

L'histoire et la culture de l'aromathérapie



Mémoire de fin de formation en phyto-aromathérapie *Cycle 1*

Hippocratus



Marie Malecot

Sommaire

I) Introduction

Définition de l'aromathérapie	page 3
D'où vient son pouvoir.....	page 4
Son origine	page 5
Sa création	page 6

II) Son histoire et sa culture

Les différentes époques	page 7
• Avant Jésus-Christ	
• Après Jésus-Christ	
Les principaux précurseurs	page 15
Les grandes périodes de l'aromathérapie	page 24

III) La place de l'aromathérapie dans notre société actuelle

Sa place aujourd'hui.....	page 26
Les huiles essentielles arrivent à l'hôpital	page 27
Un marché mondial en croissance.....	page 28

IV) Conclusion

page 30

V) Bibliographie

page 31

I) Introduction



Définition de l'aromathérapie

L'aromathérapie est une branche de la phytothérapie. Il est important de rappeler la différence entre cette dernière et la phytothérapie qui sont toutes deux des solutions naturelles.

La phytothérapie est l'art de soigner avec les plantes médicinales en complément de la médecine classique.

L'aromathérapie quant à elle est un type de médecine alternative. Elle permet d'entretenir son corps et de se soigner en utilisant des huiles essentielles issues des plantes « aromatiques » après distillation.

En latin et en grec, « *aroma* » signifie « arôme, aromate » et « *therapeia* » signifie « soin, cure ». Nous parlons donc bien de l'usage thérapeutique (médical) des extraits aromatiques de plantes.



D'où vient son pouvoir

Les huiles essentielles sont des principes actifs contenus dans les fleurs et les feuilles de certains végétaux. Ce sont des extraits naturels de plantes obtenus majoritairement par distillation à la vapeur d'eau à l'aide d'un alambic ou par pression à froid, pour les agrumes.

Nous savons aujourd'hui que les huiles essentielles contiennent de très puissants principes actifs. En effet les plantes dont elles sont issues sont très riches en essence. C'est donc un complément et dans certains cas une alternative naturelle sérieuse à la médecine de synthèse. En effet, la puissance des huiles essentielles fait que lorsqu'on les utilise on a aussi le pouvoir de se soulager, de se soigner et même de guérir des maux qui nous touchent.

Des états de stress intenses, de fatigue émotionnelle ou d'anxiété sont facilement contrôlables grâce à la diffusion de certaines huiles essentielles comme celle de lavande, de fleur d'oranger ou encore celle de thym.

Ces essences lorsqu'elles sont diffusées permettent aussi d'assainir l'air ambiant grâce à leurs vertus anti-bactériennes et antiseptiques comme l'huile essentielle de citron par exemple.

Les huiles essentielles s'utilisent de différentes manières à savoir en **massage**, en **diffusion dans l'air**, dans le bain ou en les consommant.



Son origine

Les premières traces de l'utilisation des huiles essentielles remontent à 4000 ans avant notre ère.

Reconnues pour leurs puissantes propriétés thérapeutiques et utilisées depuis des millénaires en Chine (cannelle, anis, gingembre), en Inde, au Moyen Orient (khella, pin, fenouil...), en Egypte, en Grèce, en Amérique (Aztèques, Mayas, Incas : bois de Hô, sassafras) et en Afrique (encens, myrrhe, ravintsara), les huiles essentielles tombent dans l'oubli au Moyen Age.

A ce moment, l'Europe connaît un retour à la barbarie avec un déclin général du savoir. Il faudra attendre l'arrivée des Arabes pour assister à un nouvel essor de la médecine par les plantes qui retrouvent alors une place de choix dans l'arsenal thérapeutique de l'époque.

L'extraction des huiles essentielles par distillation à la vapeur d'eau naît à l'époque de la révolution industrielle et permet le développement de produits alimentaires et de parfums.

Au début du XXème siècle, des chercheurs (Chamberland, Cadéac, Martindale) démontrent par leurs expérimentations le pouvoir antiseptique des huiles essentielles.

Mais les véritables "pères" de l'aromathérapie sont Gattefossé puis Valnet et ses disciples.



La création

Aussi loin que l'on remonte dans son histoire, l'homme a toujours cherché dans les plantes son alimentation et ses remèdes. Toutes les civilisations les ont étudiées et utilisées. L'histoire de l'aromathérapie trouve, elle aussi, ses racines dans celle des civilisations. Mais c'est la France qui lui redonne sa véritable place dans la médecine.

Déjà, 40 000 ans av. J.-C., les aborigènes australiens utilisaient les plantes aromatiques pour traiter les infections par fumigations ou cataplasmes dans lesquels l'eau, l'argile et les plantes montraient leur efficacité synergique.

En Chine, en Inde, les vertus thérapeutiques des essences aromatiques sont connues depuis fort longtemps et l'on a découvert un alambic en terre cuite au Pakistan qui semble remonter à 5 000 ans avant notre ère.

Utilisées à des fins diverses depuis des millénaires, les plantes aromatiques ont toujours été tenues en haute estime par les thérapeutes du monde entier.

