

L'AROMATHERAPIE.

INTRODUCTION :

Les plantes aromatiques sont utilisées depuis des millénaires à des fins thérapeutiques et c'est AVICENNE, un médecin Arabe, qui a mis au point la technique de distillation des huiles essentielles à la vapeur d'eau, aux environs de l'an 1000.

Le pharmacien R-M Gattefosse, curieux de leurs propriétés médicinales, tout particulièrement antiseptiques, a créé en 1928 le terme « AROMATHERAPIE ». Il désigne l'utilisation des huiles essentielles obtenues par distillation de plantes aromatiques pour traiter des pathologies et améliorer la santé en général.

Dès les années 50, sous l'impulsion du Dr LECLERC, puis du Dr J. VALNET et de leurs collaborateurs, des équipes de médecins, de pharmaciens et de chercheurs ont entrepris l'étude scientifique de l'aromathérapie. La variété et la synergie des principes actifs constituant les huiles essentielles en font des **remèdes très puissants**, dont certains sont toujours en cours d'étude et d'expérimentation dans de nombreux pays.

DEFINITION :

L'AROMATHERAPIE fait partie de la phytothérapie dont elle constitue la forme **la plus puissante** et avec laquelle elle est **complémentaire**. Administrée par voie externe, **l'aromathérapie** est également compatible avec **l'homéopathie**.

Environ cinquante familles végétales, soit 10% des végétaux supérieurs, contiennent des principes aromatiques : **les Essences**.

Elles sont produites par différents appareils sécréteurs que l'on peut rencontrer dans tous les organes végétaux. Une Huile Essentielle (HE) s'obtient **uniquement** par distillation à la vapeur d'eau des parties d'une plante qui contiennent de l'essence (principe volatil) qui est aussi entraînée.

Dans le cas des zestes d'agrumes (Rutacées) les principes volatils sont trop fragiles pour être distillés et on les extrait par expression à froid, obtenant des essences. Lorsqu'elles sont de qualité thérapeutique, elles sont assimilées aux HE.

Par refroidissement, la vapeur qui a entraîné l'HE se condense et prend le nom d'HYDROLAT AROMATIQUE (HA), solution dont on se sert pour traiter les yeux et les muqueuses. L'HE surnage généralement, ce qui permet sa séparation, et comme elle est fragile, il faut la conditionner dans des flacons en verre foncé et bien bouchés pour éviter l'action oxydative de la lumière et de l'air.

- La **qualité des HE** dépendra de :
 1. De la qualité des plantes récoltées.
 2. De la récolte :
 - Endroit protégé de la pollution.
 - Période végétative la plus adaptée.
 - Heure de la récolte dans la journée.
 3. De la qualité de la distillation :
 - Pression, température, durée en fonction de la plante.
 - Qualité de l'eau utilisée.
 - Matériaux de l'alambic : inox, cuivre, fer galvanisé.
 - Technique à feu nu ou à foyer séparé.

- Les HE sont des **mélanges complexes** (jusqu'à 300 composants) de molécules amphotères de faible poids moléculaire (≤ 500), ce qui leur confère un très grand pouvoir de pénétration. Elles sont identifiées par chromatographie en phase gazeuse couplée à la spectrométrie de masse. Ces molécules peuvent être groupées en une quinzaine de familles biochimiques principales qui possèdent chacune leurs propriétés propres et qui ensemble vont déterminer l'activité thérapeutique de l'HE. Mais c'est parfois une molécule présente en petite quantité qui va lui conférer sa spécificité.

- Pour déterminer une HE, il faut toujours spécifier les éléments suivants :
 1. Le nom LATIN exact de la plante :
Genre + espèce (+ sous-espèce : ssp)
p. ex. : Lavandula vera
Lavandula spica
 2. La partie utilisée = organe producteur (OP)
Citrus aurantium ssp aurantium OP feuilles : HE petit grain
Citrus aurantium ssp aurantium OP fleurs : HE Néroli
Citrus aurantium ssp aurantium OP zeste : HE orange amère
 3. Quand il y a diverses spécificités biochimiques, préciser le chémotype (CT)
exp : Rosmarinus officinalis CT 1-8 cinéol
Rosmarinus officinalis CT verbenone
 4. Définition du Chémotype :
Une plante aromatique fabrique des essences de compositions différentes en fonction du lieu de récolte ou d'origine, de la nature du sol et des conditions climatiques. Après distillation, ces huiles essentielles chémotypées présenteront des activités thérapeuthiques différentes et des toxicités variables. Exemple : les divers chémotypes de thym (CT thujanol, CT thynol, CT linalol, etc...).

