

Père François Zannini

L'aromathérapie au service de votre santé



Editions du Parvis
1648 Hauteville/Suisse

Introduction

L'**aromathérapie** est la science des essences de plantes et de leur action sur la prévention et la guérison des maladies. Cette thérapie est la science médicale qui utilise les arômes ou les essences de plantes, de fruits et de légumes pour soigner, guérir toute maladie infectieuse et chronique et remédier même à des désordres graves, qu'ils soient digestifs, sanguins, osseux ou endocriniens. L'aromathérapie emploie des essences naturelles et qui, selon le Dr Lautié et le Dr Valnet, sont des quintessences particulières de sèves végétales, sortes d'hormones à grande activité biologique.

Dans ce livre, nous aborderons quatre grands chapitres. Dans le premier chapitre, l'huile essentielle et ses **modalités spécifiques**, nous aborderons l'*efficacité* des essences, leur *conservation*, leur *solubilité*, leur *assimilation* et *emploi*. Le deuxième chapitre sera une **étude** des principales essences avec leur efficacité thérapeutique et les maladies qu'elles peuvent soigner. Le troisième chapitre nous ouvrira aux **bienfaits de l'aromathérapie** pour certains maux et le quatrième à l'**utilisation avisée** des huiles essentielles. Par sa concentration de plantes, il est certain que toute essence a des effets curatifs puissants et doit être manipulée avec **précaution** et la **sagesse** d'un médecin ou d'un praticien compétent dans le domaine.

Ce livre vous donne des conseils de soin, mais l'auteur dégage toute responsabilité pour une personne qui, désirant guérir plus vite, ne respecterait pas la posologie indiquée. La nature a ses bienfaits qu'elle répand dans la phytothérapie et l'aromathérapie, mais elle demande toujours la sagesse du temps pour guérir un corps malade, depuis des années parfois, et le remettre progressivement en état de guérison.

1. L'essence de plante et ses modalités spécifiques

Après la présentation de la nature d'une huile essentielle, nous allons voir comment se comporter avec une huile en découvrant son efficacité, son rôle physiologique, le danger des essences frelatées, le prix d'une essence, sa conservation, son assimilation et l'emploi interne et externe.

L'efficacité des essences

Il est certain qu'une essence ou une huile essentielle, lorsqu'elle provient de plante sauvage ou de culture biologique, donnera un produit de qualité et efficace. Il appartient donc à toute personne ou tout aromathérapeute de prendre ou de conseiller des essences de qualité, afin de s'assurer toutes les chances de guérison rapide sans aucun risque de nocivité.

Le rôle physiologique des essences

Les essences présentent 4 grandes vertus d'ordre général et polyvalent. Elles sont **antiseptiques, solvantes, émonctorielles et revitalisantes**.

- Elles sont **antiseptiques**, c'est-à-dire microbicides ou destructrices de microbes et de virus pathogènes qui menacent les organismes vivants de notre organisme. Elles sont par endroit supérieures aux antibiotiques chimiques classiques auxquels le corps s'habitue, parce qu'elles ont une action *bactériolytique* (qui produit la dissolution des microbes) et pas simplement *bactériostatique* (qui produit l'arrêt de la prolifération microbienne).
- Elles sont **solvantes**. Elles lysent ou détruisent les colles (mucosités visqueuses) et les cristaux (noyaux durs) issus des métabolismes et engendrés par des excès carnés (viande et charcuterie), des excès de pain et de sucrerie à base de farine blanche, causes profondes de toutes les maladies pléthoriques. Elles saponifient les viscosités insolubles et disloquent les congrégations dures, leur permettant d'être entraînées par les plasmas circulants. Elles normalisent le terrain humoral.
- Elles sont **émonctorielles**: par leur action, elles activent les quatre émonctoires (la peau avec ses trois glandes, les reins, les poumons et les intestins avec le foie et la vésicule biliaire) et elles drainent les cellules en entraînant les déchets et résidus humoraux (du sang et de la lymphe) solubles et insolubles vers les émonctoires spécialisés: les **colles** (déchets visqueux présents dans les mucus du nez, des poumons, des sinus, les muqueuses vaginales) vers le foie, la vésicule biliaire et l'intestin ou encore vers les glandes sébacées; les **diverses muqueuses** et les **cristaux** (déchets solubles dans l'eau causés par le stress, les substances chimiques – pesticides, fongicides, médicaments, tabac et drogue – et par une alimentation trop riche en protéines, en glucides raffinés (sucreries, sodas, pâtisseries industrielles) vers les reins et la peau. Les essences de plantes contribuent donc en profondeur à toutes les guérisons. Ce qui est notoire. Elles sont aussi polyvalentes, ce qui signifie qu'elles n'agissent pas seulement localement, mais encore d'une manière générale, en ce sens qu'elles dissolvent et entraînent tous les déchets cellulaires et tous les résidus vers les émonctoires.
- Elles sont **revitalisantes**, c'est-à-dire vitalogènes. Ceci signifie que, par les bombardements ultimatiques ou encore par les effluves dégagées, elles pénètrent profondément dans les tissus et dans les cellules. Elles atteignent même les «petits moteurs atomiques» où elles règlent la vitesse des électrons (la chaleur cellulaire), reconstituent les carences des orbites périphériques (négativation), nettoient les charges excédentaires (galvanisme) et régularisent la valse des électrons autour du noyau (magnétisme). Elles assurent une meilleure répartition des énergies intra-atomiques au cœur de la cellule humaine. C'est pourquoi on dira que les huiles essentielles sont cytophylactiques, c'est-à-dire protectrices des cellules.

- Concernant la **bio-électrométrie** mise au point par Louis Claude Vincent, on a pu mesurer les trois valeurs du terrain organique que sont l'**acido-alcalinité**, l'**oxydo-réduction** et la **conducto-résistivité**. Ces trois mesures reflètent la santé des humeurs dans l'organisme.

L'acido-alcalinité permet de bien discerner l'équilibre acidobasique de l'organisme.

L'oxydo-réduction permet de connaître l'aptitude des tissus à fixer ou à rejeter l'oxygène.

La conducto-résistivité permet de savoir si les électrolytes ou les minéraux sont en nombre suffisant ou non pour favoriser le passage normal des courants électromagnétiques circulant dans l'organisme.

Louis Claude Vincent a analysé des composés humoraux (sang, salive, lymphe, urine) et il a montré leurs caractéristiques bio-électromagnétiques sur graphique au regard des maladies ou états de santé.

Les essences de plantes étudiées par la méthode de cet ingénieur se sont montrées excellentes pour la santé. Avaler 2 gouttes sur un sucre de canne ou se frictionner avec quelques gouttes améliore considérablement le graphique et entraîne souvent, après quelques jours de traitement, de nettes améliorations.

Les dangers des mauvaises essences

Il est vrai que la demande croissante d'huiles essentielles bon marché pour parfumer les pièces des maisons a contribué à la mise en vente d'huiles essentielles de qualité médiocre. De nombreuses essences aromatiques en vente dans les commerces sont additionnées d'huiles grasses, de solvants, de composants synthétiques. Ces huiles essentielles ont subi des mélanges et sont vendues comme de pures essences ne répondant pas aux critères de pureté et de qualité exigés en aromathérapie. Les huiles synthétiques contenant des composants synthétiques devraient être systématiquement écartées car elles contiennent dans leur composition, des produits inconnus pouvant créer des allergies ou affaiblir le système immunitaire. De plus, elles sont inefficaces parce que **l'énergie naturelle leur manque**. Il est donc difficile d'en attendre un résultat curatif probant et dépourvu de toute nocivité. C'est pourquoi, il est important de prendre des essences biologiques avec le label bio, c'est-à-dire **AB** et le contrôle d'Ecocert ou d'autres organismes assurant la qualité du produit d'une manière irréprochable.

