

# Huiles essentielles utilisées pour traiter les douleurs.

Nous pouvons tous être confrontés à différents types de douleurs , ( douleurs organiques, douleurs de l'appareil locomoteur, douleurs chroniques...). Une grande proportion de ces symptômes douloureux peut se traiter naturellement par l'aromathérapie.

En automédication, les huiles essentielles ne doivent être utilisées qu'en applications cutanées ou par voie respiratoire.

Avant toute application cutanée il est indispensable de vérifier une allergie possible en déposant une goutte d'huile essentielle dans le creux du coude.

En application cutanée, les huiles essentielles doivent être mélangées à une huile végétale aux propriétés en accord avec l'effet recherché.

La plupart du temps un massage 2 à 3 fois par jour de la zone concernée, avec une synergie adaptée, donne de bons résultats.

Lors d'une utilisation en inhalation ou diffusion il est prudent de choisir une huile essentielle dont vous trouvez l'odeur agréable.

**Les utilisations des huiles essentielles par voies interne (orale, vaginale, rectale) , ne doivent être mises en oeuvre que suite aux prescriptions d'un professionnel de santé.**

# Huiles végétales utilisées dans les synergies contre la douleur.

- **Huile végétale d'arnica.**

Elle est souvent choisie comme base pour ses capacités anti-inflammatoires dans les synergies pour calmer différentes douleurs de l'appareil locomoteur.

- **Huile végétale de millepertuis.**

Reconnue pour atténuer les douleurs musculaires, les crampes, elle est souvent utilisée dans les synergies pour calmer différentes douleurs de l'appareil locomoteur.

- **Huile végétale de macadamia.**

Sa grande capacité de protection de la peau la font ajouter aux synergies pour une utilisation sur des peaux fragiles.

- **Huile végétale de calophylle.**

Grâce à ses puissants actifs cicatrisants et circulatoires elle est efficace pour régénérer les tissus et combattre l'inflammation.

# Huiles essentielles utilisées pour calmer les douleurs.

- **Huile essentielle de clous de girofle.**



## **Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Arthrite, arthrose, douleurs musculaires , rhumatismes.....

**Douleurs organiques et névralgiques. Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Ballonnements, douleurs dentaires, fermentation intestinale, inflammation de l'intestin grêle, inflammation du côlon, spasmes intestinaux.....

**Voie interne. ( vaginale, rectale).** Ballonnements fermentation intestinale douloureuse, inflammation de l'intestin grêle, infection génitale...

## • Huile essentielle de menthe poivrée.



### **Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Arthrite, céphalée, chocs, douleurs articulaires et musculaires, tendinite....

### **Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Céphalées, diarrhée aiguë, migraines, prostatite, règles douloureuses....

**Voie interne. ( rectale) :** diarrhée aiguë, troubles digestifs....

## • Huile essentielle de gaulthérie.



### **Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Arthrite inflammatoire, arthrose vertébrale, contractures, courbatures, crampes, douleurs musculaires, préparation à l'effort physique, récupération d'un effort physique, rhumatismes, tendinite.....

### **Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Céphalée due à un problème hépatique, migraine.....

- **Huile essentielle d'hélichryse italienne.**



**Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Arthrite, contusions, ecchymoses, entorses, hématome, polyarthrite, rhumatismes.....

**Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Douleurs dentaires...

- **Huile essentielle de camomille romaine.**



**Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Arthrite, ecchymoses, entorses, rhumatismes, tensions musculaires.....

**Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Douleurs de la ménopause, excès de la glande surrénale, maux d'oreilles, névralgies, règles douloureuses.....

## • Huile essentielle de cajepout.



### **Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Arthrite, arthrose, douleurs articulaires et musculaires, rhumatismes.....

### **Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Brûlures, démangeaisons, eczéma, herpès labial, varicelle, zona, mycoses, nervosité, otite, psoriasis.....

**Voie interne (orale, rectale, vaginale) :** Douleurs lors d'infections ORL, respiratoires, d'infections génitales et urinaire....

## • Huile essentielle de cannelle de Ceylan.



### **Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Ballonnements, bronchite, colite, coliques, constipation, crampes abdominales, diarrhée infectieuse.....