- Les HE sont souvent chères car le rendement de leur distillation est faible et très variable. Ainsi pour obtenir 1kg d'HE, il faut distiller :
 - 3500 à 4000 Kilos de pétale de rose (= 1ha de rosiers).
 - 150 Kilos de sommités fleuries de lavande vraie.
 - 6 à 7 kilos de boutons floraux de clous de girofle.
 Il faut impérativement acheter des HE de première qualité, 100 % naturelles, pures et totales.

LE DANGER DES HUILES ESSENTIELLES ET LA REPONSE D'ALLOPHARM.BE

- Dans certaines circonstances, les HE mises au contact de la peau peuvent provoquer des réactions de quatre types. Ces réactions sont liées à la pureté des HE, à leur concentration, mais aussi à **l'individualité** de la réponse du patient aux HE tant du point de vue EFFICACITE que TOXICITE. Plus les HE sont pures, moins les réactions sont importantes.
 1. **HE Irritantes** : Ce sont principalement les HE qui contiennent des phénols (thym, sarriette, origan) des aldéhydes aromatiques (cannelle) et des monoterpènes aux propriétés révéulsives (résines de pins). Nous verrons que lorsque leur choix est indispensable on doit les diluer et leur ajouter de l'HE de *Lavandula hybrida clone super* et/ou les appliquer à la plante des pieds.

Dans la gamme d'Allopharm.be, seul le clou de girofle entrant dans la composition du Venophytol pourrait présenter des risques d'irritation mais il est utilisé **en très faible concentration** et est protégé par l'HE Melaleuca *Altrenifolia* et l'HE Melaleuca *Quinquenervia* 1.8 Cineole **qui neutralisent cet effet irritant**.

2. **HE Allergisantes** : Ce phénomène dépend bien sûr de la sensibilité individuelle, mais aussi de la pureté et de la concentration des HE utilisées. La plus grande prudence est à observer chez les enfants de moins de trois ans, chez qui le système immunitaire n'est pas encore établi. Chez les personnes présentant un passé allergique, il est prudent de réaliser un test par application d'un peu d'HE au creux du coude. Une absence de réaction dans la demie heure est un bon signe mais il faut savoir qu'il peut se passer parfois 24 H avant d'observer une réaction qui devra faire modifier le choix de la ou des HE.

Allopharm.be a sélectionné **des HE de toute première qualité** afin de minimiser au maximum les risques d'allergie. Néanmoins, ce phénomène dépendant de la sensibilité individuelle, il est conseillé aux sujets présentant un passé allergique de réaliser un test au pli du coude. Pour assurer un maximum de sécurité, Allopharm.be a réalisé **des tests de sensibilisation** pour Arthrophytol et Tendophytol qui se sont révélés négatifs ; ces tests ont été réalisés par les Laboratoires français BIO-HC selon la méthode Marzulli & Maibach.

Ces produits sont donc hypoallergéniques

3. HE Photosensibilisantes : toutes les essences de zeste des citrus (citron, hystrix, lime, mandarine, orange, pamplemousse) et les HE d'Ammi visnaga et d'Angelica archangelica peuvent provoquer cette réaction après exposition au soleil ou aux UVA et UVB (banc solaire). Il conviendra de faire appliquer les préparations qui contiennent ces dérivés soit le soir, soit à des endroits protégés par des vêtements efficaces. Autrement, il est conseillé de respecter un délai de 4 à 12 heures entre l'application et l'exposition, en fonction de la sensibilité de la personne.

Allopharm.be utilise l'essence de citron pour la préparation de produits tels que Arthrophytol, Tendophytol, Venophytol, Celluphytol en ayant été très exigeant quant à la sélection de cette essence. Aux concentrations utilisées, l'incorporation de Beurre de Karité a permis de **neutraliser un éventuel effet photosensibilisant**.

4. HE toxiques : Ce caractère varie avec la pureté et la concentration des HE, avec l'état de la personne (grossesse, bébé, petit enfant, personnes âgées) et le mode de traitement, aigu ou chronique. Il varie aussi avec le type de molécules contenues dans les HE : ainsi les cétones sont épiléptisantes, il faut utiliser avec la plus grande prudence des HE de Ruta gravéolens, de Thuya occidentales, de Salvia officinalis, de Mentha pulegium ou de Hyssopus officinalis. Les HE qui contiennent du saffrole (Sassafras albidium, cinnamomum camphora CT saffrole) sont des analgésiques musculaires percutanés puissants, mais sont cancérigènes en usage prolongé.