Au fil des époques, tantôt on a exploité les vertus médicinales des plantes et des extraits de plantes (pour embaumer les momies, désinfecter les plaies, ...), tantôt on en a exploité les effluves et la saveur (pour parfumer son bain, parfumer son corps, parfumer les vins, ...)

Les populations se sont ainsi soignées pendant des siècles par les plantes de manière empirique, guidées par la tradition et les coutumes. Les remèdes de "bonne femme" (femme signifiant ici réputation) ont prévalu.

II) Son histoire et Sa culture

Les différentes époques

Remontons en arrière, observons nos ancêtres et la sagesse qu'ils ont pu nous apporter !

Remontons... plus de 6000 ans en arrière.

Avant Jésus-Christ

- Les huiles essentielles dans l'Égypte ancienne (4500 avant j-c)



L'utilisation des huiles essentielles commence bien avant notre ère, dans l'Égypte Ancienne. Des papyrus trouvés à travers les siècles certifient de l'existence de « plantes de vie » à partir de 4500 avant Jésus-Christ.

Leur utilisation était sacrée, la médecine s'attachant à une croyance en la magie et aux symboles.

Les huiles essentielles sont utilisées à cette époque dans plusieurs domaines : la médecine, la parfumerie, les cosmétiques et les embaumements. Le parfum est dans les coutumes de séduction et de religion, l'application en baume est monnaie courante, et non exclusive aux rois et aux riches.

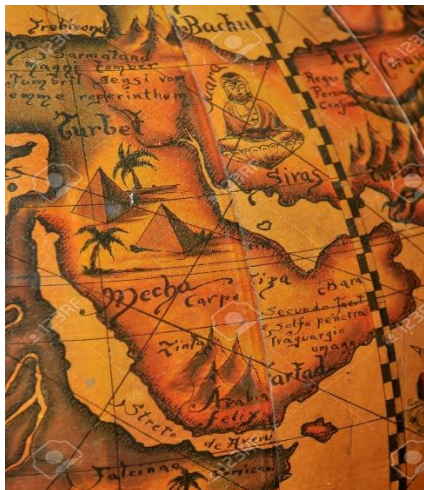
La religion est vraiment liée à l'utilisation des huiles essentielles lors de l'embaumement des corps, afin de rapprocher l'humain des dieux après sa mort. Grâce aux macérations des bandelettes dans les huiles essentielles avant de recouvrir les corps, certains d'entre eux ont été particulièrement bien conservés durant des siècles.

Les égyptiens pratiquaient une forme sommaire de distillation, en utilisant la macération et l'essorage. Les plantes étaient mélangées à de l'eau bouillante. Après ajout de tissus dans cette mixture, les égyptiens laissaient macérer la préparation plusieurs jours, afin que les essences s'imprègnent dans le textile. Afin de les récupérer, les tissus étaient essorés manuellement.

Concernant les modes d'administration de l'époque, nous en retrouvons certaines n'ayant pas changé. Généralement prises en pommade et baume, l'application cutanée était la plus répandue. Cependant, l'utilisation par voie orale (pure ou en tisane) était également appliquée.

La civilisation égyptienne est aujourd'hui considérée comme la créatrice des huiles essentielles. Elle a influencé de nombreuses cultures et civilisations, apportant ses savoir-faire en médecine en Grèce, dans l'empire Romain et dans l'ensemble du bassin méditerranéen.

- **Les huiles essentielles au Moyen-Orient (4000 avant j-c)**



L'utilisation des huiles essentielles au Moyen-Orient commence en 4000 avant Jésus-Christ, d'après certaines tablettes mésopotamiennes retrouvées. Leur utilisation était essentiellement du domaine de la parfumerie, jusqu'à ce que l'influence égyptienne dans le domaine médical ne les atteigne.

Les parfums étaient créés par macération des plantes puis fumigation dans les maisons. Lors de l'arrivée des huiles essentielles dans le domaine médical, les croyances religieuses restent très liées à leur utilisation. En effet, comme en Égypte Ancienne, les huiles essentielles avaient le rôle de « soigner l'esprit » avant la rencontre avec les dieux, et de préparer une renaissance. Cette utilisation n'était cependant pas exclusive aux mourants. Il est petit à petit devenu commun d'utiliser également le pouvoir des plantes pour soigner les problèmes cutanés : démangeaisons, boutons...

- **Les huiles essentielles en Chine (2800 avant j-c)**



Concernant l'avancée des pratiques des huiles essentielles, les chinois ne sont pas les précurseurs mais ils font avancer les connaissances dans le domaine du grand public, grâce à la parution du premier ouvrage sur les recettes à base d'huiles essentielles.

Pen Ts'ao, écrit par l'empereur-dieu Chen Nong, dénombre près de cent plantes utilisables sous forme d'huiles essentielles.

Bien plus tard, Confucius (551 à 479 avant J-C), célèbre philosophe chinois, rédigea le *Traité de la chambre à coucher*, traitant des soins et de l'harmonie sexuelle apportés par l'utilisation des plantes sous forme d'huiles essentielles.

- **Les huiles essentielles aux Amériques (1000 avant j-c)**



Les huiles essentielles sur le « Nouveau Continent » sont loin d'être récentes.

Les civilisations Incas, Mayas et Aztèques ont implanté l'utilisation des plantes médicinales sur les terres américaines bien avant le temps des Croisades.

