

Drogues à Huiles essentielles

(Dr S. MORSI)

dr.s.morsi@gmail.com

- I. Contre-indications générales des huiles essentielles**
- II. Huiles essentielles des Agrumes**
- III. Huiles essentielles à action anti-inflammatoire**
- IV. Huiles essentielles à action antispasmodique**
- V. Huiles essentielles calmantes, antidépressives et hypotensives**
- VI. Huiles essentielles anti-infectieuses**

I. Contre-indications de l'utilisation des huiles essentielles :

- Femmes enceintes ou allaitantes
- Enfants de moins de 7 ans sauf pour certaines huiles essentielles dites douces.
- Personnes allergiques ou asthmatiques
- Personnes épileptiques
- En cas d'insuffisance hépatique et/ou rénale

N.B.: Il est important de noter que l'action d'une huile essentielle est la résultante de l'action de tous ses composants. Cependant, l'action du composé majoritaire est généralement plus importante que l'action des autres molécules.

II. Huiles essentielles des Agrumes:

Nom commun	Nom scientifique	Famille	Organe utilisé	Méthode d'extraction	Chémotype	Propriétés pharmacologiques/Emplois	Toxicité
Citron	<i>Citrus limon</i>	Rutaceae	Zeste frais	Expression à froid	Limonène/géranial	Digestif. Désinfection aérienne	Photosensibilité
Mandarine jaune	<i>Citrus reticulata</i> <i>Blanco</i>	Rutaceae	Zeste frais jaune	Expression à froid	Limonène/décanal/ gamma-terpinène	Calmante. Antispasmodique. Laxatif doux	Photosensibilité
Mandarine rouge	<i>Citrus reticulata</i> <i>Blanco</i>	Rutaceae	Zeste frais du fruit mûr	Expression à froid	Limonène/N- Méthylanthranilate	Antispasmodique. Sédatif. Laxatif doux	Photosensibilité
Mandarine verte	<i>Citrus reticulata</i> <i>Blanco</i>	Rutaceae	Zeste frais du fruit vert	Expression à froid	Limonène/ gammaterpinène	Calmante. sédatif. Laxatif doux	Photosensibilité
Pamplemousse	<i>Citrus x paradisi</i>	Rutaceae	Zeste frais	Expression à froid	Limonène	Diurétique. Lipolytique, Amincissante. Détoxifiante.	Photosensibilité
Orange douce	<i>Citrus sinensis</i>	Rutaceae	Zeste frais	Expression à froid	Limonène/ linalol/ décanal	Assainissant aérien/ Stomachique	Photosensibilité
Bergamote	<i>Citrus bergamia</i>	Rutaceae	Zeste frais	Expression à froid	Limonène/ linalol/ acétate de linalyle/ bergaptène	Purifiante. Régénérante cutanée (psoriasis). Digestive. Anti stress.	Photosensibilité
Bergamote sans furocoumarines	<i>Citrus bergamia</i>	Rutaceae	Zeste frais	Expression à froid + distillation	Limonène/ linalol/ acétate de linalyle.	Digestive. Purifiante. Anti stress.	Aucune à dose thérapeutique.

III. HE à action anti-inflammatoire :

Nom commun	Nom scientifique	Famille	Organe utilisé	Méthode D'extraction	Chémotype	Propriétés pharmacologiques/Emplois	Toxicité
Eucalyptus citronné	<i>Eucalyptus citriodora</i>	Myrtaceae	Feuilles fraîches	Entraînement à la vapeur d'eau	Citronellal	Anti-inflammatoire. Antirhumatismale. Répulsive des insectes.	Irritation de la peau (à diluer avant utilisation).
Citronnelle de Java	<i>Cymbopogon winterianus</i>	Poaceae	Parties aériennes fraîches	Entraînement à la vapeur d'eau	Citronellal, citronellol, géraniol	Anti-inflammatoire. Répulsive des insectes.	Irritation de la peau (à diluer avant utilisation).
Gaulthérie couchée	<i>Gaultheria procumbens</i>	Ericaceae	Feuilles fraîches	Entraînement à la vapeur d'eau	salicylate de méthyle (>99%)	Anti-inflammatoire. Antirhumatismale. Vasodilatatrice.	Risque de perturbation du bilan de l'hémostase. Irritation de la peau (à diluer avant utilisation).
Gaulthérie odorante	<i>Gaultheria fragrantissima</i>	Ericaceae	Feuilles fraîches	Entraînement à la vapeur d'eau	salicylate de méthyle (>98%)	Anti-inflammatoire. Antirhumatismale. Vasodilatatrice.	Risque de perturbation du bilan de l'hémostase. Irritation de la peau (à diluer avant utilisation).
Bouleau jaune	<i>Betula alleghaniensis</i>	Betulaceae	Bois frais	Entraînement à la vapeur d'eau	salicylate de méthyle (>97%)	Anti-inflammatoire. Antirhumatismale.	Risque de perturbation du bilan de l'hémostase. Irritation de la peau (à diluer avant utilisation).
Baume de copahu	<i>Copaifera officinalis</i>	Cesalpiniaceae	Oléorésine	Entraînement à la vapeur d'eau	Béta-caryophyllène, germacrène D	Antalgique. Anti-inflammatoire. Antirhumatismale. Vasodilatatrice.	
Katafray (ou Katrafay)	<i>Cedrelopsis grevei</i>	Rutaceae	Ecorces	Entraînement à la vapeur d'eau	Ishwarane, bêta-caryophyllène.	Antalgique. Anti-inflammatoire. Antirhumatismale.	
Camomille allemande	<i>Matricaria recutita</i>	Asteraceae	Capitules frais	Entraînement à la vapeur d'eau	Oxyde d'alpha-bisabolol A, Oxyde d'alpha-bisabolol B	Anti-inflammatoire. Antiprurigineuse. Anti-allergique.	

