



Maîtriser le pouvoir des huiles essentielles

Une formation inédite pour devenir acteur de votre santé

LE TEA TREE, L'AUTRE PANACEE ET SES PETITS COUSINS

LA GRANDE FAMILLE DES MYRTACEES

Le genre des Melaleucas appartient à la même famille botanique que les Eucalyptus, c'est-à-dire, à la grande famille des Myrtacées à laquelle appartient un parent plus proche de chez nous, en Méditerranée, les Myrtes.

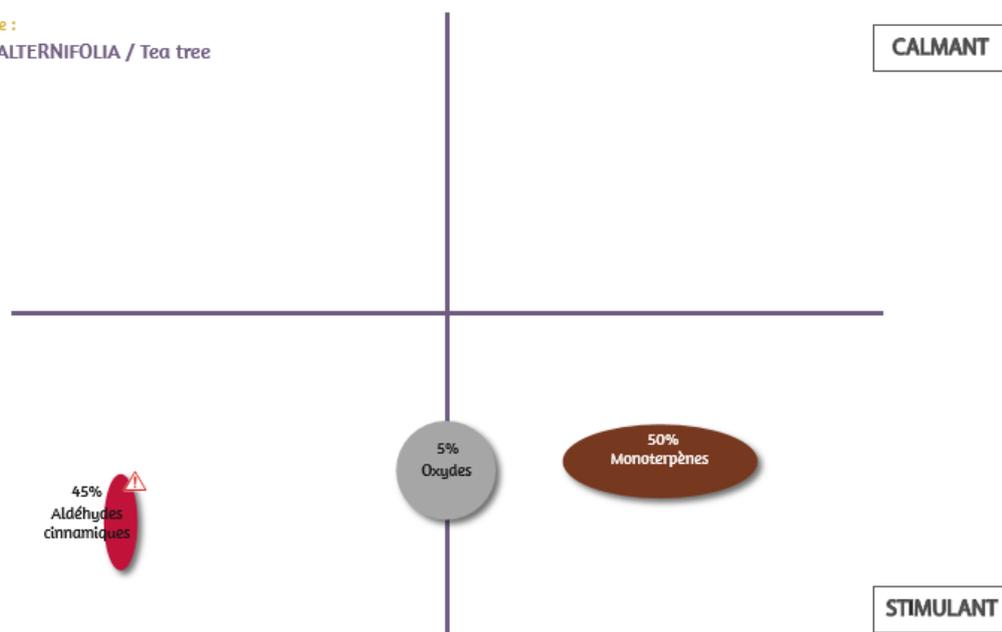
L'origine étymologique du genre Melaleucas vient du grec : « melas » veut dire « noir » ou « sombre » et « leucas », signifie « blanc ». Ces arbres de taille moyenne, plutôt petite, sont caractérisés par des feuilles persistantes dont le vert sombre forme un contraste frappant avec la couleur claire de l'écorce de l'arbre. Les fleurs en forme de goupillon sont magnifiques et leur nectar abondant est très apprécié de la faune.

L'HUILE ESSENTIELLE DE TEA TREE (ARBRE À THE)

L'aspect des feuilles du Tea tree, fines et d'un vert vif sont duveteuses. Tout en étant chargées d'essences elles semblent annoncer par leur petit duvet fin la douceur de leur activité pour la peau.

Carte biochimique :

MELALEUCA ALTERNIFOLIA / Tea tree





Comme vous pouvez le constater, cette HE est clairement tonique et anti-infectieuse. Elle est caractérisée par cette composition biochimique si particulière à tous les grands remèdes immuno-modulants et antiseptiques à large spectre. Le Tea tree contient jusqu'à 45% d'une molécule anti-infectieuse très prisée, le 4 terpinéol. De plus, elle ne présente aucune toxicité. Cette HE contient un faible pourcentage de 1.8 cinéole qui en fait un expectorant très doux et modéré. Son usage n'est donc pas contre-indiqué chez l'asthmatique.

Son usage anti-infectieux très polyvalent en fait un « must » dans n'importe quelle pharmacie naturelle. Elle peut même être utilisée chez le jeune enfant. Des pellicules aux piqûres de moustique en passant par les mycoses et des surinfections, son usage thérapeutique d'assainissement général est quasiment sans limite.

L'arbre à thé contient également un taux élevé de monoterpènes (50%) dont environ 20% de para-cymène qui lui confère sa puissante activité en tant qu'antalgique percutané. Effectivement, l'application de HE Tea tree à même la peau soulage rapidement toute douleur locale, due à une contusion ou autre traumatisme.

