation, la prescription abusive par facilité et l'industrie chimique ont développé des assuétudes

thérapeutiques dont une des conséquences directes est la progression alarmante des résistances bactériennes aux antibiotiques toujours de plus en plus puissants et donc toujours de plus en plus perturbants et dévitalisants pour notre organisme.

Il faut insister sur le fait que notre immunité se fabrique pour 50 % par notre flore commensale au niveau des intestins. Un antibiotique (son nom l'indique clairement) détruira tout sur son passage, les bons comme les mauvais. L'élimination des germes saprophytes laisse des niches libres rapidement colonisées par d'autres non saprophytes (le *Candida Albicans*, par exemple). Une faiblesse immunitaire apparaît alors et se renforce par toute nouvelle antibiothérapie qui ne saurait tarder. Le cercle vicieux est enclenché.

Plus on avale des antibiotiques, plus le système immunitaire s'affaiblit. Le risque infectieux s'accroît et de nouveaux antibiotiques se pointent à l'horizon pour "aggraver" encore cette situation débile. La constatation que chacun d'entre nous vit quotidiennement est celle de patients traités par antibiotiques 3 mois par an, sinon davantage.

Sans être un intégriste de l'aromathérapie, les huiles essentielles apportent une alternative efficace et valable sur le plan antibactérien et antiviral pour plusieurs raisons.

- Elles sont eubiotiques. En respectant la flore commensale, elles favorisent un retour à la vie sans perturbation immunitaire car elles sont bifidogènes c'est-à-dire capables de favoriser le développement de cette flore.

Les huiles essentielles ●

D. BAUDOUX
Pharmacien
Aromatologue

Fax : 00 32 23 95 87 66

- Elles ne se connaissent pas ou très peu de germes résistants. En effet, l'assemblage très complexe de plusieurs dizaines de molécules biochimiques au sein d'une même H.E. et le mélange synergétique de plusieurs huiles essentielles éliminent *de facto* la possibilité aisée pour le germe de créer une résistance.

- Elles sont aussi une médecine de terrain.

En individualisant le choix des H.E., selon les tempéraments hippocratiques, on optimise les résultats tout en corrigeant le terrain propre à chaque individu.

Je vous propose maintenant d'aborder le côté pratique des traitements par les huiles essentielles.

Première indication étudiée : les parodontopathies.

Si l'on écarte d'emblée l'étiologie génétique possible sur laquelle les huiles essentielles ne peuvent rien, il en va différemment pour les causes virales, bactériennes et parasitaires. La deuxième action possible est le traitement du terrain chez les individus stressés.

Localement, en massage gingivaux, en applications manuelles ou à l'aide d'un coton de tige, le complexe suivant sera prescrit.

HE Thymus CT Thujanol	0.5 ml
HE Laurus Nobilis	1 ml
HE Ravensara Aromatica	0.5 ml
HE Melaleuca Alternifolia (Tea Tree)	1.5 ml
HE Listea Citrata	1.5 ml

Un traitement général reminéralisant sera aussi prescrit en citant l'exemple des comprimés d'une algue exceptionnelle la chlorella pyrrinoïdosa (500 mg 3 fois par jour).

Pour agir sur la composante nerveuse, le terrain de stress sera levé par une onction cutanée sur le plexus solaire, la face interne des poignets ou le

long de la colonne vertébrale ou quelques gouttes de la synergie suivante :

HE Citrus Aurantium ssp aur. (feuille)	3 ml
HE Cananga Odorata (ylang-ylang)	1 ml
HE Lavandula super Acétate	1 ml

Une deuxième indication fréquente est celle des gingivites.

En plus d'une hygiène bucco-dentaire stricte, le dentiste trouvera une aide précieuse par le massage local, 2 fois par jour, jusqu'à disparition complète, de la synergie suivante.

