

l'aromathérapie

exactement

Encyclopédie de l'utilisation thérapeutique des extraits aromatiques



*fondements,
démonstration,
illustration,
et applications
d'une science
médicale naturelle*

*Sous la direction scientifique et à partir
des informations et des travaux de*

Pierre Franchomme

Chercheur aromatalogue

*Initiative, conception, organisation, rédaction,
collaboration scientifique et médicale, direction
technique, dessins assistés par ordinateur et édition*

Roger Jollois

Soléologue

*Sous la direction médicale et à partir des
recherches thérapeutiques de*

Daniel Pénéol

Docteur en médecine



Chez le même Éditeur

L'oligothérapie exactement, *l'équilibre biominéral de la vie*.

La pratique de l'homœopathie ; G.-H.-G. JAHR ; réimp. de l'édition de 1857.

Médecine aromatique, médecine planétaire, *vers la fin d'une survie artificielle*.

Biométrie de la dynamique viscérale et nouvelles normalisations ostéopathiques.

Précis pratique d'homéopathie bucco-dentaire.

Symptômes guides de la Matière Médicale Homéopathique de C. Hering ; trad. française ; TII, TIII, TV.

Traité théorique et pratique de biologie électronique.

La médecine bouddhique traditionnelle en pays Théravâda.

Traité théorique et pratique de phytothérapie cyclique.

Précis pratique de laserthérapie en odontostomatologie.

Traité théorique et pratique de podoréflexologie.

Les troubles de l'appareil manducateur.

La pratique de l'immunothérapie à doses infinitésimales T1.

La pratique de l'immunothérapie à doses infinitésimales T2.

Encyclopédie de l'alimentation biologique et de l'équilibre nutritionnel.

Portraits de remèdes homœopathiques T1.

***Une documentation sur chacun de ces ouvrages
est disponible sur simple demande écrite***

Tous droits réservés pour tous pays.

© 2001 Editions Roger Jollois.

ISBN : 2-87819-001-7

Dépôt légal : 4^{ème} trimestre 2001.

La loi du 11 mars 1957, alinéas 2 et 3 de l'article 41 et 1 de l'article 40, interdisant les copies ou reproductions à usage collectif, et n'autorisant que les courtes citations (avec indication de la source), et les analyses à but d'exemple et d'illustration : toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle, par quelque procédé que ce soit, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles 125 et suivants du Code Pénal.

L'Éditeur, qui a apporté le plus grand soin à la vérification, et à la réalisation technique du présent ouvrage, décline toute responsabilité concernant les éventuelles erreurs typographiques pouvant y être contenues, et les conséquences qui pourraient en découler.

l'aromathérapie

exactement

Encyclopédie de l'utilisation thérapeutique des huiles essentielles

*fondements, démonstration, illustration et applications
d'une science médicale naturelle*

*Sous la **direction scientifique**,
et à partir des **informations**
et des **travaux de***

Pierre Franchomme

Chercheur aromatologue

*Initiative, conception, **organisation, rédaction**,
collaboration scientifique et médicale, direction
technique et dessins assistés par ordinateur*

Roger Jollois

*Sous la **direction médicale**,
et à partir des **recherches**
thérapeutiques de*

Daniel Pénoël

Docteur en médecine

Compte-rendu d'expérimentation de **Jean Mars**, *physicien*.

Compte-rendus de : F.-D. Menozzi, *Dr ès science* ; C. Dejaiffe, *Université de Mons* ; Kurt Schnaubelt, *Fondateur du Pacific Institute of Aromatherapy* ; J. Bernad, *Laboratoire de bactériologie-virologie du C.H.U. de Toulouse-Rangueil*.

Cas cliniques de : J.-M. Clementz, *Dr méd.* ; P. Musarella, *Dr méd.* ; L. Hervieux, *Dr méd.* ; L. Grossin, et A.-M. Lovéra.



« A Ts'i vivait un homme d'une telle avidité pour l'or qu'à l'aube il mit ses vêtements, se coiffa et partit pour le marché. Il s'approcha de la table d'un changeur, s'empara de l'or, et s'enfuit. L'agent de l'autorité qui l'arrêta le questionna : "Comment as-tu pu saisir de l'or devant tous ces gens ?" L'autre répondit : "Lorsque je me suis emparé de l'or, je n'ai plus vu les gens. Je ne voyais que l'or." »

Lie-tseu (*Le vrai classique du vide parfait.*

Trad. Liou Kia-hway. Bibliothèque de la Pléiade, N.R.F. éd. Paris, 1980).

Dans le domaine médical, deux sortes d'ouvrages sont présentés, ceux qui émettent les opinions de leurs auteurs sans apporter quelque preuve que ce soit de leurs assertions, et les traités tels que celui que vous tenez entre les mains...

