

Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

FORMULE Eczéma sec



Description du cas

De plus en plus courant, l'eczéma est aujourd'hui la plus fréquente des maladies de la peau et toucherait entre 15 à 30% des enfants et 2 à 10 % des adultes. Il s'agit d'une dermatose prurigineuse liée à une inflammation de la peau. Eczéma signifie d'ailleurs "bouillir" en grec. Non contagieux et bénin, il peut s'avérer parfois très incommodant et altérer la qualité de vie de celui qui en souffre.

Il existe plusieurs types d'eczéma : atopique (le plus courant), de contact, séborrhéique, nummulaire, il peut être aigu ou chronique et toucher une ou plusieurs parties du corps.

La forme dite "atopique" survient le plus souvent chez les nourrissons et jeunes enfants, elle peut guérir spontanément avant l'adolescence mais aussi se retrouver à l'âge adulte, parfois de manière chronique. Comme son nom l'indique, elle apparaît chez les personnes prédisposées génétiquement (dans plus de la moitié des cas, au moins l'un des parents est aussi atopique) aux allergies et leurs différentes manifestations (elle peut être liée à l'asthme, à des allergies respiratoires, cutanées, alimentaires).

En cas d'eczéma de contact, un certain nombre de substances peuvent être mises en cause, parmi lesquelles les produits d'hygiène corporelle, cosmétiques, les vêtements, les bijoux...

Les symptômes liés à l'eczéma sont des démangeaisons qui peuvent être importantes (d'où un risque infectieux du fait des lésions créées lors du grattage), des rougeurs et un gonflement, des petites cloques qui décollent l'épiderme et peuvent être remplies de liquide et forment ensuite des croûtes. En cas d'eczéma chronique, la peau peut s'épaissir.

La manifestation psychosomatique est reconnue dans le cas de l'eczéma et un gros stress, un choc émotionnel peuvent le faire apparaître. Mécanisme de rejet de quelque chose d'extérieur qui ne me convient pas (aliment, situation stressante...), il peut aussi indiquer un rejet de soi-même, une difficulté à s'aimer et une crainte d'être blessé, abandonné faisant que l'on peut vivre surtout en fonction de l'attente des autres. Une situation de séparation, parfois brutale, peut avoir eu lieu et le manque de contact par le toucher peut entraîner l'apparition d'eczéma.

Après un nettoyage de la peau avec des hydrolats, l'action apaisante, anti-inflammatoire, cicatrisante, antiseptique des huiles essentielles associée aux vertus calmantes et nourrissantes des huiles végétales aidera à soulager cette affection.





Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

Contenants



Flacon brun DIN18 de 10ml (unité - sans bouchon)



Bouchon DIN18 pour huiles grasses flacons de 5 à 100 ml

Matériel nécessaire



Eprouvette graduée 10 ml



Ingrédients

	Ingrédient	Pourcentage (%)	Pour 10 mL
	HUILE ESSENTIELLE Lavandula latifolia (Lavande aspic)	1.5	0.2 mL
	HUILE ESSENTIELLE Chamaemelum nobile (Camomille romaine)	0.5	0.1 mL
	HUILE ESSENTIELLE Cinnamomum camphora linaloliferum (Bois de Hô)	1	0.1 mL
	HUILE ESSENTIELLE Pelargonium roseum (Géranium rosat Maroc)	1.5	0.2 mL
	HUILE ESSENTIELLE Commiphora myrrha (Myrrhe)	0.5	0.1 mL
	HUILE VEGETALE Calophyllum inophyllum (Calophylle inophyle)	35	3.5 mL
	HUILE VEGETALE Rosa rubiginosa (Rose musquée du Chili)	60	6 mL



Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

Préparation

Dans un flacon en verre teinté de 10 ml, ajouter chacune des huiles essentielles citées selon la quantité proposée, sachant qu'1 ml d'HE correspond environ à 25 gouttes ; puis compléter le flacon avec l'huile végétale de Calophylle et celle de Rose musquée (à l'aide d'une éprouvette si besoin). Après avoir bien refermé le flacon, homogénéiser la préparation en lui faisant faire des rotations sur lui-même. La quantité du mélange à préparer variera bien sûr en fonction de la surface des zones à traiter.