Les terres américaines regorgeaient de plantes diverses et variées. Les historiens ont été capables de classer plusieurs centaines de plantes utilisées par la tribu Aztèque.

Aujourd'hui encore, les différentes tribus indiennes utilisent les plantes médicinales pour soigner de nombreux maux. Les utilisations sont diverses : soulagement corporel, purification, développement de l'esprit, nettoyage des maisons, etc.

Ils connaissent parfaitement l'emploi des drogues végétales aromatiques, baumes de styrax, de copaïba, de sassafras, qu'ils utilisent pour guérir infections et plaies.

- **Les huiles essentielles en Grèce (300 avant j-c)**



Les grecs sont d'abord connus pour leur usage immodéré des huiles essentielles dans la parfumerie, sous formes diverses (baumes, huiles pures, bains...).

C'est le conquérant Alexandre Le Grand qui importa les huiles essentielles en Grèce, après sa conquête de l'Égypte et la découverte des bienfaits des plantes.

De plus, la création du port d'Alexandrie, plaque tournante dans le commerce des épices, permet à la Grèce d'avoir un accès permanent aux différentes plantes utilisables sous forme d'huiles essentielles.

Malgré de très fortes preuves de l'origine des huiles essentielles en Grèce, la mythologie grecque attribue ces découvertes aux divinités. Les plantes médicinales sont donc aussi utilisées comme offrandes pour les dieux du Mont Olympe.

De plus, afin d'apporter ses connaissances sur les plantes médicinales, Hippocrate rédigera le livre *Des aphorismes*, listant quelques 230 plantes, et expliquant ses observations médicales quant à leur utilisation. Ce sera ensuite Aristote qui listera dans ses ouvrages plus de 500 plantes utilisées en médecine. Enfin, Théophraste, élève d'Aristote, rédigera l'ouvrage *Histoire des plantes*, retranscrivant ses observations sur les formes, la naissance et les différentes utilisations possibles des plantes médicinales.

- **Les huiles essentielles dans l'empire romain (150 avant j-c)**



Grâce à l'influence de la Grèce sur l'Empire, les romains s'intéressent rapidement à la consommation des épices pour leur goût et leur parfum.

Tout comme les grecs, ils en font une utilisation immodérée, surtout dans le domaine solennel. De plus, les hommes s'intéressent de plus en plus au domaine de la parfumerie, jusqu'ici réservé aux femmes. Les vertus de "séduction amoureuse" des huiles essentielles sont connues à travers tout l'Empire

« Bien plus tard, au 1^{er} siècle après Jésus-Christ, Dioscoride, médecin grec très influent dans l'Empire Romain, rédigera en cinq volumes l'ouvrage *De materia medica*, recensant quelques 520 plantes médicinales. Cet ouvrage restera l'emblème du monde des huiles essentielles jusqu'à la Renaissance. »

Après Jésus-Christ

- Les huiles essentielles au moyen-Âge



Tout d'abord, il faut savoir que les plantes sous forme d'huiles essentielles ne sont pas, ou très peu, utilisées au début du Moyen-Âge.

Par croyance, les huiles essentielles seraient des produits maléfiques, utilisés par les sorcières. Malgré tout, la magie des plantes génère un immense intérêt. L'Empereur Charlemagne rédigea en 795 un guide des 88 végétaux nécessaires à la vie quotidienne (décoration, nourriture...).

Les plantes médicinales étaient quant à elles exclusivement réservées aux monastères et aux maisons nobles.

A cette époque, la recherche du remède universel pour devenir immortel est une priorité, cette potion descendrait des druides gaulois. La médecine est très attachée à la religion, les apothicaires et guérisseurs étant d'anciens membres du clergé.

L'intérêt pour les huiles essentielles renaît à l'époque des Croisades, lors du retour en Terre Sainte. La distillation devient pratique courante, tout peut se faire distiller.

Les essences représentent le symbole de la purification et de la concentration des forces divines.

De qualité supérieure, les huiles essentielles fabriquées à l'époque des Croisades étaient la base de tous les remèdes, grâce à un fort pouvoir antibiotique, nécessaire lors des grandes épidémies de l'époque.

L'intérêt s'accroît durant le règne du roi Philippe Auguste, avec l'avènement des gantiers-parfumeurs. Ils instaurent un art nouveau : la parfumerie des cuirs.

Cette technique, arrivée d'Italie, s'installe rapidement dans les mœurs françaises, si bien que Paris finira par détrôner Venise dans le domaine de la parfumerie. Mais ce ne sera qu'à la Renaissance que les gantiers-parfumeurs auront un véritable monopole sur les huiles essentielles.

Dans le monde de la médecine, c'est Paracelse qui réinstaure le pouvoir des huiles essentielles, avec la théorie selon laquelle les différentes parties des plantes ressemblent à une partie de notre anatomie.

Cette liaison physique signifierait que, par exemple, les feuilles d'une plante soigneraient les problèmes liés au système respiratoire. Autre exemple, la résine des arbres cicatriserait n'importe quelle blessure.

- **Les huiles essentielles lors de la renaissance moyen-orientale**



Le monde musulman est plus avancé que notre continent en terme d'aromathérapie.

