



Jean-Pierre Chaumont  
Joëlle Millet-Clerc

# Phyto- aromathérapie

appliquée à la dermatologie

Editions  
**TEC**  
& **DOC**

*Lavoisier*



# **Phyto-aromathérapie appliquée à la dermatologie**



# Phyto-aromathérapie appliquée à la dermatologie

Professeur J.-P. Chaumont

Professeur J. Millet-Clerc



11, rue Lavoisier  
75008 Paris

## Chez le même éditeur

*Introduction à la dermatopharmacie et à la cosmétologie*

M.-C. Martini, 3<sup>e</sup> édition, 2011

*Pharmacognosie – Phytochimie, plantes médicinales*

J. Bruneton, 4<sup>e</sup> édition, 2009

*Actifs et additifs en cosmétologie*

M.-C. Martini, M. Seiller (coord.), 3<sup>e</sup> édition, 2006

*Prescription et conseil en aromathérapie*

J. Raynaud, 2006

*Prescription et conseil en phytothérapie*

J. Raynaud, 2005

*Plantes thérapeutiques – Tradition, pratique officinale, science et thérapeutique*

M. Wichtl, R. Anton, 2<sup>e</sup> édition, 2003

*Phytothérapie – Les données de l'évaluation*

J. Bruneton, 2002

*La peau – Structure et physiologie*

A. Méliopoulos, C. Levacher, 1998



© LAVOISIER, 2011

ISBN : 978-2-7430-1336-3

Toute reproduction ou représentation intégrale ou partielle, par quelque procédé que ce soit, des pages publiées dans le présent ouvrage, faite sans l'autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie (20, rue des Grands Augustins, 75006 Paris), est illicite et constitue une contrefaçon. Seules sont autorisées, d'une part, les reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective, et, d'autre part, les analyses et courtes citations justifiées par le caractère scientifique ou d'information de l'œuvre dans laquelle elles sont incorporées (Loi du 1<sup>er</sup> juillet 1992 - art. L 122-4 et L 122-5 et Code pénal art. 425).

# *Liste des abréviations*

àà : en proportions égales

AGE : Acide gras essentiel

AGI : Acide gras insaturé

AGS : Acide gras saturé

BHC : British Health Council

CE : Commission E

ct : Chimiotype

ECE : Expanded Commission E

ES : Extrait sec

ESCOP : European Scientific Cooperative On Phytotherapy

HE : Huile essentielle

HV : Huile végétale

PE : Pharmacopée européenne

PF : Pharmacopée française

QSP : Quantité suffisante pour

m/m : Masse pour masse

MG : Matière grasse

TM : Teinture mère

TRAMIL : TRAditional Medicine for the IsLands : programme de recherche appliqué à la médecine traditionnelle populaire des Caraïbes, dont le propos est de rationaliser les pratiques de santé.

WHO : World Health Organisation





# Avant-propos

Si la dermatologie est la partie de la médecine qui étudie les affections cutanées, et si la phytothérapie est l'art de soigner les maladies par l'usage de plantes ou d'extraits de plantes, inévitablement, on ne peut s'étonner que l'homme ait cherché à traiter les pathologies ou désordres cutanés en sollicitant l'immense arsenal médicamenteux que constitue le règne végétal.

Chaque lecteur francophone désireux de soigner des affections dermatologiques par la phyto-aromathérapie, qu'il soit praticien, conseiller, soignant ou patient devrait trouver dans cet ouvrage de quoi satisfaire, quelque peu, au moins, ses aspirations. On s'est efforcé d'apporter de nombreuses notions pratiques débouchant sur des formules de réalisation et d'application aisées. Mais rien ne sert d'imprimer de simples recettes, sans le souci de proposer des méthodologies confortées par des preuves scientifiques d'efficacité. Comme pour la lecture de tout ouvrage, il faut savoir s'astreindre à lire entre les lignes ; car c'est là que se cachent les pensées profondes des auteurs.