Parmi les critères révélant qu'une huile essentielle est de qualité optimale, nous avons:

- **La dénomination botanique** exacte: toute huile essentielle doit porter le nom latin de l'espèce de plante utilisée, exemple: *Melissa officinalis* (mélisse), *Citrus limonum* (citron), *Rosa damascena* (Rose de Damas), etc.
- **Le mode de culture** certifiant que la plante provient de l'état sauvage ou de la culture biologique et qu'elle n'a subi aucun traitement chimique (pesticide, fongicide). D'autres plantes telles que l'ylang-ylang ou la cannelle, provenant de pays en voie de

développement, sont cultivées de manière biologique, parce que l'emploi d'insecticides est inutile ou que les producteurs n'ont pas les moyens d'en acheter, parce que trop chers et que le label bio fait défaut pour des raisons administratives ou financières. Les plantes sauvages fournissent des huiles essentielles de qualité optimale parce que, d'une part, elles savent se défendre seules dans leur environnement et, d'autre part, leur milieu est sauvage, donc non pollué par des produits chimiques. Le danger pour les plantes sauvages est le risque de leur disparition. En effet, la cueillette doit se faire sur une grande étendue vu la quantité nécessaire à la fabrication de l'essence aromatique.

- **La partie de la plante distillée** devrait être mentionnée car, selon la partie distillée, les huiles essentielles sont de compositions différentes. Ceci vaut pour la cannelle par exemple, dont la composition chimique varie selon que l'on distille l'écorce ou les feuilles. Ces précisions devraient figurer sur le produit.
- **La provenance** devrait être mentionnée car chaque pays diffère par une culture ancestrale et un savoir-faire transmis de génération en génération. Les agrumes d'Italie, la lavande du sud de la France, la cannelle du Sri Lanka (de Ceylan), la vanille et l'ylang-ylang de Madagascar, l'arbre à thé (tea tree) d'Australie, etc.
- **Un numéro de lot** doit figurer sur le produit permettant de suivre la traçabilité du produit, du producteur jusqu'au consommateur.
- **La date d'expiration** est indispensable pour les essences aromatiques contenant de fortes teneurs en monoterpènes, par exemple les agrumes et les conifères. Les monoterpènes sont des molécules s'oxydant assez rapidement, altérant l'odeur et les propriétés de l'huile essentielle. Ces huiles-là ne se conservent pas plus de trois ans; d'autres se conservent parfaitement plus de cinq ans en gardant toutes leurs qualités thérapeutiques (menthe, lavande, citron, etc.). La durée de conservation dépend en fait des conditions de stockage. Les huiles doivent être à l'abri de la lumière et à une température constante. La couleur du flacon sera brune, bleue ou violette pour résister à la lumière.
- **Le contrôle par chromatographie en phase gazeuse** est un type d'analyse permettant de définir le pourcentage de chaque famille biochimique présente dans une huile essentielle et de contrôler sa qualité.

Le prix d'une essence

Cette médication coûte de 6 à 15 € le flacon de 10 à 15 ml parce qu'elle exige souvent de grandes quantités de plantes pour la fabrication d'un petit flacon d'essence. Le Dr Valnet cite qu'en quantités moyennes, il faut 100 kg de plantes pour faire 300 à 400 g d'essence d'absinthe; 100 kg d'eucalyptus pour avoir 3 kg d'essence; 100 kg de baies de genièvre pour 500 g à 1,2 kg d'essence; 100 kg de lavande pour 2,9 kg d'essence; 100 kg de sauge pour 1,4 à 1,7 kg d'essence et 100 kg de thym pour 200 g d'essence.

On comprend que de nombreuses huiles soient alors falsifiées par de l'alcool, des esters synthétiques, des savons d'origine animale et de la gélatine. De telles huiles sont bon marché et accessibles à tous, mais personne ne vous garantira la santé avec de tels produits, mais plutôt une aggravation du mal si vous les utilisez.

La conservation

Une essence se conserve bien à l'abri de la lumière, dans un endroit frais (entre 5° et 15°) et cela pendant des décennies si le flacon est bien bouché. Mais il faut savoir qu'une essence qui est trop exposée à la lumière et à la chaleur peut perdre jusqu'à la moitié de son efficacité.

La solubilité – L'assimilation – L'emploi

La solubilité

Les essences sont des produits assez visqueux, moins denses que l'eau, transparentes ou peu colorées. Elles sont très peu solubles dans l'eau, plus solubles dans l'alcool éthylique, dans l'éther, les huiles et les graisses végétales et animales.

L'assimilation

Elles sont très vite assimilées par le tube digestif selon le Dr Valnet. L'essence de térébenthine est absorbée en 20 minutes, l'essence de thym entre 20 et 40 minutes, l'essence de citron et d'anis en 40 et 60 minutes, l'essence de citronnelle, de pin, de lavande et de cannelle, de géranium en 60 et 70 minutes, l'essence de menthe et de coriandre en 1 h 40 environ.

L'emploi

Comment prendre une essence? Selon leur pouvoir de solubilité, beaucoup d'aromathérapeutes préconisent dans l'alcool éthylique à 80° et 90° pour ensuite être reversé en dilution dans de l'eau ou une infusion.

Certaines personnes prennent deux ou trois gouttes d'essence sur un morceau de sucre de canne roux et le laissent fondre sur la langue. Le sucre de canne roux comme le xylitol ou la stevia sont recommandables pour leur richesse en oligo-éléments, magnésium et phosphore et ils ne nuisent pas à la dentition, ni n'acidifient l'organisme. Ils permettent tous une bonne assimilation des essences. Une cuillerée à soupe de miel ou de sirop d'érable de bonne qualité est aussi excellente pour recevoir 3 gouttes d'essence. Après une bonne insalivation, le miel ou le sirop d'érable permettent une excellente assimilation de l'essence. Mais il est préférable de ne pas abuser du miel qui est un aliment sous-produit animal pouvant donner à long terme de l'arthrite ou de l'arthrose. Il est évident que prendre du sirop d'érable ou d'agave réclame pour le consommateur la

qualité biologique car il y a tant de contrefaçons dans la fabrication de ces sucres qu'il est préférable d'avoir cette garantie.

Les huiles vierges ou extra pures sont de bons solvants et quelques gouttes: 2 à 3 gouttes dans une cuillerée à soupe par voie buccale permettent également une bonne assimilation. Néanmoins, le goût de certaines essences mélangées à l'huile peut écœurer des personnes au foie sensible. Dans ce cas, il vaut mieux recourir au sucre ou à l'infusion sucrée.