Avicenne, médecin et philosophe perse, fait encore avancer la méthode de distillation, avec l'invention du serpent.

Le serpent est un tuyau fin permettant un refroidissement rapide de la vapeur aromatique, afin d'obtenir rapidement un liquide aromatique.

Avant cette invention, la vapeur était refroidie par des éponges humides, faisant perdre énormément de liquide.

Le serpent est toujours utilisé aujourd'hui.

- Les huiles essentielles lors de la renaissance Européenne



Les huiles essentielles sont très réputées en Europe lors de la Renaissance.

En France, les gantiers-parfumeurs sont célèbres.

Le ministre des Finances Colbert (1619 – 1683) ira même jusqu'à leur offrir le monopole de la vente et de la distribution des parfums.

La Renaissance européenne est l'époque créatrice de la diffusion d'huiles essentielles.

Les premiers diffuseurs sont appelés « pomanders », car leur forme sphérique rappelle celle d'une pomme.

La diffusion était réputée pour désinfecter les maisons et les personnes.

En période de peste, les pomanders étaient nécessaires pour stopper l'épidémie.

Le mélange efficace contre la peste sera révélé par quatre détrousseurs.

Histoire très connue, quatre voleurs s'enduisaient le corps d'une eau de vie particulièrement anti-infectieuse, composée de huit huiles essentielles (absinthe, sauge sclarée, romarin à camphre, menthe poivrée, clou de girofle, cannelle, ail et lavande aspic). Ensuite, ils allaient de maison en maison dérober les pestiférés. Lors de leur arrestation, ils purent obtenir leur libération en offrant au monde la recette de leur potion

- **Les huiles essentielles après la révolution française**



La Cour de Versailles est réputée pour la diffusion dans les jardins d'odeurs puissantes et renouvelées tous les jours.

Cette réputation engendrera la disparition du parfum lors de la Révolution et de la Terreur, car il est devenu symbole de l'aristocratie française.

A la fin de cette période, les mœurs françaises se sont modifiées, et des changements dans les parfums sont observés. Alors qu'un goût prononcé pour les odeurs fortes et lourdes était habituel avant la Révolution, les habitudes tendent désormais vers des fragrances légères, sucrées et fruitées. Le milieu bourgeois se réapproprie les parfums en les utilisant à outrance : lors de la toilette, sur le papier à lettres, sur les animaux...

Les gantiers-parfumeurs réapparaissent dans l'entourage des personnes les plus fortunées. C'est également lors de cette période que les maisons de parfumerie apparaîtront au grand jour. L'esthétique est au cœur des préoccupations de la haute-société française

- **La re-découverte des huiles essentielles au XXème siècle**



De la fin de la Révolution et de la Terreur (1794), jusqu'au XX^e siècle, aucune découverte notable n'est faite en aromathérapie.

Il faudra attendre le « malheureux » accident du père de l'aromathérapie, René-Maurice Gattefossé, en 1910, pour redécouvrir les bienfaits des huiles essentielles pour l'Homme. Fortement intéressé par la parfumerie, René-Maurice rejoint l'entreprise familiale et s'intéresse aux parfums des plantes dans les effluves.

Le 25 juillet 1910, René-Maurice Gattefossé est dans son laboratoire lorsqu'une explosion survient. Brûlé à la tête et sur les bras, il ne réfléchit pas et plonge ses mains dans un seau d'huile essentielle de Lavande Vraie. L'apaisement est immédiat, et la cicatrisation apparaît rapidement et efficacement. Suite à cette « expérience », il s'intéressera de plus en plus au pouvoir des huiles essentielles, autre que dans le domaine de la parfumerie.

Malgré un travail de recherches excellent, démontrant l'efficacité sans précédent des huiles essentielles dans le domaine médical, les découvertes de René-Maurice Gattefossé n'ont pas le succès qu'elles méritent.

En effet, c'est également l'époque de la création des produits chimiques de synthèse. Pour ces derniers, la concurrence entre les laboratoires est très rude. De plus, une mauvaise connaissance des utilisations des huiles essentielles rabaisse leur efficacité aux yeux du grand public.

L'aromathérapie d'aujourd'hui doit également beaucoup au médecin Jean Valnet. Ses recherches et sa volonté de faire découvrir les travaux de René-Maurice Gattefossé engendreront une crédibilité plus importante de l'aromathérapie auprès de la médecine française.

De plus, il fera découvrir les propriétés anti-infectieuses des huiles essentielles, nécessaires lors de la guerre d'Indochine.

Les blessures des soldats étaient pansées avec des bandes trempées dans les huiles essentielles (un petit rappel des pratiques de l'Égypte Ancienne).

Ces pratiques ont également démontré la faiblesse de l'antibiothérapie : les bactéries s'habituent à ce type de médicaments, l'efficacité diminue de plus en plus, et il devient nécessaire d'utiliser des molécules de synthèse de plus en plus nocives pour notre organisme. Les huiles essentielles sont le moyen permettant de se soigner sans attaquer le corps.

L'aromathérapie est donc réapparue en France, et ne tarde pas à proliférer partout dans le monde, surtout dans les pays occidentaux, tels que l'Allemagne, l'Angleterre, les États-Unis... En 1964, l'ouvrage *Aromathérapie : traitement des maladies par les essences des plantes* du docteur Jean Valnet connaît un succès planétaire. Il y explique la posologie de chaque huile essentielle pour beaucoup d'affections.