Cette HE est aussi très précieuse dans une synergie anti-infectieuse lors de toute pathologie entraînant un état fébrile. L'importante présence de para-cymène en fait une huile essentielle de premier choix pour soulager les courbatures qui accompagnent la fièvre. Aussi pouvez-vous toujours l'incorporer dans une synergie pour combattre une grippe, un rhume, une cystite, une hépatite, voire tout état infectieux.

Une autre particularité de sa spécificité biochimique tient en un autre monoterpène dont il contient environ 20% : le gamma-terpinène qui se transforme, tenez-vous bien, une fois appliquée sur la peau ou ingérée, en 4 terpinéol ! – notre super héros antiseptique.

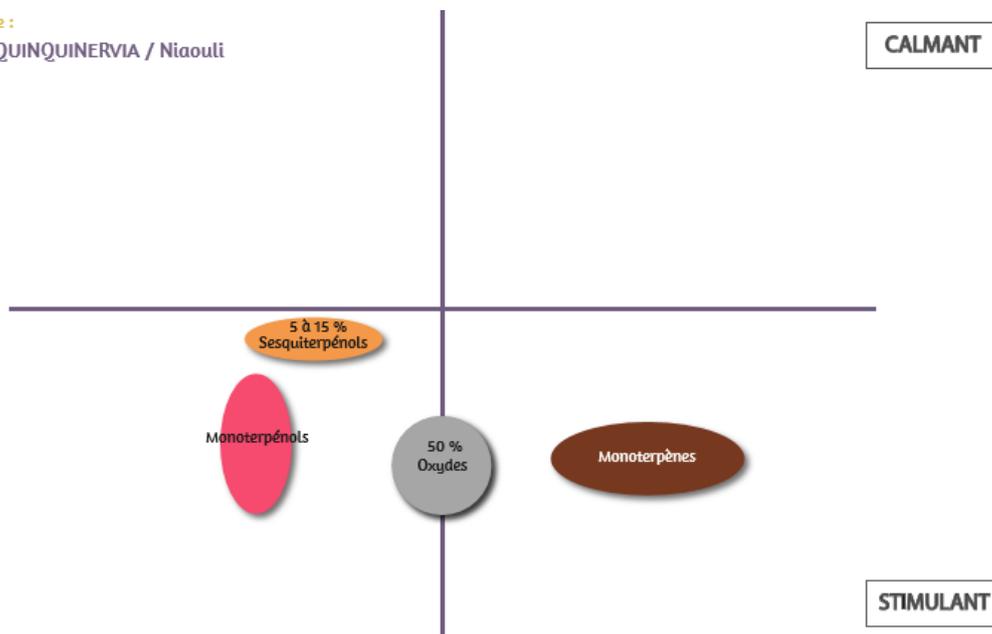
Vu le profil particulier de l'huile essentielle de Tea tree, il est inutile de vous donner des recettes pour des problèmes spécifiques. Vous pouvez quasiment l'utiliser pour tout. Vous trouverez très souvent la présence de cette huile essentielle dans mes conseils pour les infections affectant les enfants et dans mes conseils pour l'hygiène dentaire et l'hygiène de la peau.

■ L'HUILE ESSENTIELLE DE NIAOULI

Le Melaleuca quinquenervia se distingue clairement des deux autres Melaleucas par l'aspect de ses feuilles coriaces et larges où l'on peut compter 5 nervures longitudinales. C'est précisément ce que signifie « quinquenervia ». Une autre caractéristique du niaouli est son écorce généreusement parcheminée.

Carte biochimique :

MELALEUCA QUINQUINERVA / Niaouli



Cette huile essentielle, comme celle de l'arbre à thé est indéniablement tonique et dynamisante. La répartition des molécules dans les diverses familles biochimiques est très différente de ce que nous avons vu toute à l'heure. Le Niaouli est un puissant expectorant. Il contient 50% de l'oxyde 1.8 cinéole. Il ne sera donc pas conseillé chez l'asthmatique.

Une autre grande différence est le taux relativement élevé (de 5 à 15%) de viridiflorol, un sesquiterpénoïde qui est responsable de la puissante activité décongestionnante de cette huile essentielle. Associée au 1.8 cinéole, cette molécule oriente l'activité de cette huile essentielle vers la sphère broncho-pulmonaire. Nous l'utilisons souvent en cas de congestions dans la sphère oto-rhino-laryngologique. Comme nous l'avons déjà vu, c'est notamment le remède majeur en cas d'otites.

L'huile essentielle de Niaouli est effectivement très efficace contre des virus qui s'attaquent à la sphère respiratoire.

L'aspect de l'arbre à l'écorce claire qui s'ouvrant à l'infini – le Paperbark – semble confirmer les vertus de son huile essentielle pour enlever des couches de mucus obstruant les bronches afin d'exprimer clairement son ressenti.