L'intérêt pour ces substances naturelles fascinantes entre toutes appelées : "huiles essentielles" ne cesse de se répandre.

C'est sous l'impulsion de nombreux praticiens, pharmaciens, et chercheurs, mais surtout des patients, qui, par leur courage et leurs convictions, ont su donner à l'aromathérapie les moyens de trouver sa voie, que ce livre, simple expression des débuts d'un vaste mouvement, voit le jour.

Il est vrai que l'opinion générale portant sur l'extrait aromatique végétal appelé communément, et, comme on le verra plus loin, le plus souvent de manière erronée : "essence de plante", tient celle-ci pour une substance particulière, un produit strictement original, une matière brute insécable !

Cette opinion n'est que rarement affirmée positivement et ouvertement. Mais la façon avec laquelle la plupart des auteurs d'ouvrages de vulgarisation, mais aussi, malheureusement, la teneur des discours des vendeurs en surfaces spécialisées, et la manière dont les utilisateurs parlent et se comportent vis-à-vis des "essences", ne laissent aucun doute sur leur appréhension du mot et de la chose : "l'essence de plante" est une entité¹. Et ce n'est qu'exceptionnellement qu'elle est reconnue pour ce qu'elle est : un ensemble de substances plus ou moins bien répertoriées.

Ce traité vient démontrer la réalité du fait moléculaire dans l'huile essentielle. Il prouve la nécessité d'en user pour atteindre à une pratique cohérente de l'aromathérapie.

Dans le concert des différentes approches aromathérapeutiques dans le monde, la place occupée par la France est unique. En effet, celle-ci se fonde sur une approche médicale et scientifique précise. Ici, le champ d'action reconnu aux huiles essentielles est extrêmement vaste.

Jusqu'à ce jour, hormis les bases posées par René-Maurice Gattefossé, aucun ouvrage de fond dans ce domaine n'avait été réalisé.

1. Il suffit, pour se convaincre de l'enracinement de ce poncif, de constater le succès, relatif certes, mais néanmoins énorme au vu de sa "qualité", et, plus encore, de son "utilité", remporté par cette tentative d'appliquer à l'aromathérapie une approche issue d'une l'homéopathie mal comprise.

Le travail présenté ici ne saurait donc en aucune façon être à juste titre comparé aux livres proposés depuis les publications du fondateur de l'aromathérapie : issu de quinze années de recherches, d'études, et de compilations passées au crible du raisonnement, de l'expérience, et de la pratique médicale, il constitue le **premier ouvrage de référence général en aromathérapie**.

La participation directe, et la publication des travaux, de plusieurs chercheurs de haut niveau constituent, dans notre contexte social actuel, un phénomène unique en médecine naturelle. Cela, sans **aucune aide, financière ou autres, ni publique, ni d'entreprise privée**¹.

Le présent ouvrage vise à rendre accessibles et utilisables de difficiles notions de : botanique, de biophysique, de biochimie, et de thérapeutique. Les directeurs, les intervenants, et le rédacteur du présent travail espèrent y être parvenus.

Près de deux années ont été nécessaires à la conception, à l'élaboration, à la réalisation, et à la finalisation de *l'aromathérapie exactement*. En fait, il ne s'agissait nullement, au départ, d'aller aussi loin dans les exposés ; mais, de fil en aiguille, il est apparu qu'il serait regrettable de "faire l'impasse" sur tel ou tel thème, tel ou tel développement. Et, à chaque fois, des recherches, et des vérifications, devaient être entreprises qui demandaient plusieurs semaines.

En effet, il n'était pas pour nous concevable de publier un ouvrage à caractère médical sans s'entourer de toutes les garanties quant aux informations présentées. Et cela tout particulièrement en aromathérapie où des accidents ont déjà eu lieu.

Au-delà des stériles conflits d'opinion, et des stupides discordes entre personnes, *l'aromathérapie exactement* se présente comme une offrande à l'humanité. Il est dédié à toutes celles et tous ceux qui souffrent, et qui demandent aux huiles essentielles une aide pour les guérir... ce qu'elles feront souvent ; pour les soulager... ce qu'elles permettent dans la plupart des cas ; et pour les consoler... ce qu'elles offrent toujours..., ne serait-ce qu'à travers leurs fragrances si évocatrices, et, pour certaines, si réconfortantes...

« *Maxima res est rosa.* »

Roger Jollois

1. Je tiens ici à remercier chaleureusement les souscripteurs qui, par leur participation financière, ont permis, à la fin des années quatre-vingts, la parution du présent ouvrage.

