



# Maîtriser le pouvoir des huiles essentielles

Une formation inédite pour devenir acteur de votre santé

## PROSTATE, ANDROPAUSE, LIBIDO : L'AROMA AU MASCULIN !

### ■ TROUBLES DE LA PROSTATE

Commençons par les troubles de cette glande spécifiquement masculine, la prostate. Elle est située sous la vessie où elle entoure l'urètre. Son rôle est de produire le liquide prostatique qui entre dans la composition du sperme, en s'associant aux spermatozoïdes fabriqués dans les testicules. Ce liquide contribue à la qualité du sperme.

L'hypertrophie constitue la première affection de la prostate. Avec l'âge, elle se met à gonfler autour de l'urètre. A cause de cette hypertrophie, la prostate empêche la vidange complète de la vessie lorsque l'on fait pipi. D'où une envie accrue d'uriner, même la nuit.

Hélas, au-delà de ce petit désagrément qui se traduit par des réveils nocturnes, de vraies complications peuvent découler de cette hypertrophie : la rétention urinaire douloureuse nécessitant un sondage vésical, la formation de calculs urinaires dans la vessie, l'impuissance fonctionnelle et même une insuffisance rénale !

En cas de mictions fréquentes et de difficultés à uriner :

*Voie orale*

- \* 1 ml HE Pin sylvestre (*Pinus sylvestris*)
- \* 2 ml HE Cyprès toujours vert (*Cupressus sempervirens*)
- \* 2 ml HE Camomille noble (*Chamaemelum nobilis*)
- \* 1 c. à café HV Pépin de courge

Posologie : prendre 3 gouttes du mélange dans la cuillère d'huile végétale 3 fois par jour pendant 3 semaines, puis pendant une semaine par mois.

*Voie cutanée*

- \* 4 ml HE Niaouli (*Melaleuca quinquinervia*)
- \* 2 ml HE Lentisque pistachier (*Pistacia lentiscus*)
- \* 4 ml HE Romarin CT camphre (*Rosmarinus off. Camphre*)
- \* 40 ml HV Calophylle

Posologie : masser le bas ventre matin et soir avec 8 gouttes de cette synergie pendant 3 semaine, puis 1 semaine par mois.

**Attention !** Cette synergie ne conviendrait pas à un homme ayant un cancer de la prostate.

Une bonne hygiène de vie (un régime riche en antioxydants et pauvre en boissons gazeuses, et une activité physique régulière) entretient le bon fonctionnement de la prostate et évite des congestions dans le bas ventre. Sachez également que l'hypertrophie de la prostate entraîne une tension au niveau de la charnière lombo-sacrée – ce qui explique l'impuissance fonctionnelle qui peut en résulter. Il est de toute façon indiqué d'aller consulter un ostéopathe qui saura lever ce frein au niveau du sacrum.

La seconde affection de cette glande est celle de son inflammation. Cela se traduit généralement par l'apparition de douleurs lors de la miction et lors de l'éjaculation. Pour améliorer cette inflammation importante, vous utiliserez, en plus de la voie cutanée et de la voie orale, la voie rectale. Les trois formes d'application des huiles essentielles se pratiquent simultanément.

#### En cas d'inflammation de la prostate :

##### *Voie orale*

- \* 2 gouttes HE Lentisque pistachier (*Pistacia lentiscus*)
- \* 1 c. à café HV Pépins de courge

Posologie : Prendre ce mélange 3 fois par jour pendant 2 semaines.

##### *Voie rectale (à faire préparer en pharmacie)*

- \* 50 mg HE Cyprès toujours vert (*Cupressus sempervirens*)
- \* 50 mg HE Immortelle (*Helichrysum italicum*)
- \* 50 mg HE Lentisque pistachier (*Pistacia lentiscus*)
- \* 50 mg HE Eucalyptus citronnée (*Eucalyptus citriodora*)
- \* Excipient QS pour faire un suppositoire de 3 gr dt 30

**Posologie :** prendre 1 suppositoire matin et soir pendant 15 jours.

##### *Voie cutanée*

- \* 5 ml HE Gaulthérie couchée (*Gaultheria procumbens*)
- \* 2 ml HE Immortelle (*Helichrysum italicum*)
- \* 3 ml HE Romarin CT camphre (*Rosmarinus off. Camphre*)
- \* 20 HV Calophylle

**Posologie :** appliquer 8 gouttes du mélange sur le bas ventre 4 fois par jour pendant 20 jours

En prévention et en entretien du terrain, vous pouvez vous faire un smoothie contenant du cresson frais, deux branches de céleri et de la coriandre fraîche. Ce sont de remarquables draineurs naturels aux vertus anti-inflammatoires. Pensez à compléter votre alimentation d'huile végétale de pépins de courge. Vous pouvez utiliser la même synergie en prévention que celle conseillée en cas d'hypertrophie prostatique.

## AUTRES INFECTIONS

Une autre affection qui atteint plus spécifiquement les hommes est l'infection de l'urètre. Souvent ce sont les bactéries associées aux MST, les chlamydie et les gonocoques, qui sont à l'origine de cette infection. Les symptômes sont souvent (mais pas toujours) des douleurs lors des mictions, de la pollakiurie, un écoulement au niveau du pénis et surtout le gonflement des ganglions lymphatiques de l'aîne.