IV. HE à action antispasmodique :

Nom commun	Nom scientifique	Famille	Organe utilisé	Méthode d'extraction	Chémotype	Propriétés pharmacologiques/Emplois	Toxicité
Estragon	<i>Artemisia dracunculus</i>	Asteraceae	Parties aériennes fleuries	Entraînement à la vapeur d'eau	Plus de 80% de Méthyl-chavicol (=estragole)	Antispasmodique puissant, action particulière sur le hoquet. Antiallergique (asthme allergique).	Risque de carcinogénicité à forte dose (due au méthylchavicol).
Basilic tropical	<i>Ocimum basilicum</i>	Lamiaceae	Feuilles et fleurs	Entraînement à la vapeur d'eau	Plus de 75% de Méthyl-chavicol (=estragole)	Antispasmodique. Digestive.	Risque de carcinogénicité à forte dose (due au méthylchavicol).
Pin de Patagonie	<i>Pinus ponderosa</i>	Pinaceae	Aiguilles	Entraînement à la vapeur d'eau	environ 21% de Méthyl-chavicol (=estragole)	Antispasmodique.	
Camomille romaine	<i>Anthemis nobilis</i>	Asteraceae	Capitules	Entraînement à la vapeur d'eau	Angélate d'isobutyle, Angélate de'isoamyle	Antispasmodique. Digestive.	

V. HE à action calmante, antidépressive, hypotensive :

Nom commun	Nom scientifique	Famille	Organe utilisé	Méthode d'extraction	Chémotype	Propriétés pharmacologiques/Emplois	Toxicité
Lavande vraie	<i>Lavandula angustifolia</i>	Lamiaceae	Sommités fleuries	Entraînement à la vapeur d'eau	Linalol, acétate de linalyle, acétate de lavandulyle	Antispasmodique, Calmante, apaisante, hypotensive.	Aucune à dose thérapeutique.
Petitgrain bigaradier	<i>Citrus aurantium</i>	Rutaceae	Feuilles et petits rameaux	Entraînement à la vapeur d'eau	Linalol, acétate de linalyle,	Calmante, antistress, hypotensive.	Aucune à dose thérapeutique.
Néroli	<i>Citrus aurantium</i>	Rutaceae	Fleurs fraîches	Entraînement à la vapeur d'eau	Linalol, trans nérolidol, acétate de linalyle,	Calmante, antistress, hypotensive, antidépressive.	Aucune à dose thérapeutique.
Ylang-ylang (complète)	<i>Cananga odorata</i>	Anonaceae	Fleurs	Entraînement à la vapeur d'eau	Germacrène D, bétacaryophyllène, benzoate de benzyle	Antispasmodique, anti-inflammatoire, hypotensive.	Irritante sur la peau (doit être diluée avant emploi).

VI. Huiles essentielles anti-infectieuses :

1. HE à phénols :

Propriétés pharmacologiques:

-Antibactériennes à large spectre

-Antivirales

Antifongiques

Toxicité/Contre-indications:

-Dermocausticité (la voie cutanée n'est pas recommandée)

-Hépatotoxicité (associer à une huile essentielle à limonène ex citron)

-Contre-indiquées chez les femmes enceintes ou allaitantes, l'enfant de moins de 7 ans et en cas d'insuffisance hépatique.