Sommaire express

11	Bref survol géo-historique : De l'Antiquité à nos jours de l'Orient à l'Occident
21	Livre premier : Aromatologie, de la plante aromatique à l'huile essentielle
23	Des structures aux molécules aromatiques
30	Biosynthèse des molécules aromatiques
38	Distribution des espèces aromatiques dans le règne végétal
51	La spécification botanique
53	Les chémotypes
59	De l'essence à l'huile essentielle
64	Propriétés physiques des essences et des huiles essentielles
65	Recherche et contrôle de la qualité des huiles essentielles
74	Le ternaire aromatique
83	Livre second
85	<i>Clefs pour l'aromathérapie</i>
86	Applications thérapeutiques des huiles essentielles
90	Mode d'action des molécules aromatiques
94	Propriétés et champs d'actions des huiles essentielles
103	Seuil d'efficacité et inversion des effets en fonction des doses administrées
107	<i>Relations structure/activités</i>
110	Etude du comportement électrique des molécules aromatiques et de leur polarité
124	Etude des charges portées par les aérosols d'huiles essentielles
133	Etudes détaillées des relations structure/activités
251	Livre troisième : Thérapeutique
293	Formulaire d'aromathérapie pratique
311	Utilisation des huiles essentielles en pratique quotidienne
311	Rappel des précautions majeures à respecter avec les huiles essentielles
343	Livre quatrième : Matière médicale aromatique fondamentale
437	Annexes :
437	Dictionnaire français/latin et latin/français des huiles essentielles citées
445	Bibliographie
469	Index des plantes et végétaux cités
481	Index alphabétique des matières
487	Index alphabétique des illustrations
491	Table des illustrations
495	Table des matières

Avertissements

A l'attention de tout lecteur

L'Editeur, et l'ensemble des intervenants dans le présent ouvrage, dégagent toute responsabilité concernant les conséquences pouvant découler d'une utilisation abusive ou non des informations contenues dans *l'aromathérapie exactement*.

A l'attention du lecteur non professionnel

Le présent traité est destiné au lecteur professionnel. Néanmoins, toute personne étant en mesure de se le procurer, il est rappelé ici qu'**une consultation médicale s'impose avant la pratique de toute forme d'automédication** ; qui ne saurait être pratiquée, dans tous les cas mais tout particulièrement en aromathérapie, sans risque inconsidéré **que** sous le contrôle d'un professionnel qualifié.

Dans l'utilisation des huiles essentielles, les précautions indiquées pp. 311 et 312 doivent toujours être scrupuleusement respectées.

Bref survol géo-historique

De l'Antiquité à nos jours, de l'Orient à l'Occident

Roger Jollois

Utilisées à des fins diverses depuis des millénaires, les plantes aromatiques ont toujours été tenues en haute estime par les thérapeutes du monde entier.

L'histoire de l'aromathérapie peut se résumer en quatre grandes époques.

La **première** est celle au cours de laquelle étaient utilisées des plantes aromatiques telles que : dans l'alimentation, puis sous forme de macérations, et, ensuite, d'infusions ou de décoctions.

La **seconde**, dans laquelle les plantes aromatiques étaient brûlées ou mises à infuser ou à macérer dans une huile végétale. A cette époque apparaît la notion d'activité liée à la substance odorante.

Durant la **troisième** époque intervient la recherche de l'extraction de cette substance odorante. C'est la naissance du concept d'"huile essentielle", qui aboutit à la création et au développement de la distillation.

Enfin, la **période moderne**, dans laquelle la connaissance des composants des huiles essentielles est prise en compte pour expliquer les activités : physiques, chimiques, biochimiques, et, récemment, électroniques, des arômes végétaux.

Il y a **40 000 ans**, les peuplades **Aborigènes** implantées sur le **continent Australien** ont dû apprendre à s'adapter aux très dures conditions de vie de leur environnement. Ils y réussirent remarquablement, en particulier en développant une exceptionnelle connaissance de la flore indigène. Ainsi, ils utilisaient couramment les feuilles de *Melaleuca alternifolia*, dont l'huile essentielle est d'une importance majeure dans l'"arsenal" aromathérapeutique moderne.

Les trois grands berceaux géographiques de la civilisation aromatique : l'**Indus**, la **Chine**, et le **Bassin méditerranéen**, nous ont légué des procédés, et des connaissances, dont la validité est toujours actuelle.

Un alambic en terre cuite découvert au **Pakistan** semble remonter à **5 000 ans** avant notre ère.