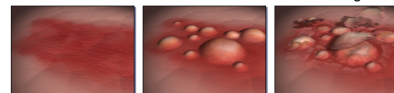
Eczema



Redness

Blisters

Flaking



Utilisation

Commencer par nettoyer avec douceur les zones eczémateuses à l'aide de compresses imbibées avec un hydrolat ou un mélange de 3 hydrolats parmi les suivants : Rose, Lavande fine, Sauge officinale, Camomille romaine, Camomille matricaire, Achillée millefeuille, Bois de Santal, Géranium, Menthe poivrée. Puis masser délicatement la ou les zones concernées avec avec quelques gouttes du mélange proposé 3 fois par jour pendant 3 semaines. Faire une pause d'une semaine et renouveler si besoin.

Précautions d'usage

- Déconseillée chez les enfants de moins de 6 ans.
- Déconseillée pendant les 3 premiers mois de grossesse.





Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

Conseils complémentaires

- Alimentation : éviter les aliments transformés avec additifs, conservateurs, pesticides, éviter les excitants (alcool, café, tabac), les épices fortes, limiter, voire arrêter les laitages et le gluten au moins pendant quelque temps.
- Hygiène de vie : ne pas agresser la peau avec des substances irritantes (y compris les gels douche et savons), éviter au maximum de gratter les lésions, attention au choix de ce qui entre en contact avec la peau (cosmétiques, parfums, vêtements, bijoux...).
- Eviter les sources de stress, apprendre à gérer son stress (yoga, gi-gong, méditation, relaxation, activité physique...), prendre du temps pour soi.
- Les massages réguliers sont très intéressants, il est important de se réconcilier avec le toucher en cas de maladies de peau.
- Rechercher les causes psycho-émotionnelles qui peuvent être à l'origine de cette affection, exprimer ses besoins, apprendre à s'aimer, prendre soin de soi, se reposer.
- Cataplasme d'argile : à appliquer sur les zones concernées, laisser en place une demi-heure environ puis appliquer le mélange proposé.
- Le gel d'Aloe vera est également intéressant pour hydrater la peau et atténuer les démangeaisons en application locale, ainsi que le macérât huileux de Calendula.
- Certains compléments alimentaires peuvent être intéressants : oméga-3 (huiles de colza, noix, lin, poisson) et oméga-6 (huiles d'onagre, bourrache) pour améliorer l'état de la peau, probiotiques (avec la souche *Lactobacillus rhamnosus*) pour la santé intestinale et renforcer le système immunitaire, gros intestin et peau étant liés en médecine chinoise.
- Faire une cure d'hydrolats par voie interne pour compléter le soin par voie externe : choisir un ou 3 hydrolats parmi les suivants (Rose de Damas, Lavande fine, Sauge officinale, Camomille romaine, Camomille matricaire, Achillée millefeuille, Bois de Santal), mettre une cuillère à soupe de l'hydrolat ou du mélange choisi dans 1L d'eau à boire tout au long de la journée, pendant 40 jours.
- Phytothérapie : les plantes drainantes de la peau et de la sphère hépato-biliaire (Bardane, Pensée sauvage, Pissenlit, Radis noir) et les plantes à visée relaxante (Passiflore, Mélisse, Aubépine, Lavande) peuvent être utilisées en tisane ou extraits fluides.

Références / Bibliographie

Ma bible des huiles essentielles - Danièle Festy - Editions Leduc

L'aromathérapie, se soigner par les huiles essentielles - Dominique Baudoux - Editions Amyris

Cette formule est étudiée en détails dans nos formations, d'autres formules sur ce thème disponibles dans les modules suivants :

- AROMATHÉRAPIE PRATIQUE NIVEAU 4 - LES ÉTUDES DE CAS
- PHYSIOLOGIE ET HOMÉOSTASIE NIVEAU 3

