



SE DÉBARRASSER DES INFECTIONS URINAIRES ET DES CALCULS RÉNAUX AVEC L'AROMATHÉRAPIE !

Une des premières choses à faire, c'est prendre soin de nos reins. Ils font bien plus que simplement épurer notre sang : ils assurent l'équilibre acido-basique de notre corps et jouent ainsi un rôle fondamental dans l'équilibre intérieur de l'organisme, dans la fertilité et la fécondité. Ce sont aussi les reins qui veillent à la juste répartition de l'eau dans le corps. De plus, ils fabriquent des hormones qui régulent la tension artérielle, lancent la fabrication des globules rouges et transforment la vitamine D en *calcitriol*, la forme la plus active de la vitamine D.

En Médecine chinoise, chaque énergie est également associée à une émotion : pour le rein l'émotion qui caractérise cette énergie est celle de la peur.

Le rein permet donc d'éliminer ce qui est rentré profondément en nous, qui nous a nourri et façonné, mais dont nous n'avons plus besoin. Les atteintes du système urinaire peuvent donc renvoyer aux difficultés que nous rencontrons par rapport à nos croyances fondamentales.

■ EVITER LES CALCULS RENAUX

Les calculs rénaux se forment dans les reins : ils sont composés de minéraux (les lithiases calciques) ou d'acide urique (les lithiases uriques). La plupart du temps la présence de calculs de petite taille reste inaperçue dans les reins. Il nous arrive même d'en éliminer sans s'en rendre compte. La formation de calculs dans les reins révèle une tendance psycho-émotionnelle à cristalliser au fond de nous nos croyances, nos peurs ou encore nos certitudes. Pour éviter que ce durcissement en nous se produise, il y a effectivement un travail à faire en nous pour retrouver la confiance en la Vie.

Les conseils alimentaires pour éviter un excès d'acide urique dans l'organisme sont assez simples : favorisez un régime riche en fruits et légumes frais et de qualité, ne salez pas trop vos aliments (donc évitez les repas sous vide transformés industriellement), consommez les produits laitiers et viandes avec modération, et l'alcool... avec modération également.

Souvent vous entendez qu'il faut boire un litre et demi d'eau par jour pour protéger la santé de vos reins. Mais attention ! La médecine chinoise dit que trop boire d'eau peut fragiliser l'énergie du rein en demandant aux reins de travailler encore plus. Il faut donc surtout bien choisir son eau : elle doit être faiblement chargée en minéraux, l'idéal étant une eau de source contenant moins de 200 mg de résidus secs par litre d'eau et contenant moins de 7 mg de nitrates. En France, les sources naturelles connues pour une qualité d'eau correspondant à ces critères sont les sources du *Mont Roucous* et *La Rosée de la Reine*.

Pour maintenir l'équilibre du rein :

- * 1 ml HE Hélichryse italienne (*helichrysum italicum*)
- * 1 ml HE Epinette noire (*picea mariana*)
- * 0.5 ml HE Gaulthérie couchée (*Gaultheria procumbens*)
- * 20 ml HV Noyaux abricot ou HV Tournesol

Posologie : masser les creux des deux pieds dans le sens des aiguilles d'une montre, le soir, pendant 1 semaine. Puis répéter ce massage les mois suivants à raison de 3 soirs consécutifs par mois.

En cas de calculs rénaux :

Voie orale

- * 3 ml HE Citronnelle (*Cymbopogon flexuosus*)
- * 2 ml HE Essence de citron *Citrus (limonum)* (zeste)
- * 3 ml HE Livèche (*Levisticum*) (semences) ou HE Céleri cultivé (*Apium graveolens*) (semences)
- * 2 ml HE essence de Mandarine (*Citrus reticulata*) (zeste)

Posologie : mettre 2 gouttes de la synergie sur un comprimé neutre 3 fois par jour pendant trois semaines.

Voie cutanée

- * 4 ml HE Niaouli (*Melaleuca quinquinervia*)
- * 3 ml HE Angélique racine (*Angelica archangelica*)
- * 3 ml HE Khella (*Ammi visnaga*) (fruit)

Posologie : appliquer 4 gouttes 3 fois par jour en vis-à-vis des reins pendant un mois.

Attention ! Ne vous exposez pas au soleil pendant la durée du traitement.

En cas de colique néphrétique :

Immédiatement

- * 2 gouttes HE Khella (*Ammi visnaga*) (fruit)

Posologie : prendre dans une cuillère de miel ou d'huile végétale toutes les 3 heures

L'huile essentielle de Khella a une activité antispasmodique papavérinique, c'est-à-dire, elle agit comme de l'opium pour provoquer une détente rapide et spectaculaire qui « décrispe » toute contracture. S'il y a une HE qui pourrait ouvrir les voies urinaires, détendre l'uretère, c'est bien celle-ci.