HE Lavandula Vera	0.5 ml
HE Eucalyptus Citriodora	0.3 ml
HE Mentha Piperita	0.1 ml
HE Hélichrysum Italicum	0.1 ml
HE Laurus Nobilis	0.1 ml
HV Hypericum Perforatum ad	10 ml

Pour calmer inflammations, œdèmes et saignements, on pourra faire des bains de bouche avec les hydrolats aromatiques 3 fois par jour.

TM Calendula	15 ml
HA Cistus Ladaniferus CT Pinène	
HA Lavandula Vera	
HA Mentha Piperita	ana 100 ml

Dans les cas importants, il sera évident de drainer les émonctoires par un mélange de teinture mère telles

TM Arctium Lappa (Bardane)	
TM Cynara Scolymus (Artichaut)	
TM Taraxacum off. (Pissenlit)	
TM Rosmarinus off. (Romarin)	ana 25 ml

S/ 60 gouttes 3 x jour dans 1/2 verre d'eau.

Les éruptions dentaires sont aussi la cible des H.E. pour en atténuer les symptômes douloureux et faciliter l'éruption des dents de lait ou adultes.

Pour le bébé ou l'enfant, le mélange suivant sera appliqué sur la joue ou sur la gencive et répété au besoin :

HE Eugénia caryophyllus (clou de girofle)	0,2 ml
HE Lavandula Spica (Aspic)	0,5 ml
HE Hélichrysum italicum	0,5 ml
HV Hypericum Perforatum	ad 30 ml

Pour l'adulte, la synergie qui suit sera appliquée à l'état pur sur la joue et diluée à 6 % dans l'huile végétale de noisette ou de millepertuis sur la gencive et répété au besoin

HE Mentha Piperita	1 ml
HE Laurus Nobilis	1 ml
HE Eugenia Caryophyllus	0.5 ml
HE Lavandula Vera	2,5 ml

En complément, des bains de bouche répétés 3 fois par jour apporteront une action émolliente et antalgique intéressante.

HA Lavandula Vera	
HA Chamaemelum Nobile	
HA Tymus CT Thujanol	ana 100 ml

Le trismus sera traité de manière symptomatique par une synergie d'huiles essentielles fortement antalgiques, anti-inflammatoires et antispasmodiques

HE Citrus Aurantium ssp aur (feuilles)	
HE Hélichrysum Italicum	
HE Ocimum Basilicum (Basilic exotique)	
HE Laurus Nobilis	
HE Chamaemelum Nobile	ana 1 ml

S/quelques gouttes localement sur la joue et sur la tuméfaction 6 à 8 fois par jour.

En alternance avec les bains de bouche suivant :

HA Mentha Piperita	
HA Lavandula Spica	
HA Citrus Aurantium (fleurs) ana	100 ml

S/ 3 bains de bouche par jour.

La gangrène pulpaire ou granulome expansé = abcès.

Le traitement doit agir sur le plan local et général. Cela signifie une hygiène de vie et une diète alimentaire stricte.

Sur le plan local, il est nécessaire de désobstruer l'ensemble des canaux de la dent infectée et appliquer sur la gencive tout autour de la dent infectée la synergie suivante :

HE Eugenia Caryophyllus	1 ml
HE Rosmarinus CT Verbénone	1 ml
HE Melaleuca Alternifolia (Tea Tree)	2 ml
HE Laurus Nobilis	2 ml
HE Lavandula Spica	3 ml

Localement, sur la gencive et sur la joue quelques gouttes du mélange 6 à 8 fois par jour.

En alternance avec les bains de bouche suivant :

HA Mentha Piperita	
HA Thymus CT Thujanol	
Lavandula Vera ana	100ml

S/ 4 à 5 bains de bouche par jour.

REMARQUE IMPORTANTE POUR UNE EFFICACITE OPTIMALE :

Toutes les huiles essentielles citées dans les formules sont chémotypées c'est à dire de race biochimique connue et certifiée par une analyse chromatographique couplée à la spectrométrie de masse. Cette composition biochimique d'une huile essentielle est, en effet influencée par le biotope (soleil, sol, altitude, population végétale avoisinante...).