Si on désire faire une friction, on préconisera l'**huile végétale neutre** biologique à 100% qui est composée d'huile de tournesol, de sésame et de macadamia à laquelle on ajoutera 5 à 6 gouttes de l'essence désirée. En effet, la pénétration épidermique est plus rapide avec l'aide de cette huile végétale neutre. A défaut de ce complexe d'huile végétale neutre, on utilisera de l'huile de tournesol ou de sésame biologique qui conviendra également. Mais pour les massages et soins du visage, l'huile de jojoba ou de rose musquée conviennent mieux. Les vinaïgres de pomme ou de raisin ne sont guère plus solvants que l'eau, mais sont plus efficaces en usage externe selon leur composition aromatique. La graisse végétale, associée à certaines essences, permet des onguents efficaces pour le traitement de la peau.

Les cérats à base d'huile et de cire, permettent de faire passer par l'épiderme des huiles essentielles aux propriétés curatives très rapides. En effet, les huiles et les cérats font pénétrer dans le corps, des essences qui atteignent rapidement les zones organiques lésées et entre 20 et 60 minutes, ces essences se répandent dans tout l'organisme, soignant, purifiant et cicatrisant, sans pour autant intoxiquer et surcharger l'organisme de produits chimiques malsains et encombrants.

Les essences sont peu solubles dans l'eau (à peine 3% des essences). Mais les eaux minérales de Katel roc, Volvic, la Rosée de la reine, Montcalm, qui sont peu médicamenteuses ou minéralisées et à haute résistivité électrique, acceptent plus facilement les essences. Néanmoins évitez les eaux fluorées, chlorées et javellisées peu propices à l'aromathérapie, car détruisant l'activité thérapeutique des hormones naturelles des essences.

Les essences déterpenées sont des huiles essentielles dépourvues de leurs terpènes ou sesquiterpènes afin d'augmenter leur solubilité dans des solutions à bas degré d'alcool. Certains naturopathes critiquent la prise des essences autres que celles diluées dans l'alcool à 90°, parce que, selon eux, il y a une mauvaise assimilation et un risque d'ulcère à l'estomac, car l'essence peut irriter les parois de l'œsophage et de l'estomac. Certes, les risques existent si la personne a un tube digestif déjà fragilisé par des thérapeutiques chimiques.

Si l'insalivation est bien faite et si la quantité d'essence est respectée, il n'y a aucun danger. Cependant il ne faut jamais oublier que toute essence est la concentration très importante d'une plante, d'un fruit ou d'un légume et si 100 kg servent à faire 200 g à 500 g voire 1 kg d'essence, **il ne faut jamais exagérer** sur la prise et **respecter** la posologie prescrite.

PAR VOIE ORALE: NE JAMAIS DÉPASSER 2 à 4 GOUTTES 3 fois par jour pour les adultes.

PAR VOIE CUTANÉE: NE JAMAIS DÉPASSER 5 à 6 GOUTTES ajoutées à une huile végétale ou à un cérat.

L'essence peut être ingérée, prise sous friction ou encore dans un bain. Il est certain que pour un bain, on peut aller jusqu'à une dizaine de gouttes, mais n'oublions pas qu'un flacon contient 15 ml en général et qu'une cuillère à café fait 5 ml, une cuillère à dessert 10 ml et une cuillère à soupe 15 ml. Sachons donc éviter un excès d'essence car tout excès peut brûler les parois du tube digestif et l'épiderme. Ces brûlures internes et externes ne sont pas sans conséquences sur la santé de la personne: ulcère de l'œsophage ou de l'estomac, hémorragie interne avec brûlures des capillaires et création parfois d'un déséquilibre du PH sanguin par overdose de thym, de lavande ou de citron, etc. On a vu aussi des acidoses apparaître, dues à des excès d'huiles essentielles.

Les huiles végétales et les cérats permettent de faire pénétrer dans le corps par une voie autre que l'orale, l'intraveineuse, l'intramusculaire, des huiles essentielles qui atteignent rapidement les zones organiques lésées et ensuite se répandent dans tout l'organisme afin d'animer les tissus de ces hormones végétales, les épurer, les délivrer de bien des toxines et d'en favoriser le chimisme défensif sans jamais intoxiquer les tissus comme le font les médicaments chimiques et synthétiques. Telle est la grande différence existant entre l'aromathérapie réparatrice et certains médicaments chimiques aux nombreux effets secondaires dévastateurs de l'organisme.

Dilution

Voici deux petits tableaux explicatifs pour vous aider à calculer les quantités lors de préparations diluées d'huiles essentielles. Dans ces tableaux vous trouverez les quantités d'huiles essentielles en ml ou en gouttes.

Pour un flacon de 50 ml

Dilution %	Quantité d'huile végétale ou de Solubol (ml)	Quantité d'huile essentielle (ml)	Quantité d'huile essentielle (gouttes)
3	48.50	1.50	30
5	47.50	2.50	50
7	46.50	3.50	70
10	45.00	5.00	100
15	42.50	7.50	150
20	40.00	10.00	200

Pour un flacon de 100 ml

Dilution %	Quantité d'huile végétale ou de Solubol (ml)	Quantité d'huile essentielle (ml)	Quantité d'huile essentielle (gouttes)
3	97.00	3.00	60
5	95.00	5.00	100
7	93.00	7.00	140
10	90.00	10.00	200
15	85.00	15.00	300
20	80.00	20.00	400

2. Les principales huiles essentielles curatives



L'ail

Allium sativum



Il est de la famille des liliacées, provient du bassin méditerranéen et s'obtient par distillation à la vapeur d'eau des gousses fraîches. Il est constitué d'oxyde de disulfure d'allyle, de glucoside sulfuré et de quelques antibiotiques naturels.

Propriétés

L'ail est hypotenseur, antiseptique intestinal et pulmonaire, antiseptique cellulaire, expectorant, antidiabétique, révulsif, tonique, vermifuge et coricide.

Efficacité

Elle se démontre dans les affections pulmonaires et circulatoires, l'hypertension, les parasites intestinaux, les infections intestinales, les maladies vénériennes, la lutte contre le tabagisme, les rhumatismes, les entorses, les foulures, les maladies infectieuses, les piqûres d'insectes et la destruction des graisses (obésité). Il active la cicatrisation des tissus et combat l'hyperglycémie.

POSOLOGIE

Par voie orale

2 gouttes 2 à 3 fois par jour dans du sirop d'érable ou d'agave, du lait d'amande chaud ou sur un sucre de canne.

Par voie externe

En friction ou en onguent 2 à 4 gouttes dans de l'huile végétale neutre (voir page 8).

L'aneth

Anethum graveolens

Il est de la famille des ombellifères; on le trouve en Europe, en Afrique du Nord, au Moyen-Orient. L'essence s'obtient par distillation à la vapeur d'eau des fruits ou des graines. Elle est constituée principalement de carvone et de limonène.



Propriétés

L'aneth est stomachique, carminatif, antispasmodique, diurétique, anti-inflammatoire, vermifuge et antiseptique.

Efficacité

Elle se démontre dans les maladies pulmonaires, le rhume de cerveau, la stimulation du tube digestif, la dyspepsie, les vomissements nerveux, les flatulences et le mal de gencives. Il favorise l'arrêt du hoquet et aide à la lactation des futures mères.

POSOLOGIE

Par voie orale

1 à 3 gouttes 2 à 3 fois par jour dans du sirop d'érable ou d'agave, du lait d'amande chaud ou sur un sucre de canne.

