

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 déterpénées 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'oranger *voir* Néroli  
Fluidifiant des sécrétions 44, 56, 59  
Foeniculum vulgare *voir* Fenouil  
Foie *voir* Affection hépatique  
*voir* Tonique hépatique  
Fongicide 77  
Fortifiant 68  
Foulure 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

Révulsif 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