De plus, Jean Valnet développe la méthode d'évaluation de l'activité antimicrobienne des huiles essentielles. Cette technique a déjà été inventée pour l'évaluation des antibiotiques de synthèse. Il s'agit du même procédé, mais avec un produit différent.

Depuis une trentaine d'années, l'aromathérapie est accessible à tous, et les connaissances en la matière n'en finissent pas de grandir.

À la fin du XX^e siècle, l'aromathérapie bénéficia de l'avancée des méthodes d'analyses, en particulier de la **chromatographie** (*méthode physico-chimique qui sert à séparer les différentes substances présentes dans un mélange*)

La distinction précise des composés aromatiques permet à la médecine de mieux appréhender leurs mécanismes d'action, et d'affiner leur prescription.



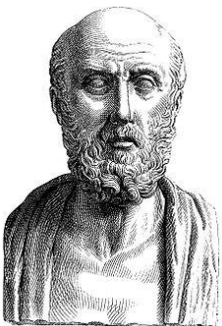
Chromatographe

Les principaux précurseurs



Imhotep, architecte et médecin (2700 av. J.-C.) du pharaon, connaissait très bien l'emploi des plantes aromatiques et, parmi elles, le cèdre du Liban, le labdanum, le nard, l'encens, le cumin, la myrrhe, l'anis, la cannelle...

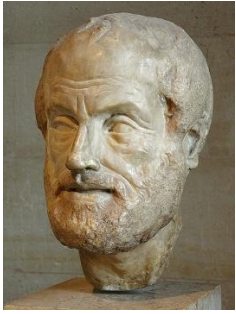
Dans le tombeau de Toutankhamon, on a retrouvé des jarres contenant des résines, dont de l'encens, toujours odorantes après un séjour sous terre de 3 200 ans.



Hippocrate, né vers 460 avant. J.-C., est un médecin grec du siècle de Périclès . Père de la médecine scientifique, il rassemble toutes les connaissances médicales de l'époque.

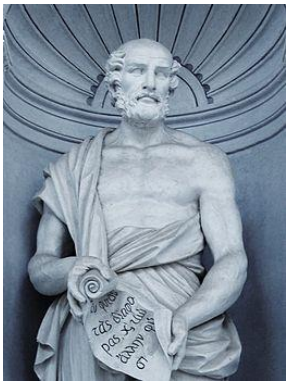
Contrairement aux médecins de son époque, Hippocrate refusait de s'appuyer sur des éléments surnaturels pour expliquer les maladies. Selon lui, les maladies ne résultent pas des colères divines

Hippocrate était donc à la recherche de symptômes pouvant expliquer les maladies. Il était ainsi très à l'écoute des malades et établissait son diagnostic après avoir observé et examiné le patient. Il recommandait ensuite des tisanes de plantes pour les soigner



Aristote né en -384 avant J.C, est un philosophe grec. Il est considéré encore aujourd'hui comme l'un des premiers naturalistes (personne qui pratique les sciences naturelles), ou comme le père de la biologie.

Il établit une classification des êtres vivants dans laquelle il inclut les plantes, les mammifères et les êtres humains.

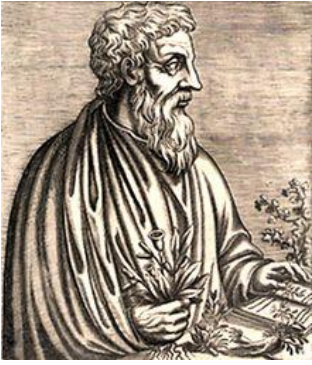


Theophraste (378-285 av. J.-C.) effectue une classification des plantes, dans son ouvrage *Historia plantarum*, qui ne sera pas améliorée avant la Renaissance.

La spécialité de Théophraste était l'étude des sciences naturelles et plus particulièrement celle des plantes.

Il a créé un vocabulaire spécifique qui décrivait les différentes parties d'une plante. Il est le fondateur de la botanique en tant qu'étude des plantes en elles-mêmes et non pour leurs utilités.

Theophraste est à l'origine de la différenciation théorique entre le règne animal et le règne végétal

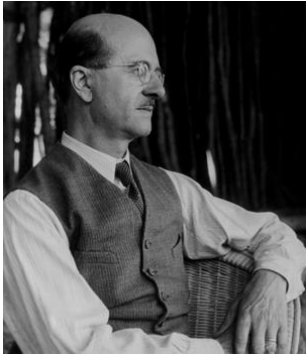


[Dioscoride](#), né vers 25 apr. J.-C , élargissant le travail d'Hippocrate, ne recense pas moins de 529 espèces de plantes. À cette époque, les bains aromatiques, les lotions, les onguents et les crèmes parfumées étaient d'usage courant à Rome. Le texte fut ensuite traduit en arabe et en persan, et servira de base aux herbiers arabes. À l'apogée de l'empire arabe dont les frontières allaient de l'Inde à l'Espagne, tous les documents concernant les sciences et la médecine furent rassemblés à Bagdad dans la plus grande bibliothèque de l'époque. L'ouvrage sera traduit au XV^{ème} siècle sous le titre *De materia medica*.