**Voie interne (orale, rectale, vaginale) :** Aérophagie, ballonnements, bronchite, colite, coliques, crampes abdominales, diarrhée infectieuse, spasmes intestinaux.....

- **Huile essentielle de romarin à camphre.**



**Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Arthrite, arthrose, courbatures, crampes, douleurs articulaires et musculaires, entorse, rhumatismes, tendinites.....

- **Huile essentielle de basilic exotique.**



**Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Arthrite, contracture et tension musculaire, crampes....

**Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** colite de l'enfant, règles douloureuses, spasmes et troubles digestifs, maux de tête.....

**Voie interne (orale, rectale, vaginale) :** Brûlures et douleurs à l'estomac, halitose, hyperacidité, règles douloureuses....

- **Huile essentielle de poivre noir.**



### **Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Douleurs articulaires et musculaires, préparation à l'effort....

### **Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Douleurs dentaires, digestion difficile....

- **Huile essentielle de lavande vraie.**



### **Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Contractures, douleurs musculaires, crampes.....

### **Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Céphalées, migraines, règles douloureuses, spasmes abdominaux, spasmes nerveux.....

## • Huile essentielle d'eucalyptus citronné.



### **Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Arthrite+++ , courbatures, douleurs articulaires+++ et musculaires, élongation musculaire+++ , inflammations articulaires et musculaires+++ , rhumatisme+++ , sciatique+++ , tendinite+++ , torticolis....

### **Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Démangeaisons, infections uro-génitales, irritations cutanées, zona.....

## • Huile essentielle de laurier noble.



### **Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Contractures et douleurs musculaires, douleurs articulaires, inflammation articulaire, rhumatismes.....

### **Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Abscesses, affections digestives et intestinales, aphtes, douleurs dentaires, escarres, gingivite, inflammation ganglionnaire.....

- **Huile essentielle de lavandin.**



**Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Crampes, accompagnement physique des sportifs.....

**Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Brûlures, dermatoses allergiques ou infectieuses, irritations cutanées.....

- **Huile essentielle d'ylang-ylang.**



**Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Contractures, crampes, douleurs musculaires.....

**Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Douleurs menstruelles, problème nerveux, stress, troubles de la ménopause.....

- **Huile essentielle de gingembre.**



**Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Arthrose, douleurs musculaires, raideur articulaire, rhumatismes.....

**Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Colite, coliques, crampes abdominales, douleurs prémenstruelles, douleurs à la ménopause....

- **Huile essentielle de tea tree.**



**Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Gingivite, herpès, mycoses.....

**Voie interne (orale, rectale, vaginale) :** Cystite, herpès génital, leucorrhées, mycose vaginale, vaginite.....

- **Huile essentielle de litsée citronnée.**



**Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Douleur musculaire, inflammations articulaires et musculaires....

**Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Dermite, mycose, trouble cutané inflammatoire.....

- **Huile essentielle de carvi.**



**Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Ballonnements, flatulences, insuffisance biliaire, insuffisance hépatique.....

- **Huile essentielle de coriandre.**



**Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Arthrite, arthrose, douleurs articulaires et musculaires.....

**Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Ballonnements, coliques, crampes intestinales.....

- **Huile essentielle de cardamome.**



**Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Tension musculaire...

**Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Aigreur gastrique, digestion difficile, encombrement.....

## • Huile essentielle d'estragon.



### **Douleurs de l'appareil locomoteur.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Contractures, courbatures, crampes, lumbago, sciatique .....

### **Douleurs organiques et névralgiques.**

**Application cutanée (bain, compresse froide, massage) :** Blocage du plexus solaire, coliques spasmodiques, douleurs prémenstruelles.....

## **Avertissement.**

Les informations délivrées dans les articles et dossiers que nous vous proposons sont publiées à titre purement informatif et ne peuvent être considérées comme des conseils médicaux personnalisés. Aucun traitement ne devrait être entrepris en se basant uniquement sur le contenu de ces articles et dossiers.

Il est fortement recommandé aux lecteurs de se reporter aux différents questionnaires pour préciser leur terrain et de consulter des professionnels de santé dûment reconnus pour toute question relative à leur santé et leur bien-être.

### **Source :**

<https://www.doctissimo.fr/sante/aromatherapie/guide-huiles-essentielles/huile-essentielle-de-lavandin-grosso>