Nom commun	Nom scientifique	Famille	Organe utilisé	Méthode d'extraction	Chémotype
Clou de Girofle	<i>Syzygium aromaticum</i>	Myrtaceae	Boutons floraux séchés	Entraînement à la vapeur d'eau	Eugénol
Origan vulgaire	<i>Origanum vulgare</i>	Lamiaceae	Parties aériennes	Entraînement à la vapeur d'eau	Carvacrol
Origan compact	<i>Origanum compactum</i>	Lamiaceae	Parties aériennes	Entraînement à la vapeur d'eau	Carvacrol
Thym CT thymol	<i>Thymus vulgaris</i>	Lamiaceae	Sommités fleuries	Entraînement à la vapeur d'eau	Thymol
Ajowan	<i>Trachyspermum ammi</i>	Apiaceae	Fruit	Entraînement à la vapeur d'eau	Thymol
Sarriette des montagnes	<i>Satureja montana</i>	Lamiaceae	Sommités fleuries	Entraînement à la vapeur d'eau	Carvacrol

2. HE à 1,8-cinéole (eucalyptol)

Propriétés pharmacologiques:

-Désinfectant des voies respiratoires

-Antibactériennes

-Antivirales (légèrement)

Expectorantes

Toxicité/Contre-indications:

-Les voies orale et nasale sont interdites

-Huiles essentielles utilisables par diffusion, inhalation ou cutanée.

-Activateur de métabolisme hépatique (risque d'interactions avec les médicaments)

-Contre-indiquées chez les femmes enceintes ou allaitantes, l'enfant de moins de 6 ans et en cas d'asthme.

Nom commun	Nom scientifique	Famille	Organe utilisé	Méthode d'extraction	Chémotype
Eucalyptus globulus	<i>Eucalyptus globulus</i>	Myrtaceae	Feuilles fraîches	Entraînement à la vapeur d'eau	1,8-cinéole
Eucalyptus smithii	<i>Eucalyptus smithii</i>	Myrtaceae	Feuilles fraîches	Entraînement à la vapeur d'eau	1,8-cinéole
Eucalyptus radié	<i>Eucalyptus radiata</i>	Myrtaceae	Feuilles fraîches	Entraînement à la vapeur d'eau	1,8-cinéole
Ravintsara	<i>Cinnamomum camphora sb cinéole</i>	Lauraceae	Feuilles fraîches	Entraînement à la vapeur d'eau	1,8-cinéole
Niaouli	<i>Melaleuca quinquenervia</i>	Myrtaceae	Feuilles fraîches	Entraînement à la vapeur d'eau	1,8-cinéole
Myrte verte	<i>Myrtus communis</i>	Myrtaceae	Rameaux feuillés	Entraînement à la vapeur d'eau	1,8-cinéole
Romarin à cinéole	<i>Rosmarinus officinalis</i>	Lamiaceae	Rameaux feuillés	Entraînement à la vapeur d'eau	1,8-cinéole
Laurier noble	<i>Laurus nobilis</i>	Lauraceae	Feuilles	Entraînement à la vapeur d'eau	1,8-cinéole, alphapinène, bêta- pinène
Hysopé couchée	<i>Hyssopus officinalis</i> var. decumbens	Lamiaceae	Parties aériennes	Entraînement à la vapeur d'eau	1,8-cinéole
Cajeput	<i>Melaleuca cajuputi</i>	Myrtaceae	Feuilles	Entraînement à la vapeur d'eau	1,8-cinéole

3. HE à alcools

Propriétés pharmacologiques:

-Antibactériennes

-Antivirales puissantes

Stimulantes

Toxicité/Contre-indications:

-Aucune à dose thérapeutique.

Nom commun	Nom scientifique	Famille	Organe utilisé	Méthode d'extraction	Chémotype	Toxicité
Arbre à thé (tea tree)	<i>Melaleuca alternifolia</i>	Myrtaceae	Feuilles	Entraînement à la vapeur d'eau	Terpinén-4-ol, alpha-terpinéole	Aucune à dose thérapeutique.
Thym CT thujanol	<i>Thymus vulgaris</i>	Lamiaceae	Sommités fleuries	Entraînement à la vapeur d'eau	(Z)-thujanol, (E)thujanol	Aucune à dose thérapeutique.
Marjolaine CT thujanol	<i>Origanum majorana</i>	Lamiaceae	Sommités fleuries	Entraînement à la vapeur d'eau	(Z)-thujanol, (E)thujanol, Terpinén-4-ol	Aucune à dose thérapeutique.
Thym CT linalol	<i>Thymus vulgaris</i>	Lamiaceae	Sommités fleuries	Entraînement à la vapeur d'eau	Linalol, terpinén-4-ol	Aucune à dose thérapeutique.
Thym CT géraniol	<i>Thymus vulgaris</i>	Lamiaceae	Sommités fleuries	Entraînement à la vapeur d'eau	Géraniol	Le géraniol est utérotonique et peut être abortif.
Palmarosa	<i>Cymbopogon martinii</i>	Poaceae	Parties aériennes	Entraînement à la vapeur d'eau	Géraniol, linalol	Le géraniol est utérotonique et peut être abortif.

Références bibliographiques :

1. Franchomme P. & Pénéloë D., l'Aromathérapie exactement, Roger Jollois, 2001.
2. Robert Tisserand & Rodney Young, Essential Oil Safety, a Guide for Health Care Professionals, second edition, Churchill Livingstone Elsevier, 2014.
3. Tela Botanica
4. Sue Clarck, Essential chemistry for Aromatherapy, Churchill Livingstone Elsevier, 2009