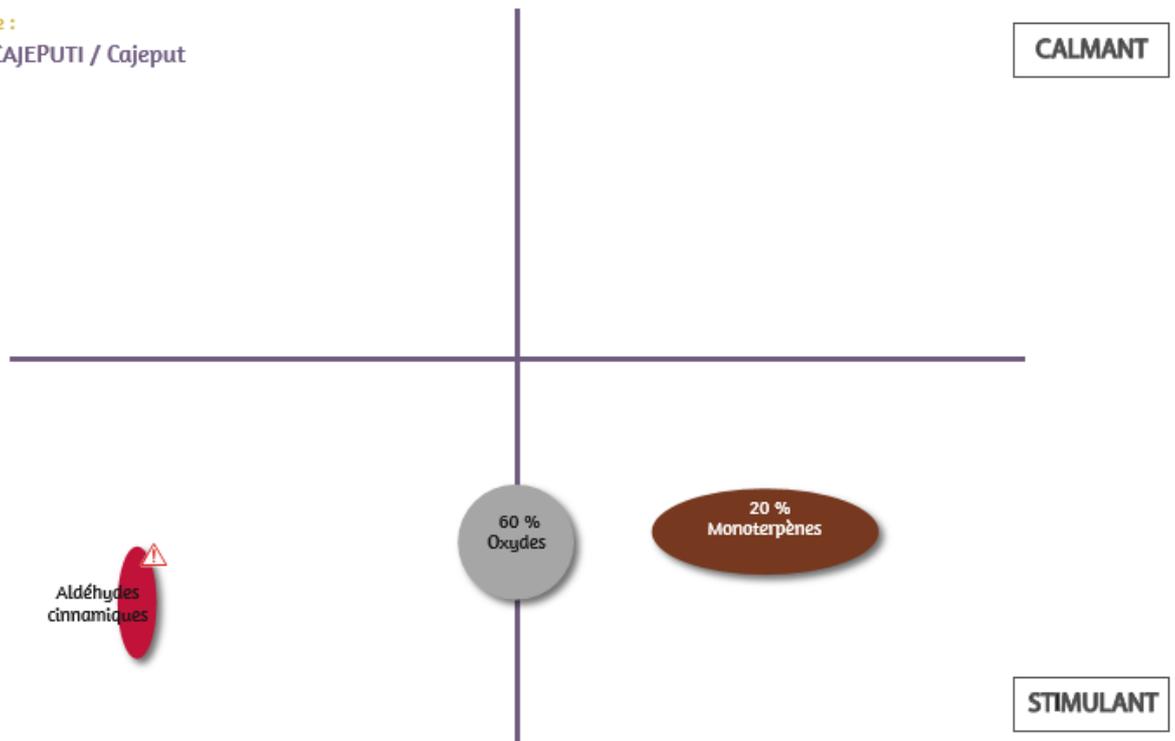
En anglais, on utilise l'expression « to get it off your chest » qui peut être traduit littéralement par « expulser quelque chose qui nous préoccupe de son thorax/ poumon ». En français cela donnerait plutôt « cracher le morceau ». Dans les deux expressions, nous retrouvons l'idée d'exprimer les choses pour clarifier le ressenti. C'est merveilleux que le niaouli nous donne la Signature du livre ouvert qui semble inviter à la nécessité salutaire de s'exprimer pour mieux respirer.

L'HUILE ESSENTIELLE DE CAJEPUTI

La troisième des Melaleucas est le Cajeputi ou le Melaleuca cajeputi. Melaleuca cajeputi appartient au même genre que ses deux cousins, mais a des origines plus étendues pour inclure l'Asie et l'Inde à son rayonnement naturel : son nom vient d'ailleurs du malais où « cajeput » signifie « arbre blanc ». L'écorce blanche se détache en lames exfoliantes de l'arbre, proche des deux autres, mais plus douce que l'huile essentielle de Niaouli, grâce à la présence du limonène.

Carte biochimique :

MELALEUCA CAJEPUTI / Cajeput



Nous voyons qu'il s'agit d'un excellent anti-infectieux respiratoire, au même titre que l'huile essentielle d'Eucalyptus radié. Elle n'a pas de toxicité remarquable, si ce n'est la prudence sur un terrain asthmatique. A cause de la présence importante de la molécule expectorante, le 1.8 cinéole, présente à environ 60%, l'utilisation de cette huile essentielle sera contre-indiquée chez l'asthmatique.

Elle peut facilement être associée à d'autres huiles essentielles ayant une dynamique similaire. C'est une très belle huile essentielle pour la diffusion atmosphérique en mélange aux zestes de citrus.