C'est [Avicenne](#), médecin et philosophe (980-1037), qui produit la première huile essentielle pure ; c'est une huile essentielle de roses. Pour cela, il met au point un alambic.

La distillation par la vapeur d'eau autorisait l'extraction d'huiles essentielles pures de très nombreuses plantes. Avicenne écrit de nombreux ouvrages médicaux dans lesquels il fait une large place aux huiles essentielles.



En 1918, [René-Maurice Gattefossé](#), chimiste et parfumeur, se brûle la main lors d'une explosion dans son laboratoire.

Par réflexe, il plonge sa main dans un récipient rempli d'huile essentielle de lavande vraie. Le soulagement est immédiat, la guérison de la plaie et sa cicatrisation d'une rapidité déconcertante.

Ce résultat surprenant l'incite à se consacrer à l'étude des propriétés antibactériennes des huiles essentielles. Il crée en 1928 le mot « aromathérapie » et publie en 1931 un ouvrage du même nom dans lequel il décrit la relation entre la structure biochimique de l'huile essentielle et son activité.

En 1929, [Sévelinge](#), un pharmacien lyonnais, étudie les huiles essentielles en médecine vétérinaire et confirme le potentiel antibactérien élevé de ces substances aromatiques. Il en relance ainsi l'usage médical.



[Jean Valnet](#) fut en France l'un des précurseurs de l'aromathérapie et l'un des très grands utilisateurs des huiles essentielles.

Médecin et chirurgien des armées, le Docteur Jean Valnet (1920-1995) a réhabilité dès 1948 les traitements naturels en définissant plus particulièrement et scientifiquement le pouvoir thérapeutique des huiles essentielles. A une époque où plantes et essences étaient délaissées, il a codifié leurs propriétés, leurs indications et introduit les posologies utiles dans la pratique

médicale.

Son œuvre et son enseignement, bien connus de tous les spécialistes du monde entier, l'ont consacré "père de la phyto-aromathérapie moderne". Il a donné naissance aux deux grands courants d'aromathérapie : l'école française relevant d'une approche clinique et scientifique, et l'école anglo-saxonne davantage orientée sur la voie du bien-être.



Dr. Duraffourd



Dr. Lapraz

En France, [Duraffourd, Lapraz, d'Hervincourt et Belaiche](#), tous les quatre médecins, prennent ensuite le relais, affinent la thérapeutique aromatique, en créant des enseignements et en rédigeant des documents.



En 1975, [Pierre Franchomme](#), aromatologue, met en évidence l'importance du chémotype (ou race chimique de l'espèce) ou, en d'autres termes, la définition des molécules biologiquement actives sur un certain nombre de pathologies étudiées cliniquement.

Sa précision permet de réduire les échecs thérapeutiques et de diminuer les effets secondaires ou les risques de toxicité. Le chémotype associé à la dénomination scientifique latine permet la parfaite compréhension du mode d'action des huiles essentielles et d'obtenir un traitement naturel, puissant et efficace.

La notion de **chémotype** désigne une entité chimique distincte au sein d'une même espèce



GILLES FOURNIL Passionné par l'évolution de la Conscience, explore depuis des années les méandres des causes profondes de la souffrance humaine.

Au cours de ses recherches il réalise que l'odorat est le parent pauvre de la thérapie. Conscient que ce sens archaïque offre une voie privilégiée pour accéder aux émotions et à l'inconscient, il met au point en 1992 [l'Olfactothérapie](#)

Qu'est-ce que l'Olfactothérapie ? Elle utilise les capacités exceptionnelles des odeurs et des vibrations de certaines huiles essentielles afin d'obtenir des résultats probants dans 3 domaines essentiels du fonctionnement humain :

- la psychosomatique
- l'énergétique (corps subtils et chakras)
- le développement personnel.

Elle utilise le rhinencéphale (mémoire archaïque, émotions, pulsions) directement connecté avec les neurones du nerf olfactif, permettant ainsi l'émergence rapide des traumas anciens (origine des troubles) sans passer par le diencéphale (mental).

L'Olfactothérapie reconnecte et harmonise la psyché et le soma par l'intermédiaire des odeurs de certaines huiles essentielles chémotypées sélectionnées en fonction du consultant.

L'Olfactothérapie libère des comportements récurrents indésirables (phobies, tracs, stressés, boulimie) et facilite la rupture avec les dépendances (tabac, alcool, sucreries).

Elle apporte un Sens à la souffrance et dynamise l'évolution du consultant.

Les grandes périodes de l'aromathérapie



L'histoire de l'aromathérapie peut se résumer en quatre grandes époques.

La première est celle au cours de laquelle étaient utilisées des plantes aromatiques telles qu'elles ou sous forme d'infusions ou de décoctions.

Il y a 40.000 ans, les peuplades aborigènes implantées sur le continent australien ont dû apprendre à s'adapter aux très dures conditions de vie.

Ainsi, ils utilisaient couramment les feuilles de *Melaleuca alternifolia* (le tea tree), dont l'huile essentielle est d'une importance majeure.