Cet ouvrage est destiné aux professionnels de santé, c'est-à-dire aux dermatologues, aux médecins généralistes, aux pharmaciens, aux préparateurs, mais aussi à tout lecteur s'intéressant à la dermatologie, à tout consommateur averti, bref, à quiconque, quelque peu adepte de l'automédication, qui recherche des solutions peu coûteuses pour traiter des pathologies déjà diagnostiquées.

Il est donc hors de question d'aider au diagnostic des cas rencontrés, partant du principe erroné que les affections cutanées ne semblent pas trop redoutables. D'aucuns pourraient s'endormir dans une douce quiétude.

Celui ou celle qui pratiquera l'automédication devra, d'emblée, se montrer extrêmement vigilant. Il faut impérativement mettre en garde tous les lecteurs sur la menace du **mélanome** dont l'issue est mortelle s'il est diagnostiqué trop tardivement, alors même qu'il peut être curable s'il est traité à son premier stade. Combien de vies humaines ont été sacrifiées par négligence ou erreur ! Tout cela parce qu'on a tardé à présenter à un médecin ou à un dermatologue un vilain bobo.

Il faut avoir conscience du fait que **toute tache pigmentée de l'ordre de quelques millimètres au centimètre, souvent quelque peu informe ou hétérogène, mal**

**définie et quelque fois peu évolutive, risque d'être le point de départ d'un mélanome et, dans ce doute, le patient, quel qu'il soit, doit consulter de toute urgence un dermatologue.** D'ailleurs, aujourd'hui, il n'est pas question d'envisager de traiter un mélanome, quelles que soient sa localisation et sa forme, par phytothérapie. Les recherches récentes concernant les propriétés antiprolifératives, *in vitro*, de certaines fractions procyanidiques végétales sur cellules de mélanomes sont extrêmement intéressantes mais ne sauraient déboucher, à court terme, sur des applications cliniques, et, à plus forte raison sur un traitement plausible et réalisable (Tourino *et al.*, 2005).

Certains phytothérapeutes chevronnés retrouveront avec plaisir leurs thérapeutiques et en découvriront de nouvelles. Les professionnels de santé sensibilisés au bon usage des plantes pourront matérialiser dans leurs prescriptions des tendances jusqu'ici latentes. Le simple patient qui constate que tous les traitements par molécules de synthèse ont échoué pourra, livre en main, aiguiller son médecin voire son dermatologue vers des thérapies fondées sur les usages anciens des plantes. Beaucoup d'entre elles, aujourd'hui, en tout cas les plus usuelles et les plus communes, nous livrent une bonne partie de leurs secrets grâce à des analyses chimiques et à des essais pharmacologiques.

En suivant les différentes approches de plus en plus précises de ceux qui nous ont précédés et en s'inspirant des performances les plus remarquables qu'ils ont obtenues, on peut jeter les bases d'une phytothérapie moderne, et, cela, pourquoi pas, dans l'immense domaine de la dermatologie.

# Table des matières

## 1

### La phytothérapie, sa constance, ses tendances, ses mouvances

Rapport phytothérapie-allopathie .....	7
Médecines naturelles hors frontières européennes .....	7

## 2

### Ce qu'il faut savoir avant de prescrire ou de conseiller

Visite à la pharmacie verte .....	9
Limites de la phytothérapie .....	11
Un ennemi de la phytothérapie : « l'imprécision » .....	12
Notion d'espèce .....	12
Notion de chimiotype .....	13
Précision des organes végétaux concernés .....	14
Contrôle de la qualité des végétaux .....	14
Pharmaciens d'officine et phytothérapie .....	15
Préoccupations et précautions spécifiques en dermatologie .....	16
Être bien dans sa peau .....	17
À propos du stress et du stress oxydatif en dermatologie .....	17
Méthodologie générale et objectifs .....	18