Par voie externe

L'aneth dilué dans de l'huile végétale neutre soigne les ecchymoses ou les blessures. Il désengorge aussi les seins. 2 gouttes pour se rincer la bouche désinfecte et purifie les gencives.

On l'utilise encore comme aromate culinaire et dans la préparation de liqueurs.

A

Abcès chaud 88

Abcès du poumon 37

Abcès froid 88

Abietacée 35

Accouchement 88, 119

Acide urique 40, 70, 78, 88, 115

Acido-alcalinité 5

Acné 30, 47, 64, 77, 88

Acorus calamus voir **Calamus**

Adénite 89

Adipose 89

Aérophagie 14, 27, 32, 33, 38, 51, 89

Affaiblis 89

Affection auto-immune 30

Affection biliaire 26, 31, 45, 69, 95, 96

Affection buccale 17, 69, 77, 80, 93, 102, 114, 117

Affection cardiovasculaire 19, 25, 48, 58, 62, 63, 65, 68, 85, 92, 109, 129, 140

Affection cutanée voir **Dermatose**

Affection de la circulation sanguine 12, 25, 30, 31, 34, 49, 52, 65, 69, 70, 78, 82, 129, 144

Affection de la gorge 17, 21, 61, 71, 81, 91, 108, 115, 145

Affection de la rate 99

Affection du cuir chevelu 20, 129, 140

Affection du système lymphatique 26, 35, 121, 136

Affection génitale 28, 39, 48, 57, 60, 67, 68, 69, 72, 73, 75, 77, 80, 81, 82, 95, 111, 117, 120, 131

Affection hépatique 20, 26, 31, 45, 61, 69, 70, 81, 99, 112, 118

Affection intestinale 12, 17, 18, 21, 26, 30, 31, 33, 50, 55, 71, 74, 78, 80, 82, 85, 97, 99, 108, 111, 119, 120, 123

Affection pancréatique 45

Affection pulmonaire 12, 13, 16, 20, 21, 23, 25, 26, 28, 30, 31, 34, 35, 37, 38, 40, 43, 44, 46, 52, 56, 59, 67, 69, 76, 78, 80, 82, 90, 94, 96, 100, 113, 130, 137, 141, 142

Affection rénale 27, 29, 39, 59, 78, 80, 124

Affection respiratoire 13, 21, 35, 48, 52, 56, 57, 59, 60, 61, 66, 67, 69, 70, 76, 78, 81, 82, 100, 137

Affection urinaire 21, 27, 34, 38, 39, 40, 48, 57, 59, 60, 66, 72, 75, 78, 79, 80, 82, 101, 108, 119, 126, 145

Aigreurs d'estomac 90

Ail 12, 88, 89, 91, 93, 94, 96, 97, 98, 100, 106, 107, 108, 110, 111, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 120, 122, 123, 129, 131, 134, 137, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 146

Albuminurie 90

Allaitement 90 voir **Galactagogue**

Allergie 24, 52, 84

Allium cepa voir **Oignon**

Allium sativum voir **Ail**

Alopécie 90

Aménorrhée 91

Amibes voir Parasites intestinaux
Amincissement 12, 14, 31, 40, 67, 126
Amnésie 69
Ampoule 91
Amygdalite 91
Analgésique 26, 45, 48, 54, 68
Anémie 26, 31, 37, 91
Anesthésique 43
Aneth 13
Anethum graveolens voir Aneth
Angine 61, 71, 92
Angine de poitrine 92
Angoisse 54, 67
Anis vert 14, 89, 92, 93, 94, 98, 104, 109, 112, 117, 120, 121, 123, 124, 127, 138, 141, 145
Annonacée 85
Anorexie 32, 92
Antalgique 23, 32, 41, 42, 47, 52, 54
Anthemis nobilis voir Camomille romaine ou noble
Anti-agglutinant 79
Anti-allergique voir Allergie
Anti-anémique voir Anémie
Anti-asthénique voir Asthénie
Antidiabétique voir Diabète
Antidouleur 67
Anti-infectieux 44, 67, 77, 82, 83, 84
Anti-inflammatoire 13, 24, 35, 45, 64, 77

Antinévralgique 21, 23, 43
Antioxydant 39
Antiputride 26, 57, 74, 84
Antirhumatismal voir Rhumatismes
Antiride 26, 28, 30, 62, 71, 134
Antiscorbutique voir Scorbut
Antiseptique 4, 12, 13, 14, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 25, 31, 33, 37, 40, 41, 42, 43, 46, 47, 48, 49, 50, 52, 54, 55, 56, 59, 60, 63, 64, 66, 69, 73, 74, 79, 80, 82, 83, 84, 85, 92
Antispasmodique 13, 14, 15, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 25, 34, 35, 45, 46, 48, 51, 52, 53, 54, 56, 58, 62, 65, 67, 74, 76
Antisudoral 73
Antisiphilitique 39
Antitoxique 58, 61
Antivénéreux 48
Antiviral 30, 67, 81
Anurie 27
Anxiété 52, 92
Apéritif 14, 15, 16, 22, 26, 27, 32, 33, 38
Aphonie 93
Aphrodisiaque 28, 29, 74
Aphte 93
Apium graveolens voir Céleri
Appendicite 33
Appétit voir Inappétence
Aracée 22
Arbre à thé voir Tea tree
Argile 93

Armoise 15
Arrêt de la montée de lait 73
Artemisia dracunculus voir Estragon
Artemisia vulgaris voir Armoise
Artériosclérose 31, 70, 93
Arthrite 26, 30, 36, 45, 94
Arthritiques 89
Arthritisme voir Arthrite
voir aussi Goutte et Rhumatismes
Arthrose 35
Articulation douloureuse 19, 35
Ascaris voir Parasites intestinaux
Ascite 94
Assimilation 7
Astéracée 45
Asthénie 17, 18, 25, 37, 41, 50, 55, 60, 69, 74, 75, 76, 77, 82, 94
Asthme 28, 37, 46, 56, 69, 76, 78, 80, 82, 94
Astringent 71
Astringent 30, 31, 41, 63
Atonie digestive 23, 27, 38, 49, 80, 95
Azotémie 19, 60, 95

B

Bactéricide 14, 31, 32, 33, 41, 43, 48, 50, 51, 57, 62, 63, 64, 81, 84
Badiane 16
Baie de genévrier voir Genièvre

Bain 40, 42, 46, 66, 68, 78, 80, 82, 85
Ballonnement 123
Balsamique 37, 56, 57, 66, 78
Basilic 17, 94, 100, 109, 119, 120, 122, 124, 128, 129, 133, 139
Béchique 44, 68
Bergamote 18, 98, 119
Bétulacée 19
Betula lenta voir Bouleau
Bigaradier voir Petit grain bigarade
Bile 95
Bio-électrométrie 5
Blennorragie 28, 72, 95, 115
Blépharite 95
Blessure voir Cicatrisation
Bois de gaïac voir Gaïac
Bois de santal voir Santal
Boswellia carteri voir Oliban
Bouleau 19
Bronchite 35, 37, 44, 46, 52, 56, 59, 69, 76, 78, 82, 96, 137
Brûlure 30, 41, 47, 59, 96
Burséracée 56, 61

C

Cachexie 29
Cade 20
Cajeput 21, 88, 96, 101, 103, 106, 108, 109, 126, 134, 142, 143