Le **continent indien** est une des régions du monde les plus riches en plantes aromatiques : elles y sont de longue date à l'honneur dans le traitement des troubles de santé. Il y a plus de **7 000 ans**, les "eaux aromatiques" y étaient connues et utilisées. Les parfums étaient largement employés en médecine, et les *Rishis* en recommandaient l'usage au cours des sacrifices religieux, mais aussi pour traiter le corps et l'esprit. L'**Inde** est le pays d'origine du basilic, où il était sacré. Parus il y a **3 000 ans**, le *Rig-*

Veda et le *Suçrutasamhitâ* décrivent de nombreuses formules de bains et de massages où entrent : la cannelle, la cardamome, la coriandre, le gingembre, la myrrhe, et de nombreuses autres plantes aromatiques. Celles-ci étaient utilisées en fonction de leurs actions physiologiques. Les officines comportaient des installations pour la distillation. La médecine ayurvédique a codifié l'usage de nombreuses plantes aromatiques comme : *Coriandrum sativum*, *Cinnamomum verum*, etc.

En **Mésopotamie**, une inscription remontant à près de **4 000 ans** fait mention de l'utilisation d'huiles dans le cadre de rites religieux, mais également pour lutter contre les "épidémies".

A **Babylone**, une forme première d'aromathérapie consistait à faire brûler du cyprès et d'autres plantes aromatiques pour lutter contre les esprits malfaisants considérés comme pourvoyeurs de maladies et, en particulier, de miasmes.

En **Chine**, vers **3 500 avant notre ère**, le long du fleuve jaune, les bois aromatiques étaient utilisés comme encens. Il est probable qu'à la même époque, au même endroit, fût découvert le procédé d'extraction des huiles essentielles à partir de plantes infusées. Il y a **4 500 ans** environ, Shen Nung rédigea le plus ancien traité de phytothérapie dans lequel il cite de nombreuses plantes aromatiques. Vers la même époque, le *Houang-Ti Nei-Jing Su-Wen* fait référence à l'utilisation de préparations oléo-aromatiques pour le massage.

Autour du **Bassin Méditerranéen**, l'usage des plantes aromatiques occupait une place prépondérante aussi bien dans la vie quotidienne que lors des rituels. Il n'est pas toujours aisé, en se fondant sur les traductions dont nous disposons, de faire correspondre avec précision les noms cités avec les plantes botaniquement définies aujourd'hui.

En **Egypte**, entre **3 000 et 2 000 ans avant notre ère**, époque à laquelle une méthode rudimentaire de distillation était utilisée, l'usage des plantes aromatiques atteignit un développement important. Les médecins de cette époque les utilisaient pour soigner les malades, mais aussi lors de pratiques magiques, religieuses, et ésotériques. Les plantes utilisées, ainsi que leurs dérivés, étaient en grande partie d'origine locale, mais un certain nombre étaient également importées d'**Ethiopie**, ou même d'**Extrême-Orient**.

Des vins aromatiques étaient utilisés pour leurs vertus anesthésiques. Néanmoins, c'est dans l'embaumement, consistant en une imprégnation complète des tissus du défunt avec un mélange d'extraits aromatiques, et tout particulièrement d'huiles de cèdre et de basilic, que leur emploi nous a laissé les traces les plus certaines. Enfin, des fumigations aromatiques étaient largement utilisées à partir d'un mélange de soixante plantes : le *Kyphi*. Celui-ci était également employé comme remède, et brûlé dans les habitations pour les "désinfecter". Ce mélange phyto-aromatique continuera à être largement utilisé en **Grèce** et à **Rome**.

Vers **1 500 avant J.C.**, les écrits attribués à Imhotep indiquent des recettes se rapprochant de celles de l'aromathérapie moderne.

A cette époque, en Egypte, bien que les huiles essentielles ne soient pas signalées nommément, les plantes aromatiques étaient déjà très largement employées. Ces dernières, avec les gomme-résines aromatiques, étaient transformées par infusion dans des huiles végétales, ce qui libérait les essences végétales, base de la préparation des onguents aromatiques.

Les baies de *Juniperus communis* subsp. (ssp.)¹ *communis* et les écorces de *Cinnamomum verum* étaient couramment utilisées à cette époque, soit macérées dans des huiles sous forme d'onguents ou de vins médicaux, soit, fort probablement, déjà sous forme d'huiles essentielles.

1. Dans le cours du présent ouvrage, l'abréviation "subsp." a été réduite en "ssp." dans le but d'alléger le texte et sa lecture.

Les **Perses**, 1 000 ans avant notre ère, semblent être les “inventeurs” de la distillation proprement dite. Il faudra attendre 2 000 ans pour voir ce procédé être sensiblement perfectionné.

Pour leur part, les **Hébreux** employaient les arômes surtout lors des offices religieux. On peut lire à ce sujet dans la Bible le passage suivant : « Elohim dit à Moïse : “trouve des parfums nobles, 500 sicles de myrrhe pure, 250 sicles de cannelle, et autant de calamus, 500 sicles de casse, et un setier d’huile d’olive ; tu en feras un saint chrême, un mélange odorant comme le ferait un parfumeur”... »

Mais ils en connaissaient également les vertus médicinales, et il leur arrivait souvent de s’oindre le corps entier avec des mélanges tant pour soigner leurs maladies que pour élever leurs âmes.