Allopharm.be utilise des HE contenant des Cétones **de faible toxicité** ou à des doses ne présentant **aucun danger** pour autant que l'on tienne compte des précautions mentionnées dans les notices (enfant en bas âge, femme enceinte ou en période d'allaitement).

5. Précautions d'emploi des préparations contenant des HE.

- Ne pas les mettre en contact avec les **yeux** ou les **muqueuses**.
- Ne pas appliquer ces préparations durant les **trois premiers mois de la grossesse**, sauf indication d'un aromathérapeute, et dans ce cas, ne jamais appliquer au niveau de la ceinture abdominale.
- De même, il ne faut pas les appliquer aux **femmes allaitantes**, sauf indication, et dans ce cas, jamais sur les seins.
- Sauf avis d'un aromathérapeute, ne pas les appliquer à des **bébés de moins de deux ans et demi**.
- Chez les personnes qui ont un **passé allergique**, faire pratiquer un **test de sensibilité** au niveau du pli du coude.
- Ne pas appliquer des préparations contenant des **HE photosensibilisantes** avant exposition au **soleil** ou au **banc solaire**.

La voie d'administration cutanée est la plus sûre car la peau est la frontière de notre organisme avec le monde extérieur, et elle a développé un ensemble de défenses physiques et chimiques. Les molécules d'origine végétale ne sont pas reconnues comme des « agresseurs ». De plus, les *HE* sont des complexes de molécules amphotères de faible poids moléculaire (≤ 500), ce qui leur confère un grand pouvoir de pénétration.

Allopharm.be, en entreprise responsable, sélectionne les HE avec une très grande rigueur. Les HE Chémotipées sont choisies avec Chromatographies couplées à la Spectrométrie de masse.

Ceci garantit une pureté à 100%, sans adultération, reconstitution chimique ou dénaturation. Nous n'utilisons que des HE d'efficacité confirmée et décrites dans la pharmacopée Européenne et dans la plupart des pharmacopées internationales.

En conclusion, les préparations « Allopharm » ont été élaborées avec grand soin à partir de principes actifs de toute première qualité, mis en œuvre dans de nouveaux excipients garantissant un maximum d'efficacité et de tolérance, même en traitement à long terme.

LES PRINCIPAUX COMPOSANTS AROMA RETENUS PAR ALLOPHARM.BE :

HE BETULA ALLEGHANIENSIS :

Le bouleau jaune ou bouleau doux croît dans les régions montagneuses du nord de l'Amérique. La distillation de son écorce donne une *HE* de composition **très semblable** à celle de *HE Gaultérie* dont elle complète l'action en présentant une **affinité avec les tendons**. Elle est **anti-inflammatoire et hépatostimulante**. On l'utilise contre les rhumatismes musculaires, la tendinite, l'arthrite, l'épicondylite et les crampes.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Tendophytol.

HE CINNAMONIUM CAMPHORA BOIS :

Le camphrier est un arbre à feuilles persistantes qui pousse en Asie tropicale. La distillation de son bois donne une *HE tonique stimulant général* et cardiorespiratoire à faible dose. C'est un remarquable **analgésique cutané**, un **antiseptique** et un **antirhumatismal**. Elle est très utilisée en cas de rhumatisme chronique, de douleurs rhumatismales et musculaires, de contusions et de névralgies.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Arthrophytol.

E¹ CITRUS LIMONIUM :

Cet arbre, originaire de l'Inde est cultivé dans le midi de l'Europe, en Californie et en Amérique du Sud. L'essence est obtenue, comme pour tous les agrumes, en exprimant à froid la partie externe du zeste des fruits. Ses propriétés sont nombreuses, antibactérienne et antiseptique, tonique digestive et dépurative. C'est pour ses propriétés vitaminiques P et fluidifiante sanguine qu'elle a été retenue. On l'utilise, entre autre, en cas de couperose, de phlébite, de stase veineuse ainsi que pour le **drainage lymphatique** et **contre l'obésité**. Elle soulage les fatigues digestives et pancréatiques.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Celluphytol.

HE CUPRESSUS SEMPERVIRENS :

Arbre originaire d'Asie du sud-ouest et de l'Est de la Méditerranée a de très petites feuilles vert foncé et porte des cônes mâles et femelles. La distillation des rameaux donne une *HE* anti-stress, mais surtout **décongestionnante veineuse, prostatique et lymphatique**, elle est **astringente, vasoconstrictrice** et hormone-like.

On l'utilise pour les hémorroïdes, les varices, les varicosités ainsi que pour le drainage lymphatique.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Venophytol, Celluphytol.