- Calamus** 22
- Calcul biliaire** 19, 31, 40, 55, 96
- Calcul rénal** 20, 26, 27, 38, 39, 40, 49
- Calmant** 40
- Camomille allemande** *voir* **Camomille sauvage**
- Camomille matricaire** *voir* **Camomille sauvage**
- Camomille noble** *voir* **Camomille romaine**
- Camomille romaine** 23, 92, 93, 94, 95, 99, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 110, 113, 114, 115, 116, 119, 120, 122, 123, 124, 125, 127, 128, 131, 132, 133, 135, 138, 139, 143, 144, 145
- Camomille sauvage** 24, 91, 92, 96, 99, 102, 103, 110, 111, 115, 116, 122, 123, 124, 126, 133
- Camomille vraie** *voir* **Camomille sauvage**
- Cananga odorata** *voir* **Ylang-ylang**
- Cancérose** 97
- Candidose** 69, 77, 80
- Cannelle de Ceylan** 25, 93, 94, 100, 106, 108, 112, 113, 115, 116, 119, 121, 123, 137, 138, 139, 141, 145
- Cannelle écorce** *voir* **Cannelle de Ceylan**
- Carminatif** 13, 14, 16, 25, 26, 27, 29, 31, 32, 33, 36, 42, 43, 46, 49, 52, 54, 55, 74
- Carotte** 26, 96, 98, 104, 110, 112, 126
- Carum carvi** *voir* **Carvi**
- Carvi** 27, 89, 90, 92, 93, 95, 104, 109, 110, 120, 121, 123, 132, 145
- Catarrhe** 46, 57
- Cèdre de l'Atlas** 28, 97, 124
- Cedrus atlantica** *voir* **Cèdre de l'Atlas**
- Céleri** 29
- Cellulite** 40, 97
- Cerfeuil** 120
- Chamaemelum nobile** *voir* **Camomille romaine**
- Cheveux** 20, 28, 70, 85, 90, 112, 129
- Cholagogue** 15, 23, 48, 51, 68, 69
- Cholestérol** 45
- Chromatographie en phase gazeuse** 6
- Chute des cheveux** 28, 85, 90
- Cicatrisation** 12, 13, 14, 17, 20, 21, 23, 24, 25, 28, 30, 40, 41, 43, 45, 47, 48, 56, 61, 64, 66, 68, 73, 74, 80, 84, 85, 129, 136
- Cinnamomum camphora cineoliferum** *voir* **Ravintsara**
- Cinnamomum zeylanicum** *voir* **Cannelle de Ceylan**
- Cirrhose** 81
- Cistacée** 30
- Ciste** 30
- Cistus ladaniferus** *voir* **Ciste**
- Citron** 31, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 98, 99, 101, 102, 104, 106, 107, 108, 111, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 121, 122, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146
- Citrus aurantium** *voir* **Orange**
voir **Petit grain bigarade**
- Citrus bigaradia** *voir* **Néroli**

Citrus limetta voir Bergamote
voir Limette

Citrus limonum voir Citron

Citrus nobilis voir Mandarine

Citrus sinensis voir Petit grain bigarade

Clou de girofle voir Girofle

Cœur 19, 25, 33, 48, 50, 58, 62, 63, 65, 69, 85, 92, 140

Colibacillose 27, 37, 40, 72, 78, 97

Coliques 18, 62

Coliques hépatiques voir Calcul biliaire

Coliques intestinales 98

Coliques néphrétiques voir Calcul rénal

Colite 33

Commiphora myrrha voir Myrrhe

Composée 23, 24, 36

Composées 15

Conducto-résistivité 5

Condylome 81

Congestion cérébrale 98

Congestion de la rate 99

Congestion hépatique 99

Congestion pelvienne 34

Conifère 20, 28, 34, 35, 66, 78, 79

Conjonctivite 99

Conservation 7

Constipation 33, 36, 99

Contraction de l'utérus 55

Contusion 14, 45, 99

Convalescence 100

Coqueluche 59, 82, 100

Coriandre 32, 93, 98, 106, 107

Coriandrum sativum voir Coriandre

Coricide 12

Coryza voir Rhume

Couperose 101

Courbatures voir Douleur musculaire

Crampe musculaire voir Douleur musculaire

Crevasse 30, 47, 64, 101

Crise convulsive 100

Cumin 33, 132

Cuminum cyminum voir Cumin

Cupressacée 40

Cymbopogon citratus voir Lemongrass

Cymbopogon flexuosus voir Lemongrass

Cyprès 34, 90, 93, 97, 100, 105, 108, 115, 116, 117, 123, 126, 127, 129, 132, 134, 137, 138, 141, 142, 145

Cystite 27, 59, 72, 79, 101

D

Dartre 19, 102

Date d'expiration 6

Daucus carota voir Carotte

Décongestionnant 25, 34, 35, 44, 68, 69, 70, 78

Défoculant voir Anti-agglutinant

Déminéralisation 102
Dénomination botanique 5
Dents 20, 43, 54, 77, 102
Dépression 45, 54, 67, 70, 81, 103
Déprime 81, 103
Dépuratif 19, 22, 26, 27, 31, 40, 42, 49, 58, 65
Dermatose 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 28, 30, 40, 41, 46, 47, 49, 54, 56, 59, 63, 64, 67, 71, 73, 75, 77, 79, 80, 82, 84, 95, 101, 102, 103, 106, 109, 113, 128, 131, 144, 146
Dermocaustique 31
Désaltérant 31
Déséquilibré glandulaire 60
Désinfectant 17, 28, 56, 61, 63, 103
Désintoxiquant 79
Destruction des graisses 12, 14, 31, 68
Diabète 12, 32, 37, 40, 41, 104
Diarrhée 43, 48, 55, 58, 68, 71, 77, 104
Digestif *voir* Digestion difficile
Digestion difficile 18, 24, 25, 27, 28, 32, 33, 36, 38, 42, 44, 46, 49, 50, 51, 53, 54, 55, 63, 65, 68, 74, 83, 104
Diurétique 13, 14, 19, 22, 26, 27, 29, 33, 34, 36, 38, 39, 40, 46, 47, 48, 49, 60, 66, 68, 72, 73, 75, 76, 79, 80, 105
Douleur lombaire 105
Douleur musculaire 25, 68, 101
Drainant 70, 72, 75
Duodénum 36, 53
Dyspnée 106

Dysenterie 105
Dysménorrhée *voir* Règles difficiles
Dyspepsie 13, 14, 16, 17, 22, 25, 27, 31, 38, 44, 45, 46, 73, 76, 106
Dystonie neurovégétative 30, 49

E

Eau potable 106
Echymose 13, 47, 54, 99
Ecoert 5
Ecoulement nasal *voir* Rhume
Eczéma 19, 28, 40, 41, 64, 84, 106
Élimination de l'acide urique *voir* Acide urique
Élimination des toxines 40, 70
Embarras gastrique 107
Emménagogue 15, 17, 23, 24, 27, 36, 40, 54, 55, 68, 73, 107
Emonctoriel 4, 79
Emphysème 37, 107
Encens *voir* Oliban
Energisant 35, 67
Engelure 29, 108
Engorgement 47, 70, 136
Enrouement 108
Entérite 108
Entérocolite 41
Entorse 12, 45, 108
Entretien de la peau 31