Une anecdote significative concerne la “plante sacrée” du peuple Hébreu, qui serait notre hysope : ainsi est habituellement traduit le terme *Ezob*. Des recherches historico-botaniques semblent montrer qu’il n’en est rien. En effet, *Hyssopus officinalis* ssp. *officinalis* contient surtout de la pinocamphone lui conférant une action mucolytique spécifique. *Hyssopus officinalis* var. *decumbens*, quant à elle, est riche en linaloloxyle : expectorant et virolytique. Aussi utiles que soient ces actions, il serait surprenant qu’elles aient suffi à faire ériger la plante au rang de sacré à une époque où la lutte anti-infectieuse, surtout antibactérienne, dépendait exclusivement de la pharmacopée végétale. L’*Ezob* des Hébreux, qui était considérée à juste titre comme une plante miraculeuse capable d’enrayer les infections les plus graves serait, en fait : *Origanum syriacum carvacroliferum* ; ce que l’approche des rapports structure/activités de l’huile essentielle semble confirmer aujourd’hui.

Quant aux **Grecs**, ils faisaient une très large consommation de substances odorantes naturelles, et plusieurs ouvrages furent écrits pour vanter leurs propriétés et indiquer les meilleures régions de production.

Dans le *Livre XIII* de son *Histoire naturelle*, Pline traite des arbres et végétaux producteurs d’essences. Hippocrate, “le Père de la Médecine”, indique, dans les *Aphorismes* qui lui sont attribués, l’utilité des bains aromatiques dans le cadre du traitement des maladies de la femme. A Athènes, il lutta contre les épidémies, et tout particulièrement contre la grande peste qui ravagea la ville, en faisant brûler : de la lavande, du romarin, de l’hysope, de la sarriette, et certainement plusieurs autres plantes aromatiques.

Plus tard, une utilisation plus systématique des arômes se développa en Grèce, tout particulièrement sous forme de massages.

Théophraste, auteur du *Traité des odeurs*, remarque l’intérêt thérapeutique des parfums, et observe les principes fondamentaux de l’action des huiles essentielles sur les organes internes. Il va même jusqu’à indiquer les parfums convenant à chaque partie du corps de la femme...

Au premier siècle de notre ère, Pedanius Dioscoride rédige un ouvrage de phytothérapie présentant de nombreuses plantes aromatiques. Ce traité demeurera une référence pour toute la médecine occidentale durant un millénaire. Cet auteur connaissait le *Kyphi* pour ses propriétés antispasmodiques, et il attribue de nombreuses vertus à *Juniperus phœnicea*, dont celle d’être un utile spermicide.

Origanum majorana et les autres *Origanum*, *Thymus serpyllum* et les autres *Thymus*, *Rosa damascena*, *Ocimum basilicum*, entre autres, étaient connus et couramment utilisés à cette époque.

Les **Romains** donnaient une grande importance au basilic.

Un très ancien alambic datant de l'époque romaine, et fabriqué en terre cuite, a été retrouvé il y a quelques années en Italie.

Les Romains nous ont apporté la connaissance des propriétés thérapeutiques des huiles transmises et affinées depuis Dioscoride.

Trois siècles après Hippocrate, Asclépiade, ami intime de Cicéron, était sans doute proche du concept anglo-saxon actuel de l'aromathérapie car il utilisait le massage aromatique, auquel il associait la musique, les bains, les vins...

Les **Grecs** et les **Romains** étaient de grands utilisateurs d'onguents et de parfums. Ils croyaient aux vertus des bains aromatiques pour restaurer la vigueur sexuelle... et modérer les conséquences de leurs divers excès.

Les **Arabes** permirent une évolution considérable de la chimie, et de la technique de distillation. Ils produisirent de nombreux parfums, tout particulièrement à Damas. Bien que l'intérêt thérapeutique des huiles essentielles n'était que peu connu à l'époque, on peut leur attribuer le titre de : "Fondateurs de l'aromathérapie".

Les **Musulmans** ont repris l'utilisation de ces plantes en thérapeutique après avoir perfectionné les méthodes de distillation. En particulier Ibn Sina (dit Avicenne), qui produisit la première huile essentielle pure, il s'agissait de : *Rosa centifolia*. Il fit un large usage des huiles essentielles en thérapeutique. Plus tard nommé le "Prince des médecins", cet immense praticien publia plus de cent ouvrages médicaux, dont le célèbre : *Canon de la médecine*, qui fait référence à de nombreuses huiles essentielles.