Continuer la prise orale avec la synergie suivante :

Voie orale

- * 1 ml HE Khella (*Ammi visnaga*) (fruit)
- * 2 ml HE Basilic exotique (*Ocimum basilicum* ssp. *Basilicum*)
- * 2 ml HE Camomille noble (*Chamaemelum nobile*)

Posologie : prendre 2 gouttes du mélange 4 fois par jour dans du miel ou de l'huile végétale jusqu'à amélioration de la crise.

En même temps, vous ferez une application cutanée avec une des synergies suivantes que je peux vous conseiller pour calmer la douleur irradiant dans le bas du dos tout en permettant un relâchement du spasme pour faciliter l'évacuation du calcul par voie naturelle :

1^{ère} synergie

- * 2 ml HE Basilic exotique (*Ocimum basilicum* ssp. *Basilicum*)
- * 2 ml HE Ylang Ylang (*Cananga odorata*)
- * 1 ml HE Gaulthérie couchée (*Gaultheria procumbens*)

2^{ème} synergie

- * 2 ml HE Lavande vraie (*Lavandula angustifolia*)
- * 1 ml HE Khella (*Ammi visnaga*)
- * 2 ml HE Estragon (*Artemisia dracunculus*)

3^{ème} synergie

- * 1 ml HE Angélique racine (*Angelica archangelica*)
- * 2 ml HE Inule odorante (*Inula graveolens*)
- * 2 ml HE Cyprès toujours vert (*Cupressus sempervirens*)

Posologie : Appliquer 4 gouttes de la synergie de votre choix, en friction sur le bas ventre et le bas du dos, 4 fois par jour

PREVENIR ET SOIGNER LES INFECTIONS URINAIRES

Je vous propose de regarder les solutions aromathérapeutiques en cas de cystite avant de regarder comment nous allons traiter une infection du rein. Les infections urinaires peuvent arriver chez la femme enceinte chez qui les urines stagnent souvent plus longtemps dans la vessie, favorisant ainsi le développement des bactéries dans ce foyer urinaire. Je vous donne donc une synergie pour la voie cutanée chez la femme enceinte.

Chez la femme enceinte, la voie orale sera contre-indiquée. Pensez surtout à calmer ses peurs quant à son nouveau statut de maman en lui proposant l'huile de Lavande vraie sur le bas ventre.

Synergie anti-infectieuse et anti-inflammatoire pour la femme enceinte atteinte d'une cystite :

- * 5 ml HE Lavande vraie (*Lavandula angustifolia*)
- * 3 ml HE Bois de Hô (*Cinnamomum camphora* CT linalol)
- * 2 ml HE Tea Tree (*Melaleuca alternifolia*)
- * 20 ml HV Macadamia

Posologie : Appliquer 8 gouttes du mélange en vis-à-vis de la vessie sur le bas ventre, trois fois par jour. Augmenter la quantité d'eau légère que vous consommez par jour. Vous pouvez aussi boire des tisanes diurétiques pour vous aider à vider régulièrement la vessie.

Cette synergie convient également aux enfants souffrant de cystite : Pour l'enfant de plus de 3 ans, appliquer 3 gouttes de la synergie, mélangées à 5 gouttes HV macadamia, 3 fois par jour.

En cas de cystite chez les adultes :

Voie orale

- * Oléocapsules HE Origan (Origanum compactum)

Posologie : suivre les indications sur la notice

ou

- * 1 goutte HE Clou de girofle (Eugenia caryophyllata)

- * 1 c. à café HV Olive

Posologie : prendre le mélange 3 fois par jour

Voie cutanée

1^{ère} synergie

- * 4 ml HE Marjolaine à coquilles (Origanum majorana)

- * 5 ml HE Bois de rose (Aniba roseaodora)

- * 1 ml HE Clou de girofle (Eugenia caryophyllata)

- * 10 ml HV Macadamia

Posologie adulte : appliquer 8 gouttes sur le bas ventre 4 fois par jour

2^{ème} synergie

- * 2 ml HE Palmarosa (Cymbopogon martinii)

- * 4 ml HE Bois de Hô (Cinnamomum camphora CT linalol)

- * 4 ml HE Eucalyptus globulus

Posologie adulte : appliquer 6 à 8 gouttes en friction sur le bas ventre 4 fois par jour

Attention ! Pour les femmes enceintes, se référer à la synergie précédente.

En cas de pyélonéphrite :

Voie cutanée

- * 3ml HE Tea Tree (Melaleuca alternifolia)

- * 3 ml HE Gaulthérie couchée (Gaultheria procumbens)

- * 2 ml HE Genévrier (Juniperus communis) (baies et rameaux)

- * 2 ml HE Laurier noble (Laurus nobilis)

- * 10 ml HV Macadamia

Posologie adulte : faites pénétrer 6 à 8 gouttes du mélange 3 à 4 fois par jour sur le bas ventre et au niveau des reins dans le dos.

Voie orale

- * Oléocapsules HE Origan (Origanum compactum)

Posologie adulte : 2 capsules 3 fois par jour. **Ne convient pas à la femme enceinte.**