Enurésie 34, 108
Epilepsie 109
Epinette noire 35
Epistaxis *voir* Saignement de nez
Équilibre hormonal *voir* Hormones
Équilibre sympathique 18, 50
Érétisme cardiovasculaire 109
Eruption cutanée 19, 109
Erysipèle 109
Erythème 47
Escherichia coli *Voir* Colibacillose
Estomac *voir* Stomachique
Estragon 36, 97, 142
Eucalyptus citronné 129
Eucalyptus globulus 37, 95, 96, 100, 130, 141
Eucalyptus radiata 91, 92, 93, 94, 96, 97,
101, 103, 107, 108, 111, 113, 116, 119, 120,
121, 122, 124, 125, 126, 127, 129, 130, 131,
132, 133, 134, 135, 137, 142, 143, 146
Eugenia caryophyllata *voir* Girofle
Excès d'acide lactique 70
Excitabilité cérébro-spinale 48
Expectorant 12, 16, 38, 40, 44, 46, 52, 56,
69, 76

F

Faiblesse d'estomac 22, 110
Fatigue 32, 35, 67, 69, 71, 77, 81
Fatigue générale 17

Fébrifuge *voir* Fièvre
Fébrilité 32, 52
Fenouil 38, 90
Fermentation 43, 60, 80, 110
Fermentation gastrique 43
Fièvre 19, 23, 31, 32, 37, 42, 62, 64, 65, 110,
119, 143
Fièvre typhoïde 111
Fistule anale 111
Flatulence 13, 16, 17, 18, 22, 23, 24, 25, 27,
32, 42, 43, 44, 46, 50, 54, 55, 76, 83, 111, 123
Fleur d'orange *voir* Néroli
Fluidifiant des sécrétions 44, 56, 59
Foeniculum vulgare *voir* Fenouil
Foie *voir* Affection hépatique
voir Tonique hépatique
Fongicide 77
Fortifiant 68
Foulore 12, 112
Fragilité capillaire *voir* Cheveux
Frigidité 29, 68, 112
Furoncle 19, 112
Furonculose 112

G

Gaïac 39
Gaïacum officinale *voir* Gaïac
Galactagogue 13, 14, 33, 38
Gale 20, 49, 113

Gangrène pulmonaire 113
Gargarisme 17, 22, 31, 38, 42, 50
Gastralgie 14, 51
Gastrite 113
Gelure 114
Gencive 13, 38, 102, 114
Genêt à balai 137
Genévrier voir **Genièvre**
Genièvre 40, 88, 89, 90, 95, 96, 97, 99, 101, 104, 105, 106, 107, 109, 110, 111, 112, 115, 116, 117, 119, 121, 123, 124, 126, 128, 130, 132, 134, 137, 138, 144
Géraniacée 41
Géranium Robert voir **Géranium rosat**
Géranium rosat 41, 97, 98, 102, 104, 108, 114, 116, 117, 118, 123, 124, 127, 129, 134, 136, 138, 143, 145
Gerçure 114, 136
Gingembre 42
Gingivite voir **Gencive**
Girofle 43, 88, 90, 91, 93, 94, 97, 102, 104, 106, 110, 113, 114, 119, 121, 122, 123, 125, 129, 131, 132, 136, 137, 138, 139, 144, 145
Glossite 114
Goitre exophtalmique 114
Gonflement 36
Gonorrhée voir **Blennorragie**
Goutte 19, 22, 23, 26, 36, 39, 40, 115
Graminée 49, 84
Grippe 32, 44, 46, 61, 76, 77, 115
Grossesse 116

H

Haleine 116
Harmonisant du système nerveux 30
Hélichryse italienne voir **Immortelle italienne**
Helichrysum italicum voir **Immortelle italienne**
Hématome 45
Hématurie 116
Hémophilie 116
Hémoptysie 116
Hémorragie 30, 31, 116, 117, 123
Hémorroïdes 34, 57, 64, 117
Hémostatique 31, 37, 41
Hépatisme 112
Hépatite 69, 70, 81
Herpès 67, 77, 81, 117
Hoquet 13, 51, 117
Hormones 18, 34, 50, 70
Hydropisie 22, 29, 39, 40, 60, 117
Hypercholestérolémie voir **Cholestérol**
Hyperglycémie 12, 14
Hypertenseur voir **Hypotension**
Hypertension 12, 31, 48, 85, 118, 141
Hyperviscosité sanguine 31, 118
Hypnotique 51, 58, 65
Hypocholestérolémiant voir **Cholestérol**
Hypoglycémiant 37, 60

Hypotenseur voir **Hypertension**

Hypotension 81, 118, 140

Hysope officinale couchée 44, 92, 96, 97, 98, 100, 103, 105, 106, 107, 110, 111, 113, 116, 121, 123, 140, 141

Hysopus officinalis decumbens
voir **Hysope officinale couchée**

Hystérie 118

I

Ictère 118

Illicium verum voir **Badiane**

Immortelle italienne 45, 129

Impétigo 103

Impuissance 29, 68, 118

Inappétence 31, 32, 38, 44, 46, 55, 58, 93

Incontinence urinaire 108

Indigestion voir **Digestion difficile**

Infection cutanée voir **Dermatose**

Infection intestinale voir **Affection intestinale**

Infection microbienne 17, 39, 57, 61, 67, 124

Infection puerpérale 119

Inflammation de la bouche
voir **Affection buccale**

Inflammation de la gorge voir **Affection de la gorge**

Inflammation de la peau voir **Dermatose**

Inflammation intestinale voir **Affection intestinale**

Inhalations 17, 21, 25, 37, 44, 48, 52, 54, 56, 57, 59, 61, 66, 76, 78, 80, 82

Insomnie 18, 50, 51, 52, 53, 58, 62, 65, 82, 119

Instabilité psychique 120

Insuffisance biliaire 31

Insuffisance gastrique 32

Insuffisance glandulaire 18

Insuffisance hépatique 31

Insuffisance lactée voir **Galactagogue**

Insuffisance pancréatique 32

Intestin voir **Affection intestinale**

Irritabilité 120

J

Jambes lourdes 68

Jaunisse 118

Juniperus communis voir **Genièvre**

Juniperus oxycedrus Voir **Cade**

K

L

Labiée 17, 44, 47, 48, 52, 53, 54, 64, 68, 73, 74, 76, 80, 81, 82

Laryngite 21, 120

Lassitude 54, 120

Lauracée 25, 46, 67, 75
Laurier noble 46, 120, 129
Laurus nobilis *voir* Laurier noble
Lavande aspic 47, 91, 129, 146
Lavande officinale 48, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 99, 100, 101, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 124, 125, 126, 128, 130, 131, 132, 133, 135, 137, 138, 140, 141, 142, 143, 144, 145
Lavandula officinalis *voir* Lavande officinale
Lavandula spica *voir* Lavande aspic
Laxatif 38
Lemongrass 49, 90, 98, 106, 107, 108, 110, 125, 135
Leucémie 120
Leucorrhée 57, 68, 69, 73, 120
Liliacée 12, 60
Limette 50
Liquéfiant sanguin 31, 34
Lithiase biliaire *voir* Calcul biliaire
Lithiase urinaire *voir* Calcul rénal
Longévité 74
Lourdeur 36
Lymphatisme 121