¹ E : Essence

HE EUCALIPTUS CITRIODORA (CT CITRONNELLAL) :

Grand arbre des régions subtropicales aux feuilles étroites et pointues qui donnent par distillation une HE **anti-inflammatoire puissante**. Elle est **calmante, antifongique efficace**, et repousse les moustiques. Elle traite le tennis ou le golf-elbow, les arthrites, tendinites, les élongations musculaires.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Tendophytol.

HE EUGENIA CARYOPHYLLUS (bouton floral) :

Arbre à feuilles persistantes et des boutons floraux crème virant au rouge, originaire des Moluques, d'Indonésie et de Madagascar. Les boutons floraux ou clous de girofle ont l'odeur caractéristique de l'eugénol qui fait penser au dentiste.

L'HE est un antiseptique puissant, antifongique et antiviral, mais c'est surtout pour ses propriétés **antiradicalaire, immunostimulante et anesthésiante** qu'elle a été sélectionnée.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Venophytol

HE GAULTHERIA PROCUMBENS :

Plante originaire du Canada et d'Amérique du Nord, dotée de feuilles persistantes porte des baies rouges d'octobre à mars. Ses feuilles ont l'odeur caractéristique du **salicylate de méthyle** (98%) que l'on retrouve dans presque toutes les préparations pour sportifs. C'est un **anti-inflammatoire majeur**, un **antalgique** et un **vulnérable** (guérit les blessures). Elle est également **antispasmodique** et stimulant hépatocytaire.

Elle est indiquée dans les tendinites, l'arthrite, les rhumatismes, l'arthrose, les crampes, et les courbatures musculaires.

Elle a aussi une action positive contre l'artériosclérose, l'hypertension et la cellulite.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Arthrophytol, Tendophytol, Venophytol.

HE HELICHRYSUM ITALICUM (SSP SEROTINUM) :

Plante du sud-ouest de l'Europe qui pousse dans des sols sablonneux, secs, exposés au soleil. Les fleurs jaunes produisent par distillation une HE **rare et exceptionnelle** qui présente l'activité **antihématome** la plus puissante du règne végétal. Elle est aussi **antiplébitique, antispasmodique, astringente, et cicatrisante**. On l'utilise contre les varicosités, la couperose et les thromboses. Elle possède également des propriétés stimulante hépatopancréatique, hypocholestérolémiant et antidépressive.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Venophytol.

HE JUNIPERUS COMMUNIS (SSP COMMUNIS) :

Arbre ou arbuste poussant dans les régions montagneuses et les landes de la Zone tempérée nord, il possède des feuilles persistantes très étroites, se terminant en aiguilles. Les cônes en forme de baies sont d'abord verts puis bleu-noir et recouverts de cire à maturité.

On distille les rameaux avec baies pour obtenir une HE aux propriétés expectorante, antiseptique, antirhumatismale, anti-inflammatoire, **antalgique et diurétique**. On l'utilise en cas de rhumatisme et de douleurs rhumatismales, d'arthrite, polyarthrite et névrite, de colites inflammatoires et spasmodiques. C'est pour ses propriétés antalgique, anti-inflammatoire et diurétique qu'elle a été sélectionnée.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Celluphytol.

HE LAURUS NOBILIS :

Arbre du bassin Méditerranéen à feuilles coriaces qui donnent par distillation une HE antibactérienne, antivirale et antifongique. Elle est également mucolytique et expectorante, mais c'est pour ses propriétés **antalgiques** et **antinévralgiques** qu'elle a été retenue. Elle améliore l'arthrite, les rhumatismes, la névrite et les névralgies, elle est un **antispasmodique puissant** agissant sur la **contracture musculaire**.

C'est également un régulateur du système nerveux sympathique et parasympathique.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Tendophytol, Relaxphytol.

HE LAVANDIN CLONE ABRIALIS : Plante issue d'un croisement entre la lavande vraie et la lavande aspic, elle est très productive. La distillation des sommités fleuries fournit une HE tonique, décontractante musculaire, spasmolytique et anti-inflammatoire remarquablement efficace contre les **douleurs musculaires et tendineuses**, les crampes et les foulures.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Relaxphytol.

HE LAVANDULA ANGUSTIFOLIA (SSP ANGUSTIFOLIA) :

Plante bien connue du bassin méditerranéen dont les sommités fleuries sont distillées pour obtenir une HE **antispasmodique puissante, sédative, décontractante musculaire**. Elle est également **anti-inflammatoire, antalgique** et **cicatrisante**. C'est aussi une plante équilibrante nerveuse efficace contre les crampes, les dermatoses infectieuses, les escarres, les ulcères variqueux et les brûlures.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Relaxphytol.