L'importante utilisation d'épices et d'extraits aromatiques que fit l'**Occident** dès le **Moyen-Age** fut sans doute en grande partie liée aux croisades qui permirent de rapporter l'Art de la distillation. En effet, la tradition alchimique, intégrant la distillation, était très enracinée en pays musulman. Les meilleures études de l'époque sur les plantes aromatiques ont été réalisées par les médecins alchimistes ou amoureux de science qui, en pratiquant une libre recherche, ont pu approfondir les connaissances léguées par les médecins de l'Antiquité.

Le nom "*aromaterii*" donné aux apothicaires vers le **XV^e siècle** donne une idée de la place occupée par les plantes aromatiques et leurs extraits dans la médecine à cette époque.

Fin **XVI^e**, début **XVII^e**, plus de cent huiles essentielles sont utilisées pour traiter des troubles précis à partir des connaissances puisées dans l'héritage des Anciens, et enrichies des découvertes des Médecins de Tradition.

Sous **Louis le XIV^e**, on emploie les huiles essentielles très couramment pour se parfumer. Cela offrait, à qui pouvait s'en procurer, un moyen pratique pour masquer les odeurs naturelles. Pourtant, il est aujourd'hui avéré que l'usage des huiles essentielles à cette fin resta tout aussi marginale qu'elle peut l'être aujourd'hui.

C'est également à cette époque que se développe la fabrication d'"eaux florales", dont certaines sont encore commercialisées de nos jours ; ainsi : "l'Eau de Mélisse des Carmes", composée vers **1600**.

L'histoire désormais classique des quatre voleurs, qui conçurent un vinaigre aromatique dont ils s'enduisaient le corps pour détrousser, "en toute immunité", leurs infortunés contemporains atteints de la peste, est assez connue pour ne pas être contée en détail de nouveau ici. Pourtant, il n'est pas sans intérêt de rappeler que leur vinaigre aromatique comportait, entre autres : *Eugenia caryophyllus*, *Cinnamomum*

verum, Lavandula latifolia, Mentha x piperita... Cette composition est restée inscrite au *Codex* pharmaceutique jusqu'au **début du vingtième siècle !**

L'avènement de la **civilisation industrielle** entraîna un oubli presque total de l'utilisation thérapeutique des huiles essentielles.

Pourtant, il semble que leur valeur n'ait pas été ignorée de tous... En atteste, entre autres, la relation passionnée qu'entretient avec elles notre parent **Charles-Maurice de Tayllerand-Périgord**, qui lui permit, à l'inverse de nombre de ses contemporains, de se prémunir des effets du poxvirus, dévastateur à l'époque.

Le renouveau

La **France** occupe, de très loin, la première place dans l'**histoire moderne** de l'aromathérapie. Il convient tout d'abord de rappeler ici le rôle de la région de **Grasse** dans l'art de la parfumerie.

La capacité des huiles essentielles à neutraliser les germes est aujourd'hui indiscutable. Mais les travaux expérimentaux *princeps* en ce domaine furent entrepris en France, par Chamberland en **1887**. En **1888**, Cadéac et Meunier publient les résultats de leurs recherches dans ce sens (*Annales de l'Institut Pasteur*). De nombreuses vérifications *in vitro*, menées par des pharmaciens et des médecins, donnèrent des résultats concordants.

Mais le terme "aromathérapie" lui-même fut forgé en **1928** par René-Maurice Gattefossé¹. Ce **chercheur lyonnais** poursuivit ses travaux et ses recherches pendant plusieurs décennies. Une anecdote célèbre conte qu'il se brûla grièvement la main dans son laboratoire lors d'une explosion, et qu'en la plongeant sur-le-champ dans un vase rempli d'huile essentielle de lavande, une guérison ultrarapide s'ensuivit, sans infection ni trace cicatricielle !

En **1931**, R.-M. Gattefossé publie son ouvrage : *Aromathérapie*, dans lequel il décrit les résultats de ses recherches, de ses expériences, et ses découvertes. Il fut le premier à mettre en lumière les relations structure/activités des composants aromatiques et à codifier les grandes propriétés des arômes naturels : antitoxique, antiseptique, calmante, stimulante, tonifiante, etc. Il prophétise dès cette époque que l'avenir ne peut manquer de réserver un rôle de premier plan à cette thérapeutique.

Dans un autre de ses ouvrages : *Antiseptiques essentiels*, publié en **1938**, Gattefossé décrit l'avancement déjà considérable des travaux à son époque.

A la suite de ce pionnier, Mme Maury donna naissance à un courant orienté vers la beauté, le bien-être, et le prolongement de la jeunesse, qui s'implanta fortement en Grande-Bretagne. Où fleurissent encore aujourd'hui de nombreuses : "*Schools of Aromatherapy*", qui restent, jusqu'à présent, étrangères au monde médical.