M

Magnoliacée 16
Maladie auto-immune 30
Maladie contagieuse 121

Maladie de Crohn 30
Maladie de Reynaud 45, 81
Maladie fongique 77
Maladie infantile 121
Maladie infectieuse 12, 31, 47, 48, 49, 50, 55, 77, 81, 122, 127, 135
Maladie pulmonaire *voir* Affection pulmonaire
Maladie vénérienne 12, 28, 67, 72, 77, 79, 81, 95, 117, 140
Malaria 122
Mal de tête *voir* Migraine
Mandarine 51
Manque d'appétit 25
Marjolaine 52, 92, 101, 103, 118, 119, 120, 121, 122, 124, 141
Matricaria chamomilla *voir* Camomille sauvage
Melaleuca alternifolia *voir* Tea tree
Melaleuca leucadendron *voir* Cajeput
Melaleuca viridiflora *voir* Niaouli
Mélancolie 122
Mélisse 53, 104, 139, 141
Mémoire 122
Méningite 122
Ménopause 34, 70, 123
Mentha piperita *voir* Menthe poivrée
Menthe douce 90, 91, 95, 98, 100, 104, 107, 110, 112, 113, 119, 120, 123, 124, 125, 127, 128, 129, 131, 132, 133, 135, 136, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 145

Menthe poivrée 54, 90, 104, 116, 124, 139, 145, 146

Météorisme 14, 18, 38, 111, 123

Mérite 123

Métrorragie 123

Microbicide 4

Migraine 23, 52, 53, 54, 122, 124

Mise en appétit voir **Inappétence**

Mite 43

Mode de culture 5

Morsure 25, 48, 137

Moustique 41, 43, 124

Mucolytique 45, 69

Muguet 93

Muscade 55, 94

Mycose 77, 80, 81

Myristicacée 55

Myristica fragrans voir **Muscade**

Myrrhe 56

Myrtacée 21, 37, 43, 57, 59, 77

Myrte 57

Myrtus communis voir **Myrte**

N

Nausées 28

Néphrite 124 voir **Affection rénale**

Néroli 58, 105

Nervosisme 52

Nervosité 125

Neurasthénie 58, 65, 125

Neuro-endocrinien 18

Neurotonique voir **Tonique nerveux**

Névralgie 21, 41, 43, 125

Névralgie dentaire 20, 43, 54, 125

Névrose 52

Niaouli 59, 96, 101, 106, 111, 119, 120, 124, 127, 128, 133, 142, 144, 146

Noix de muscade voir **Muscade**

Numéro de lot 6



Obésité 12, 14, 31, 40, 63, 126

Ocimum basilicum CT méthylchavicol
voir **Basilic**

Œdème 35, 126

Œdème cardiaque 19

Œdème rénal 19

Oignon 60, 88, 89, 90, 95, 101, 104, 110, 114, 117, 122, 123, 126, 129, 130, 131, 135, 136, 139, 143, 145

Oliban 61

Oligurie 126

Ombellifère 13, 14, 26, 27, 29, 32, 33, 38

Ongles cassants 28, 85, 126

Ophthalmie 127

Orange 62, 105

Orange amère voir **Petit grain bigarade**

Oreille 105
Origan 89, 92, 93, 108, 115, 133, 134
Origanum marjorana *voir* Marjolaine
Otite 37, 69, 127
Ovaire 127
Oxydo-réduction 5
Oxyure *voir* Parasites intestinaux

P

Palmarosa 135
Palpitations 62, 127
Paludisme 127
Panaris 128
Pancréas *voir* Affection pancréatiques
Papillome 79
Paralysie 128
Parasites intestinaux 12, 15, 18, 20, 21, 23, 25, 27, 31, 36, 37, 38, 40, 43, 48, 50, 54, 59, 74, 76, 77, 78, 79, 80, 94, 140, 145
Parasiticide 20, 25, 27, 40, 41, 43, 48, 49, 54, 68, 78
Parasitose 75, 82
Parkinson 121, 128
Parodontose 77
Patchouli 64
Peau grasse *voir* Séborrhée
Peau sèche 28
Pédiculose *voir* Poux
Pelade 129

Pelargonium asperum *voir* Géranium rosat
Pelargonium odorantissimum *voir* Géranium rosat
Péricardite 129
Péristaltisme intestinal 33
Pertes blanches *voir* Leucorrhée
Pesanteur 36
Petit grain bigarade 65
Phlébite 129
Picea mariana *voir* Epinette noire
Pieds sensibles 129
Pimpinella anisum *voir* Anis vert
Pin sylvestre 66, 89, 90, 91, 92, 93, 95, 96, 98, 101, 103, 108, 111, 112, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 123, 124, 126, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 140, 141, 142, 143, 145
Pinus maritima *voir* Térébenthine
Pinus pinaster *voir* Térébenthine
Pinus sylvestris *voir*
Pin sylvestre *voir* Térébenthine
Piqûre d'insecte 12, 17, 25, 28, 37, 48, 53, 73, 77, 124, 129
Plaies *voir* Cicatrisation
Pléthore 130
Pleurésie 37, 44, 130
Pneumonie 130
Pogostemon patchouli *voir* Patchouli
Polyarthrite rhumatoïde 30
Poux 41, 46, 49, 78, 129

Prévention des maladies 42, 43

Prostate 131

Provenance 6

Prurit 47, 64, 131

Psoriasis 46

Ptose du colon 33

Puberté 131

Putréfaction 80

Q

R

Rachitisme 132

Raideurs de cou 132

Ravintsara 67, 134, 146

Refroidissement 132

Régénérateur cellulaire 62, 64, 84

Règles abondantes 30

Règles absentes 91

Règles difficiles 27, 68, 132

Règles douloureuses 15, 24, 30, 35, 54, 68, 106, 132

Règles insuffisantes 17, 55, 68, 132

Règles irrégulières 15, 68, 70

Reins *voir* Affection rénale
voir Tonique rénal

Résolutif pectoral *voir* Affection
respiratoire

Rétention d'eau 22, 29, 39, 40, 60, 67, 117

Rétention d'urine 60

Revitalisant 4, 68, 70

Révuksif 12, 37, 74, 78

Rhinite *voir* Rhume

Rhumatismes 12, 19, 21, 22, 23, 26, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 39, 40, 42, 45, 46, 48, 52, 60, 66, 70, 75, 78, 79, 82, 126, 133, 134

Rhume 13, 20, 56, 59, 61, 67, 100, 133, 134

Rides *voir* Antiride

Romarin à camphre 68, 96, 104, 105, 106, 107, 108, 110, 112, 113, 117, 124, 128, 131, 132, 134, 143, 144, 145

Romarin à cinéole 68, 69, 70, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 97, 98, 99, 100, 101, 105, 109, 110, 112, 115, 119, 120, 121, 122, 123, 125, 127, 128, 130, 131, 139, 140