Les trois grands berceaux géographiques de la civilisation aromatique, soit l'Indus, la Chine et le Bassin méditerranéen (en particulier l'Egypte), nous ont légué des procédés et des connaissances dont la validité est toujours actuelle.

La seconde période historique est celle où les plantes aromatiques étaient brûlées ou mises à infuser ou à macérer dans une huile végétale. En Inde traditionnelle, les parfums étaient largement employés en médecine et les Rishis en recommandaient l'usage dans les sacrifices religieux, mais aussi pour traiter le corps et l'esprit. L'Inde est le pays d'origine du basilic, où il était sacré.

Durant **la troisième** époque, la recherche de l'extraction de cette substance odorante se manifeste. C'est la naissance du concept d'huile essentielle qui aboutit à la création et au développement de la distillation. On la doit à Ibn Sinna – Avicenne, père de la médecine antique.

Enfin, la période moderne, dans laquelle la connaissance des composants des huiles essentielles intervient et explique les activités physiques, chimiques, biochimiques, thérapeutiques et enfin électroniques, a donné à l'aromathérapie un statut plus scientifique.

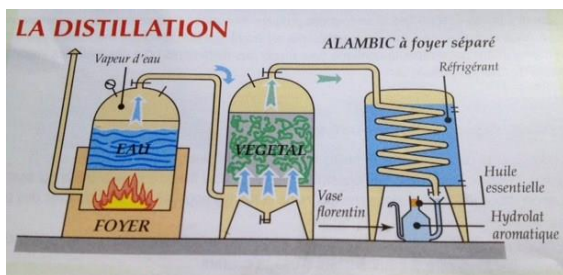
La France occupe de très loin la première place dans l'histoire moderne de l'aromathérapie.

Le terme « aromathérapie » lui-même fut forgé en 1928 par R.M. Gattefossé. Ce chercheur lyonnais poursuivit ses travaux et ses recherches pendant plusieurs décennies.

Quant à la renaissance du courant français, il aboutit à Jean Valnet qui vulgarisa l'extraordinaire puissance curative des huiles essentielles.

C'est sans aucun doute lui, par la publication de son ouvrage Aromathérapie, qui est à l'origine de la nouvelle vague d'intérêt pour les essences et les huiles essentielles dans le grand public.

A sa suite, les écoles de J.-C. Lapraz, C. Duraffourd et d'Hervincourt, d'une part, et de P. Belaiche, d'autre part, ainsi que de nombreux autres groupements répartis dans le pays effectuèrent des travaux d'approfondissement sur l'activité anti-infectieuse des substances aromatiques.



III) La place de l'aromathérapie dans notre société actuelle



Sa place aujourd'hui

Longtemps éclipsée par la science moderne, l'aromathérapie, l'utilisation des huiles essentielles à des fins thérapeutiques, a de nouveau le vent en poupe, notamment en France, profitant de l'engouement pour les produits naturels bio et la défiance envers les médicaments.

Bien qu'elle fût pratiquée pendant des milliers d'années, l'aromathérapie n'est que récemment devenue populaire dans notre culture.

C'est le résultat d'un retour à un style de vie holistique, qui reconnaît l'importance de combiner le corps et l'esprit pour parvenir à une santé et un bien-être optimum.

La recherche scientifique moderne continue encore de démontrer non seulement les bénéfices qu'apportent l'aromathérapie sur le plan émotionnel, mais aussi sur le plan physique.

Les thérapies et les médecines qui étaient autrefois considérées comme alternatives, gardées sous le voile du scepticisme, sont sorties de l'ombre, pour devenir un complément de la médecine conventionnelle. L'aromathérapie est un exemple, et un exemple très puissant, d'une thérapie complémentaire très pratiquée de nos jours.

Aujourd'hui, l'aromathérapie est répandue dans le monde entier, et les connaissances quant à leur utilisation sont précises.

Beaucoup de laboratoires travaillent également sur la recherche de l'aromathérapie certifiée bio.

L'aromathérapie est sûrement l'une des techniques les plus naturelles possibles contre les affections du corps humain. Elle est aussi efficace en prévention qu'en guérison.

Les huiles essentielles arrivent à l'hôpital

Depuis quelques années, l'aromathérapie scientifique pénètre peu à peu les murs de nos hôpitaux. La progression est cependant lente et les besoins en formation des équipes nombreux.

Beaucoup de services de soins palliatifs ont cependant compris l'intérêt des huiles essentielles

L'aromathérapie à l'hôpital demeure une exception. Et pourtant, lorsqu'on écoute les témoignages des membres de services hospitaliers où les huiles essentielles ont été introduites, on est bien face à des expériences très positives tant pour la santé des patients que pour les équipes médicales.

Les équipes médicales étant peu formées et encore trop peu sensibilisées à l'efficacité des huiles essentielles, la progression est lente. Ce sont d'ailleurs bien souvent des individus motivés par leur expérience au sein des services hospitaliers qui font entrer les huiles essentielles dans la pratique. L'aromathérapie doit ainsi beaucoup aux infirmières, de plus en plus persuadées de l'intérêt des soins aromatiques pour les patients.

Lavande, citron, eucalyptus, origan, thym ... par petites touches, leurs huiles essentielles s'invitent doucement mais sûrement, pour le mieux-être des patients, de leurs proches et du personnel soignant.