Egalement dans la région de **Lyon**, le pharmacien Sévelinge consacra sa vie au développement de l'aromathérapie, non seulement en médecine humaine mais également en Art vétérinaire.

Mais les succès foudroyants remportés dans ses débuts par l'antibiothérapie éclipsèrent ces découvertes pourtant déjà bien étayées par des preuves scientifiques rigoureuses.

Néanmoins, ici et là, des groupes et des chercheurs isolés restèrent inconditionnels des huiles essentielles, et permirent à ces travaux de ne pas sombrer dans l'oubli.

1. Singulièrement, à l'époque où sir Alexander Fleming effectuait ses travaux sur la pénicilline.

Dans les **années soixante**, un mouvement de renaissance du courant français fut amorcé par Jean Valnet qui s'enthousiasma pour l'extraordinaire puissance curative des huiles essentielles, et qui, grâce la publication de son ouvrage : *Aromathérapie*, lança la nouvelle vague d'intérêt pour les "essences" dans le grand public, et chez nombre de médecins qui intégrèrent plus ou moins cette thérapeutique à leur "arsenal".

Ce mouvement essaima en diverses écoles, permettant à des milliers de médecins de se former à la pratique d'une technique anti-infectieuse dont la faculté ne soufflait mot. Une dynamique médicopharmaceutique originale résultant de l'association de pharmaciens, toujours désireux de répondre efficacement aux prescriptions des praticiens, et de certains laboratoires de biologie pratiquant les aromatogrammes, a vu le jour, encouragée par les centaines de milliers de patients concernés au premier chef par les applications de ce mouvement aux ramifications étendues.

Il convient de souligner ici la position particulière de la France, au moins sur le plan de la pratique de l'aromathérapie médicale, et tout particulièrement anti-infectieuse. Chez nous, très rapidement, les pharmaciens engagés n'hésitèrent pas à afficher "Aromathérapie" sur leur vitrine, inscription inconcevable dans les pays anglo-saxons, où le terme "*Aromatherapy*" recouvre une toute autre réalité.

S'inscrivant à la suite de cet excellent vulgarisateur qu'à été Jean Valnet, les écoles de J.-C. Lapraz et C. Duraffourd d'une part, et de P. Belaiche d'autre part, ainsi que plusieurs autres groupements répartis dans le pays, effectuèrent des travaux d'approfondissement sur les activités et les applications thérapeutiques des extraits aromatiques.

Naissance de l'aromathérapie scientifique

Depuis la seconde moitié des années 70, les directeurs du présent ouvrage, Pierre Franchomme tout d'abord, et son disciple Daniel Pénoël ensuite, en collaboration avec de nombreux médecins, pharmaciens, biologistes, et chercheurs, étudient les huiles essentielles, poursuivent et suscitent des travaux en aromathérapie.

Sur le plan scientifique tout d'abord, ils enseignent une évidence, de celles que "personne" ne voit : *« Les huiles essentielles ne sont pas des corps simples, mais bien des assemblages de molécules diverses, ayant chacune leurs propriétés particulières. »*

Ce premier pas pourrait paraître anodin. Il n'en est rien. Sa non-connaissance ou son non-emploi sont à l'origine d'une extraordinaire confusion dans les esprits. Ouvrant tour à tour plusieurs ouvrages consacrés aux plantes médicinales, on constate qu'en définitive, chaque plante, ou son huile essentielle, est susceptible de traiter presque tous les maux. L'origine de cette aberration est, en particulier, à rechercher tout d'abord dans les nombreuses imprécisions botaniques, et, ensuite, entre autres, dans la liste des emplois empiriques des plantes.

En effet, il faut savoir, par exemple, qu'il existe plusieurs centaines d'espèces d'eucalyptus portant toutes le nom "eucalyptus" mais dont les différentes huiles essentielles présentent des compositions extrêmement diverses et dont les propriétés sont donc plus ou moins éloignées, voire parfois opposées les unes aux autres. Utiliser, par exemple, une huile essentielle d'eucalyptus pour traiter un état infectieux bronchique ne sera cohérent que si cette espèce contient en majorité des alcools aux propriétés

anti-infectieuses, soit : *Eucalyptus radiata* ou *globulus*, entre autres. Dans le cas où serait utilisé *Eucalyptus dives*, par exemple (dont la composition est très différente), aucune amélioration notable ou suffisamment rapide (sauf exception en relation avec le terrain particulier du patient) ne pourrait être attendue.