Romarin à verbénone 70, 103, 115, 121, 133, 134

Rosacée 71

Rosa centifolia *voir* Rose

Rosa damascena *voir* Rose

Rose 71, 135

Rosmarinus officinalis camphoriferum
voir Romarin à camphre

Rosmarinus officinalis cineoliferum
voir Romarin à cinéole

Rosmarinus officinalis verbenoniferum
voir Romarin à verbénone

Rougeole 135

Rubéfiant *voir* Rhumatismes

Rutacée 18, 31, 50, 51, 58, 62, 63, 65

S

Saignement de nez 30, 109

Salvia officinalis voir Saugue officinale

Sang 120, 123, 129, 144

voir Affection de la circulation sanguine

voir Hémostatique voir Saignement de nez voir Hémorragie

Santal 72, 95, 98, 101, 104, 112, 118, 145

Santalacée 72

Santalum album voir Santal

Santoline 145

Sarriette 74, 91, 92, 94, 106, 112, 113, 119, 123, 128, 138, 139, 144

Sassafras 75, 95, 103, 115, 132, 140

Sassafras officinalis voir Sassafras

Satureia hortensis voir Sarriette

Saugue officinale 73, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 100, 101, 103, 104, 105, 107, 108, 110, 112, 114, 116, 120, 121, 125, 126, 128, 129, 132, 134, 133, 135, 136, 138, 139, 140, 142, 144, 145

Saugue sclarée 90, 104, 105, 106, 118, 119, 121, 123

Scarlatine 135

Sciatique 136

Sclérose en plaques 135

Scorbut 31, 60, 63, 136

Scrofulose 136

Séborrhée 63, 64

Sécrétion lactée voir Galactagogue

Sécrétions purulentes 136

Sédatif 23, 24, 37, 38, 40, 47, 48, 51, 52, 55, 57, 58, 62, 65

Seins 136

Sénescence précoce 137

Séquelles de paralysie 68, 128

Serpent 137

Serpolet 76, 99, 100, 109, 113, 117, 120, 141

Silhouette voir Amincissement

Sinusite 37, 52, 61, 69, 78, 82, 137

Soins de la peau 101, 140

Soins du visage 26, 62, 71

Solubilité 7

Solvant 4

Sommité fleurie 69, 70

Spasme bronchique 137

Spasme coliteux voir Colite

Spasme digestif 138

Spasme du pylore 36

Spasme intestinal 138

Stérilité 138

Stimulant 14, 18, 22, 25, 27, 29, 31, 35, 39, 42, 44, 50, 53, 54, 55, 60, 61, 63, 66, 67, 68, 69, 74, 76, 80

Stimulation de l'appétit
voir Inappétence

Stomachique 13, 14, 16, 17, 18, 22, 23, 26, 27, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 44, 46, 49, 51, 53, 54, 55, 62, 73, 76, 80

Stomatite 138

Stress 45

Sudorifique 21, 22, 34, 37, 39, 40, 46, 65, 75, 85, 138

Surdité 139

Surmenage 139

Syncope 139

Syphilis 39, 140

Système immunitaire 35

Système lymphatique 35

Système nerveux 30, 33, 34, 40, 44, 48, 51, 52, 54, 58, 62, 65, 67, 68, 70, 71, 81, 83, 103, 109, 120, 121, 125, 135, 139, 141

Système nerveux sympathique 18, 83

T

Tabagisme 12, 75, 102, 103

Taches de rousseur 140

Tachycardie 58, 62, 85, 140

Tea tree 77, 142

Teigne 140

Ténia voir Parasites intestinaux

Térébenthine 78

Thuya 79, 131

Thuya occidentalis voir Thuya

Thym à linalol 80, 94, 95, 106, 111, 113, 124, 127, 131, 140, 145

Thym à thujanol 81

Thym à thymol 82, 89, 90, 91, 92, 93, 96, 97, 100, 101, 102, 103, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 114, 115, 117, 119, 120, 122, 123, 125,

128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 137, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145

Thym doux voir Thym à linalol

Thym ordinaire 82

Thym sauvage 81

Thymus serpyllum voir Serpolet

Thymus vulgaris linaloferum
voir Thym à linalol

Thymus vulgaris thujanoliferum
voir Thym à thujanol voir Thym sauvage

Thymus vulgaris thymoliferum
voir Thym à thymol voir Thym ordinaire

Tic 141

Tilleul 138

Timidité 52, 69

Tonicité de la peau 26, 71

Tonique cardiaque 25, 48, 50, 63, 68

Tonique cérébral 55

Tonique circulation sanguine 34, 55, 58, 65, 69, 70, 78, 81

Tonique digestif 22, 32, 38, 40, 50, 62, 63

Tonique général 12, 15, 16, 17, 18, 23, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 35, 41, 42, 47, 50, 51, 53, 57, 64, 67, 76, 77, 81, 82

Tonique hépatique 66, 68, 69, 81

Tonique immunitaire 30, 35, 67, 69

Tonique intestinal 66

Tonique lymphatique 35, 67, 68

Tonique nerveux 44, 54, 67, 71, 81

Tonique rénal 49, 66

Tonique urinaire 72

Tonus 141

Toux 34, 35, 52, 56, 67, 69, 76, 82, 141

Tranquillisant 58, 65

Tremblement 142

Trichomonas 77

Tristesse 69

Troubles de la circulation sanguine
voir Affection de la circulation
sanguine

Troubles du sommeil *voir* Insomnie

Troubles urinaires *voir* Affection
urinaire

Tuberculose 28, 37, 82, 142

Tumeur froide 143

Typhus 143

U

Ulcère 36, 41, 59, 80

Urémie 144

Urticaire 144

Utilisation dans les boissons 13, 14, 16,
17, 32, 36, 38, 40, 42, 46, 51, 53, 54, 55,
63, 73

Utilisation en cuisine 13, 14, 16, 17, 18,
25, 27, 29, 31, 32, 33, 36, 37, 38, 40, 42, 43,
46, 52, 54, 55, 62, 74

Utilisation en parfumerie 17, 18, 24, 31,
32, 39, 41, 43, 47, 48, 49, 52, 53, 54, 56, 58,
64, 65, 71, 83, 84, 85

V

Vaginite 28

Varicelle 77

Varices 34, 144

Vasoconstricteur 34

Vasodilatateur 52, 76

Verbenacée 83

Verbena triphylla *voir* Verveine

Vermifuge 12, 13, 15, 18, 20, 21, 23, 25, 36,
37, 38, 50, 74, 76, 79, 80

Verrue 79, 80, 144

Vers intestinaux *voir* Parasites
intestinaux

Vertiges 17, 83, 145

Verveine 83, 124

Verveine des Indes *voir* Lemongrass

Vésicule biliaire *voir* Affection biliaire

Vessie *voir* Affection urinaire

Vetiver 84

Vetiveria zizanioides *voir* Vetiver

Virucide 30

Vitalogène 4

Voix 145

Vomissement 13, 145

Vulnéraire *voir* Cicatrisation

W

X

Y

Yeux 95, 99, 127, 128

Ylang-ylang 85, 112, 118, 119, 136, 140

Z

Zingibéracée 42

Zingiber officinalis *voir* Gingembre

Zona 67, 77, 146

Zygophyllacée 39

Table des matières

Introduction	1
Chapitre 1 – L'essence de plante et ses modalités spécifiques	1
Chapitre 2 – Les principales huiles essentielles curatives	11
Chapitre 3 – Les bienfaits curatifs des huiles essentielles	87
Chapitre 4 – L'utilisation adéquate des huiles essentielles	147
Conclusion	160
Index thérapeutique.....	163
Explication des termes médicaux.....	169
Index général.....	173