Des enquêtes initiées par la Fondation Gattefossé ont montré que de nombreux établissements hospitaliers en Europe (Allemagne, Suisse, Belgique) ont recours aux huiles essentielles dans une approche complémentaire aux soins conventionnels. L'usage alternatif reste exceptionnel.

En France, l'intégration de l'aromathérapie dans certains protocoles hospitaliers est encore très peu développée.

Le recours aux huiles essentielles est souvent pratiqué dans les services de gériatrie et d'oncologie. Les professionnels de santé les utilisent alors en diffusion ou selon l'expérience des équipes hospitalières mais alors avec consentement écrit.

A ce jour, des résultats encourageants ont été observés :

- Une amélioration de la qualité de vie des patients
- Des bénéfices mutuels pour les soignés-soignants
- Une odeur agréable en milieu hospitalier
- Une réduction de l'anxiété et des perturbations du sommeil chez les patients

Un marché mondial en croissance

Bien que ne représentant qu'approximativement 2% du commerce mondial des huiles essentielles, le marché de l'aromathérapie est en croissance. Il a progressé de près de 20% en valeur en 2012 (*source le moniteur des pharmacies, juin 2013*).

Ce marché est crédibilisé depuis plusieurs années par les ventes en officine

Si l'on observe le marché des productions européennes, force est de constater que la production ne satisfait plus la demande. A cela trois raisons principales :

- 1) L'engouement pour les matières premières naturelles n'est plus que du discours, c'est aujourd'hui un fait
- 2) Le marché de l'aromathérapie a connu ces dernières années un vrai développement. Rien que pour le lavandin, on estime qu'il représente près de 10% du marché
- 3) Très souvent, la production n'a pas pu suivre la demande sur les zones traditionnelles de production. En effet, les exploitations sont déjà au plus haut niveau en matière de production et l'émergence de nouvelles zones présente de nombreuses difficultés, notamment en matière d'investissement et de savoir-faire.

Parfumerie, alimentaire, aromathérapie : autant de destinations pour un marché des huiles essentielles dont la production mondiale, en croissance régulière, est estimée à plus de 110 000 tonnes. Si l'alimentaire constitue un débouché considérable, celui des parfums et de la cosmétique bénéficie de fondamentaux solides.

Le Brésil est le premier producteur mondial d'huiles essentielles en termes de volumes, le deuxième étant vraisemblablement l'Inde pour sa production d'huile essentielle de menthe développée notamment au nord de Delhi. L'Inde a d'ailleurs repris le leadership de cette production au détriment de la Chine.

L'eucalyptus, produit majoritairement en Chine, fait aussi partie d'un des produits majeurs de l'industrie de la parfumerie, utilisé surtout en parfumerie fonctionnelle (*liée à l'hygiène corporelle*).

Si les huiles essentielles proviennent, pour la plupart, de pays en voie de développement, en volume en tout cas, d'autres comme l'orange en Floride, la menthe dans l'est des États Unis, le lavandin en France, le Tea Tree en Australie, ont pu durablement s'implanter... bénéficiant le plus souvent de conditions pédoclimatiques exceptionnelles et de facteurs de production largement optimisés par les producteurs.



Unité de distillation en Chine, pays qui produit une majorité de l'eucalyptus dans le monde



Tea Tree (arbre à thé)



Menthe poivrée



Ylang Ylang

IV) Conclusion



Convaincu que les quelques 250 000 plantes à fleurs recensées, et celles restant à découvrir, recèlent potentiellement des trésors de bienfaits pour la santé et la beauté, les chercheurs ont fait des substances végétales un axe majeur de leur recherche. Les plantes constituent une source d'investigations scientifiques pluridisciplinaires ayant pour but la mise au point d'actifs végétaux originaux qui pourront être utilisés indifféremment dans les domaines du médicament, de la santé familiale ou de la dermo-cosmétique.

L'avenir de l'aromathérapie scientifique est le futur de la médecine. La conscience collective de l'intérêt des huiles essentielles dans l'accompagnement du patient est essentielle pour apporter un bien-être amélioré et un moyen efficace supplémentaire pour prendre en charge sa santé

La demande en huiles essentielles évolue année après année par une demande croissante de la part des consommateurs de produits naturels, si bien que les huiles essentielles deviennent aujourd'hui un produit « tendance »

La Nature reste encore, et sans doute pour longtemps, le plus perfectionné de tous les grands laboratoires du Monde. De nombreuses expérimentations nous permettent, maintenant, d'expliquer certains traitements anciens qui, jusqu'ici faisaient parfois sourire.

L'avenir de la médecine est peut-être le futur de l'aromathérapie scientifique



V) Bibliographie

Pour rédiger mon mémoire sur l'histoire et la culture de l'aromathérapie, j'ai effectué mes recherches sur différents sites internet en fonction de mon sommaire.

Exemples de sites internet consultés :

<https://www.compagnie-des-sens.fr>

<https://www.wikipedia.fr>

<https://www.nutranews.org>

<https://www.hippocratus.com>

<https://www.pierre-fabre.com>

<http://www.pranarom.com>

<http://www.college-aromatherapie.com>

...