HE LAVANDULA LATIFOLIA (1-8 CINEOLE OU SPICA) :

Variété de grande lavande qui pousse sur les sols calcaires de faible altitude du sud de l'Europe. Les fleurs violet pâle sont disposées en épis lâches au sommet de longues tiges. La floraison et donc la cueillette sont plus tardives que pour la lavande vraie. L'HE obtenue par distillation des sommités fleuries, bien que d'odeur plus grossière, possède des propriétés antibactérienne, antivirale, immunostimulante, antifongique, analgésique et cicatrisante. C'est une HE remarquablement efficace en cas de brûlures sévères, de plaies atones, d'ulcères et d'escarres qui s'utilise aussi en cas de rhumatisme articulaire, de crampes et en cas d'asthénie nerveuse.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Celluphytol.

HE MELALEUCA ALTERNIFOLIA (TEA TREE):

Arbre au feuillage épineux poussant à l'état sauvage dans les zones marécageuses d'Australie. La distillation de ses feuilles donne une des HE les plus prisées pour ses activités variées et sa sécurité d'emploi.

Elle est antibactérienne, antivirale, antifongique, neurotonique et immunostimulante. Elle est associée au *Niaouli* car elle possède une **action régulatrice** sur l'œdème lymphatique, elle est **analgésique, décongestionnante veineuse** agissant sur les varices, les jambes lourdes et les hémorroïdes.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Venophytol.

HE MELALEUCA QUINQUENERVIA 1.8 CINEOLE (NIAOULI) :

Arbre originaire d'Australie et de Nouvelle Calédonie qui présente des feuilles persistantes très effilées et très parfumées dès qu'on les froisse. Leur distillation donne une HE aux propriétés antibactérienne, antifongique, antivirale et respiratoire. Elle a été sélectionnée pour son activité **immunostimulante et régénératrice des tissus blessés**. Elle est également **décongestionnante veineuse**, utilisée en cas de varices, de stases veineuses et d'hémorroïdes. C'est aussi un remarquable **préventif et curatif des brûlures par radiothérapie**, en association avec l'HE de *Tea Tree*, et utilisées **pures** dans cette indication.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Celluphytol, Venophytol.

HE MENTHA ARVENSIS :

Menthe des champs plus riche en menthol que la menthe poivrée. Son HE est **tonique et stimulante, analgésique, antiprurigineuse et rafraîchissante**. Anesthésique de faible durée d'action, elle apporte rapidement une sensation de bien-être. On l'utilise dans les troubles digestifs, mais elle a été sélectionnée ici pour son activité tonique et rafraîchissante, et surtout pour sa capacité de potentialiser les HE qui lui sont associées.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Venophytol.

HE OCIMUM BASILICUM (SSP BASILICUM) :

Herbe aromatique annuelle originaire d'Asie tropicale dont on distille les sommités fleuries pour obtenir une HE **antispasmodique puissante**, **anti-inflammatoire**, antalgique et décongestionnante veineuse. Elle est utilisée en cas de crampes, de **contractures musculaires** de spasmophilie mais aussi de rhumatisme et d'arthrite. C'est également un tonique digestif et hépatobiliaire.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Relaxphytol.

HE ROSMARINUS OFFICINALIS 1-8 CINEOLE :

Arbuste méditerranéen dont le chémotype 1-8 cinéole pousse principalement au Maroc et en Tunisie ; il possède des feuilles coriaces persistantes et enroulées sur elles-mêmes. Son HE est **antispasmodique musculaire** et **antalgique**. C'est aussi un stimulant des fonctions mentales, un expectorant, un fluidifiant des sécrétions bronchiques et biliaires. Elle est utilisée dans la fatigue chronique, les problèmes musculaires, les affections respiratoires et est complémentaire de l'action de cinnamomum camphora.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Arthrophytol, Tendophytol, Relaxphytol.

HE SALVIA OFFICINALIS :

Plante aromatique à feuilles persistantes texturées, gris vert qui donne une HE douée de propriétés œstrogène-like. Utilisée pour ces **propriétés cicatrisante** et **régulatrice circulatoire**, son **action est tonique et stimulante**. Elle est également lypolytique et anticellulite et régularise la sudation.

C'est un **antalgique reconnu**, efficace dans la polyarthrite rhumatoïde, les rhumatismes et elle s'associe avec la *gaulthéria*.

Allopharm.be utilise cette huile dans la préparation de : Arthrophytol, Celluphytol.