Un des autres apports fondamentaux de P. Franchomme est l'application pratique de la notion de "chémotypes" (ou races chimiques). Par exemple, concernant l'espèce "thym vulgaire", il existe un certain nombre de races chimiques. Le thym, quel que soit son biotope, présentera les mêmes feuilles, les mêmes fleurs, les mêmes grains de pollen, mais synthétisera des composants aromatiques différents. Tout se passe donc ici comme s'il s'agissait de plantes différentes. Par exemple : le thym à thymol est un puissant anti-infectieux mais présente une forte dermocausticité, et une non moins nette hépatotoxicité en emploi sur une période plus ou moins longue. Au contraire, le thym vulgaire à thujanol, bien qu'également anti-infectieux, ne présente pas d'agressivité, et se trouve même être favorable aux cellules hépatiques.

Cette non-connaissance, ou cet oubli, des espèces, et des chémotypes, a d'ailleurs été à l'origine d'accidents sérieux ayant entraîné une limitation de la liberté de vente des huiles essentielles. Ainsi, il y a peu, l'huile essentielle de cèdre a-t-elle été inscrite au tableau des substances toxiques en raison d'accidents survenus lors de son emploi. En fait, lesdits accidents sont survenus avec l'utilisation de l'huile essentielle de *Thuya occidentalis* qui, au Canada, est appelé "cèdre". Or, s'il est vrai que l'huile essentielle de *Thuya occidentalis* est très fortement neurotoxique, et donc susceptible d'entraîner des crises épileptiformes, des comas, voire le décès pur et simple, après l'absorption d'une dose plus ou moins massive, tel n'est pas le cas de la véritable huile essentielle de *Cedrus atlantica* (le vrai cèdre). En effet, bien que contenant des cétones, cette dernière huile essentielle est de cinq à dix fois moins toxique que celle de *Thuya occidentalis*. Il semble bien qu'ici, comme dans de nombreux cas, une erreur botanique, étonnante, pour ne pas dire curieuse, de la part de spécialistes, soit à l'origine de l'interdiction.

La négation, par certains, de l'incontournable nécessité scientifique de connaître et d'utiliser les chémotypes en aromathérapie n'enlève rien à la certitude de leur existence. Mais relègue, sans aucun doute, ceux qui la profèrent à une époque médicale préscientifique. Ces derniers accèdent donc totalement et exclusivement la puissance magique en médecine. "L'entité thym", par exemple, agirait donc par son simple nom... Dans ces conditions, pourquoi "se fatiguer" à étudier ?

Les travaux scientifiques approfondis en aromathérapie offrent, indirectement, un avantage supplémentaire de première importance : la nécessité d'utiliser des huiles essentielles, et non des "essences". Ces dernières, même déclarées "naturelles", ne sont que des recompositions, ou parfois même de "purs" assemblages artificiels (à concurrence, tout au moins légalement, de trente pour cent de leur composition). Or, ces "essences" sont :

- Toxiques pour l'organisme dans son ensemble ;
- Irritantes pour les muqueuses ;
- Et souvent agressives pour la peau, qui est pourtant capable, par ailleurs, de supporter d'importantes quantités d'huiles essentielles d'origine réellement naturelle.

L'aromathérapie scientifique permet de constater, en pratique, les différences fondamentales existant entre un produit naturel et une substance artificielle. En effet, l'utilisation d'une essence chimique ne permet jamais, dans des cas similaires, l'obtention de résultats équivalents à ceux offerts par l'utilisation d'une véritable huile essentielle.

Ces fondements étant posés, il restait à les mettre en mouvement, à leur donner vie, et à ouvrir grandes les portes pour leurs applications en pratique quotidienne et dans la vie de tous les jours. Ici, le travail de Daniel Péroël a constitué un apport considérable, qui s'est entre autres concrétisé à travers :

- L'imagination des ternaires aromatique et aromathérapique ;
- L'intégration des connaissances sur les huiles essentielles à celles sur l'approche systémique du fonctionnement de l'organisme humain ;
- La présentation d'informations pratiques concrètes issues de la pratique médicale quotidienne et utilisables par les patients ;
- La proposition d'un plan permettant de reconverter les cultures de plantes stupéfiantes par celles de plantes aromatiques...

L'aromathérapie scientifique ouvre aux médecines naturelles une voie nouvelle vers la reconnaissance de leur intérêt, de leur valeur, et de leur utilité première pour la santé humaine, animale, et, évidemment, végétale.

Le rédacteur du présent travail a voulu, sur la base du grand savoir de Pierre Francombe et de la passion associée à la grande expérience professionnelle de Daniel Péroël, apporter une féconde contribution à ce grand édifice...

A toi lectrice, à toi lecteur de nous dire si nous sommes parvenus à nos fins.

Roger Jollois

LIVRE PREMIER

Aromatologie

De la plante aromatique à l'huile essentielle

Informations : *P. Franchomme ; avec la participation de D. Pénéoël.*

Rédaction : *R. Jollois.*