En cas d'urétrite (la voie orale et la voie cutanée se pratique ensemble) :

*Voie orale*

\* Oléocapsules HE Origan (*Origanum compactum*)

Posologie : 1 capsule 3 fois par jour pendant 10 jours

*puis :*

\* 2 gouttes HE Thym CT thujanol (*Thymus vulgaris* CT thujanol)

\* 1 c. à café HV Pépin de courge

Posologie : prendre 3 fois par jour pendant 10 jours

*Voie cutanée*

\* 1 ml HE Sarriette (*Satureja montana*)

\* 4 ml HE Tea Tree (*Melaleuca alternifolia*)

\* 2 ml HE Camomille noble (*Chamaemelum nobilis*)

\* 3 ml HE Eucalyptus citronnée (*Eucalyptus citriodora*)

\* 30 ml HV Macadamia

Posologie : appliquer 6 à 8 gouttes sur le bas ventre et localement au niveau des parties génitales jusqu'à amélioration nette des symptômes.

Il est évidemment conseillé de pratiquer l'abstinence sexuelle pendant le mois du traitement pour éviter de contaminer ou de surinfecter sa partenaire ou son partenaire. La partenaire doit impérativement suivre un traitement aromathérapeutique adapté à l'infection vaginale.

En cas d'infection au papillomavirus :

*Voie orale*

\* Oléocapsules HE Origan (*Origanum compactum*)

Posologie : 1 capsule 3 fois par jour pendant 10 jours, puis 1 capsule six jours sur sept, pendant 3 à 6 mois.

*Voie cutanée*

\* 10 ml HE Eucalyptus globulus

\* 5 ml HE Sarriette (*Satureja montana*)

\* 10 ml HE Saro (*Cinnamosma fragrans*)

\* 25 ml HV Noyau d'abricot

Posologie : faire 3 applications locales (région pubienne et cuisses) par jour pendant 3 semaines. Après une semaine d'arrêt, reprendre le protocole pendant 3 à 6 mois.

Il est indispensable que sa/son partenaire suive un traitement aromathérapeutique adapté pour éviter une surinfection.

## L'ANDROPAUSE

L'andropose est caractérisée par la baisse du taux de testostérone dans l'organisme. Bien sûr, c'est moins radical que la ménopause chez la femme. Car chez l'homme il n'y pas d'interruption de la sécrétion hormonale comme chez la femme. L'andropause n'entraîne pas non plus d'infertilité. Mais beaucoup d'hommes de plus de 50 ans éprouvent à ce moment une sensation de fatigue avec un manque de tonus musculaire, une baisse de libido et de moral

La plus importante huile essentielle régulatrice de l'axe hypophyse-testiculaire chez l'homme reste l'huile essentielle de Romarin CT verbénone de Corse. Cette merveille de la nature agit au niveau de la glande motrice de l'ensemble du système hormonal : l'hypophyse pour assurer l'équilibre humoral. Elle a un effet anti-âge et entretient vos capacités mentales, notamment votre mémoire.

En cas de baisse de moral, à partir de la cinquantaine :

### *Voie orale*

- \* 1 goutte HE Romarin CT verbénone (Rosmarinus off. CT verbénone)
- \* 1 c. à café HV Pépin de courge

Posologie : prendre matin et soir dans la cuillère d'huile végétale, pendant un mois. Répéter ce protocole tous les 3 mois, aux changements de saison.

### *Voie cutanée*

- \* 4 ml HE Pin sylvestre
- \* 2 ml HE Menthe citronnée (Mentha citrate)
- \* 4 ml HE Santal blanc
- \* 90 ml HV Noyaux d'abricot

Posologie : faire un auto massage avec 4 à 6 gouttes du mélange sur le bas ventre le matin et de vous faire appliquer (si possible) 8 à 10 gouttes du mélange en onction le long de la colonne vertébrale le soir pendant 3 semaines.

Si l'envie vous prend, vous pouvez utiliser cette synergie comme base pour un massage de tout le corps. Notez la présence de HE Menthe citronnée qui est la seule des menthes à être exempte de toxicité. Elle ne contient ni de menthol ni de menthone.



La présence de HE Pin sylvestre dans cette synergie s'impose : c'est une huile essentielle qui porte la signature de la virilité. Dans la mythologie grecque, le Pin sylvestre est la preuve de la vigueur masculine du jeune Attis qui s'est donné la mort pour rester fidèle à Cybèle (Si-Belle), sa mère. De sa perte apparente de virilité, là où est tombé son sang, a jailli le pin sylvestre. Ses longues feuilles gracieuses en forme d'aiguilles rappellent la chevelure d'Attis et son fruit rappelle un membre viril. L'essence du Pin sylvestre est consacrée à la jeunesse éternelle masculine.

Quant au Santal blanc... cette huile essentielle a des propriétés antidépressives étonnantes. C'est une tonique physique qui favorise la sexualité par son activité marquée sur le système parasymphatique.

Pour entretenir le tonus et harmoniser l'énergie masculine :

- \*2 ml HE Laurier noble (*Laurus nobilis*)
- \*1 ml HE Ylang ylang (*Cananga odorata*)
- \*2 ml HE Encens (*boswellia carterii*)
- \*15 ml HV Tournesol

Posologie : faire une application avec quelques gouttes du mélange sur le plexus, entre le pubis et le nombril, 3 fois par jour pendant 7 jours, une semaine par mois.

Ce mélange énergétique a pour but d'harmoniser l'énergie masculine – ce que l'on appelle le Yang en médecine traditionnelle chinoise. Son application sur ce plexus relance et dynamise le yang.

Vous pouvez bien évidemment utiliser, au moment propice, l'huile de massage dont je vous ai indiqués les secrets et les promesses, pour continuer à vous épanouir dans votre relation de couple.