

Peut-on dire d'une huile essentielle, d'une plante qu'elle est anti inflammatoire ?

Retranscription audio par Magali PENOEL de la conversation avec le Dr Daniel Penoel

### **Pourquoi l'inflammation ?**

L'inflammation est un mécanisme que le corps met en place pour se protéger des agressions abiotiques (physiques, chimiques) ou biotiques (micro-organismes pathogènes).

En cas d'infection, le corps mobilise ses mécanismes de défense. Par exemple, Il va faire monter la température pour neutraliser les agresseurs, en particulier les virus.

Dans ce processus inflammatoire, des éléments cellulaires interviennent. Ces éléments vont fabriquer des substances déclenchant l'inflammation aigue.

Ces substances sont faites pour créer une barrière, une protection et pour attirer sur place les cellules destinées à combattre les agresseurs (phagocytose). Parfois le corps en voulant se protéger en « fait trop » et cela va créer des dommages.

On peut prendre l'analogie avec des pompiers : imaginons un incendie. Les pompiers utilisent leur lance-eau pour éteindre l'incendie mais ce faisant vont inonder les habitations voisines. Il y a une forme de dommages collatéraux.

L'inflammation se manifeste par les 4 « OR :

RUBOR (rougeur), CALOR (chaleur) TUMOR (tuméfaction), DOLOR (douleur) et un 5eme signe : la perte de la fonction.

### **L'inflammation est complexe ?**

Oui, on parle plutôt de réactions inflammatoires qui sont extrêmement complexes.

Numéro 1 : Il faut distinguer ce que fait le système immunitaire inné et le système immunitaire adaptatif.

Ces deux grands systèmes sont bien différents.

Numéro 2 : dans les propositions qui circulent, il manque énormément d'informations. Il faut distinguer les inflammations d'origine non infectieuse et les inflammations d'origine infectieuse.

Quand on a recours au monde des plantes on transforme la réaction inflammatoire (brute de décoffrage) en réponse inflammatoire (responsable et contrôlée de manière intelligente, no trop, ni trop peu, le juste équilibre, « avec amour et discipline » en juste proportion).

Lors d'une infection le monde aromatique apporte des réponses par rapport à la prolifération des agents infectieux en jouant sur des aspects complémentaires, de manière directe et indirecte, de même que de manière immédiate et médiate.

S'il y a absence d'infection, le processus inflammatoire se voit modéré, mais pas brutalement contrecarré.

## **Peut-on dire d'une plante ou d'une huile essentielle qu'elle est anti-inflammatoire ?**

Non. Il s'agit d'une déformation lexicale : on a transposé le lexique de la pharmacologie chimique au monde des plantes. A l'époque où le livre l'Aromathérapie exactement a été publié, l'intention était de se calquer sur le modèle pharmacologique institué.

Tester l'activité d'une molécule isolée est une chose, mais nous savons que le totum de la plante ou de son essence est très différent de l'une des molécules. Le tout, heureusement, n'est pas la somme arithmétique des parties. Il existe autant des synergies que des compensations ou des moédérations : c'est l'intelligence de la plante que le laboratoire pharmaceutique ne saura jamais reproduire et du reste ne cherche même pas à imiter, ce n'est pas l'objet de sa recherche.

Mais le monde aromatique ou celui de la phytothérapie (hors des plantes réellement toxiques, type digitale, etc..) **fonctionnent selon un principe d'harmonisation.**

### **Comment la molécule pharmacologique anti-inflammatoire agit ?**

On va prendre l'exemple de l'aspirine. Elle va bloquer la synthèse des prostaglandines, bloquer la cascade inflammatoire et la réaction inflammatoire ne va pas se produire. On est là sur un mécanisme.

Avec les plantes ou les huiles essentielles (le cas de la gaulthérie est une exception 'malheureuse' à la règle de l'harmonie), on entre dans un processus d'accompagnement et de soutien, et non de blocage brutal et de dangereuse suppression.

## **Pourquoi l'action sur l'inflammation, quand on utilise une huile essentielle ou une plante, est différente ?**

Parce que l'huile essentielle et la plante contiennent des dizaines voire des centaines de molécules différentes.

Elles ne peuvent donc pas agir en « bloquant » un mécanisme. Elles vont avoir une action systémique. On peut dire que le monde des plantes mobilise les ressources de l'organisme qui va mettre en place lui-même sa stratégie de modulation de l'inflammation.

La plante par elle-même n'agit pas sur l'inflammation. Elle va faciliter le phénomène de la **régulation** des nombreuses chaînes complexes qui concourent à créer le processus inflammatoire.

On n'est pas le cadre d'un mécanisme intrusif et coercitif comme c'est le cas d'une molécule synthétique allopathique.

Question particulière

### **Qu'en est-il de l'huile essentielle de Gaulthérie ?**

Cette huile essentielle peut contenir jusqu'à 99% de méthyle salicylate. On est presque sur une mono molécule. Et son action se rapproche d'un anti-inflammatoire. C'est pourquoi au sein de notre enseignement c'est une huile que nous ne recommandons pas car en l'absence de cette synergie moléculaire, on perd l'équilibre et l'harmonie. On est donc privé de cette action globale.

Cette huile essentielle ne se conçoit qu'en tant qu'intervenant dans un mélange complexe et de manière modérée.

Peut-on dire d'une huile essentielle, d'une plante qu'elle est anti inflammatoire ? Question au Dr PENOEL

« Appliquer localement une huile essentielle de gaulthérie à l'état concentré lors d'une inflammation est la dernière chose à faire ». Dr PENOEL ».

Question sur le cassis : en phytothérapie le cassis est-il un anti-inflammatoire ?

Le cassis apporte un soutien au système immunitaire et surtout aux **glandes corticosurrénales** qui vont sécréter naturellement le cortisol. Ce cortisol vient de notre pharmacie intérieure et n'est pas comme de « la cortisone » médicamenteuse exogène (venant de l'extérieur).

A noter la « chaleur » est l'outil que le corps a trouvé pour mobiliser ses défenses contre les micro-organismes. La plante n'agit pas en « anti – inflammatoire » ou en fébrifuge, elle ne bloque pas cet outil ressource du corps mais elle va agir en mobilisant des stratégies complexes.

Retrouver l'audio sur la page FACEBOOK : PENOEL VALLEY

A VENIR :

**Comment les huiles essentielles agissent-elles sur les virus ?**

**Les épices peuvent elles nous aider ?**