## 3

**Notions de pharmacie galénique**

Avertissement au lecteur .....	21
Différentes formes galéniques .....	21
Formes classiques .....	23
Formes issues de recherches récentes .....	28
Excipients .....	31
Excipients ou molécules à effet promoteur (susceptibles d'augmenter l'absorption épidermique) .....	31
Les huiles végétales .....	33
Nomenclature des acides gras .....	34
Notion d'acide gras essentiel .....	35
Rôle des AGE au niveau cutané .....	36
Insaponifiables .....	37
Choix d'une huile végétale de bonne qualité .....	37
Huiles végétales recommandées .....	37

## 4

**Traitements phyto-aromathériques des affections dermatologiques**

Abcès .....	53
Acné .....	57
Allergies cutanées .....	64
Ampoules .....	65
Anti-inflammatoires cutanés .....	66
Antirides .....	67
Antitranspirants .....	67
Aphtes .....	68
Blessures, écorchures ou égratignures .....	69
Bouchons de cérumen .....	73
Brûlures et érythèmes .....	74
Cellulite .....	79

Cheveux, chute de cheveux .....	82
Cicatrices.....	86
Contusions.....	91
Cors, durillons, oignons.....	91
Couperose .....	92
Coupures, éraflures, petites blessures ouvertes ou en séton.....	94
Crevasses .....	98
Croûtes de lait des nourrissons.....	99
Dartres = eczématides = parakératoses.....	100
Démangeaisons.....	101
Déodorants.....	102
Durillons.....	105
Écchymoses, contusions et hématomes .....	105
Écrouelles, scrofules, lupus .....	109
Eczémas.....	110
Engelures .....	121
Érysipèle, rougeole, rubéole, scarlatine .....	121
Escarres .....	122
Furoncles = clous, anthrax, phlegmons = flegmons .....	123
Gerçures .....	127
Hémorroïdes externes .....	128
Hémostatiques .....	129
Herpès.....	131
Hyperhydrose.....	134
Impétigo .....	136
Inflammations ou irritations locales .....	137
Lèpre .....	141
Mycoses cutanées.....	143
Œdèmes .....	156
Oignons.....	157
Ongles fragiles .....	157
Panaris.....	158
Parasitoses animales.....	158
Piqûres d'insectes .....	166
Piqûres de méduses .....	173
Psoriasis .....	173
Soins capillaires .....	176
Taches pigmentaires .....	178

Ulcères.....	179
Ulcères variqueux .....	181
Urticaire .....	181
Verrues .....	184
Vitiligo.....	186
Zona.....	187

## 5

### Monographies de plantes

Achillée millefeuille <i>Achillea millefolium</i> L. Asteraceae (ECE) .....	189
Aigremoine <i>Agrimonia eupatoria</i> L. et/ou <i>A. procera</i> Wallroth Rosaceae .....	190
Arnica <i>Arnica montana</i> L. ou <i>A. chamissonis</i> Less. ssp. <i>foliosa</i> Asteraceae (ECE) .....	191
Avoine <i>Avena sativa</i> L. Poaceae (ECE) .....	192
Baume du Pérou <i>Myroxylon balsamum</i> var. <i>pereira</i> L. Fabaceae .....	193
Bourse-à-pasteur <i>Capsella bursa pastoris</i> (L.) Medikus Brassicaceae (ECE).....	194
Calendula = Souci <i>Calendula officinalis</i> L. Asteraceae (ECE).....	195
Camomille allemande = Matricaire <i>Matricaria recutita</i> (syn. <i>Chamomilla</i> <i>recutita</i> ) L. Asteraceae (ECE).....	196
Chêne <i>Quercus robur</i> L. et/ou <i>Q. petraea</i> (Mattuschka) Lieblein Fagaceae (ECE).....	197
Consoude <i>Symphytum officinale</i> L. Boraginaceae .....	198
Consoude <i>Symphytum officinale</i> L. Boraginaceae .....	199
Douce-amère <i>Solanum dulcamara</i> L. Solanaceae .....	200
Echinacée <i>Echinacea purpurea</i> (L.) Moench Asteraceae (ECE).....	200
Eucalyptus <i>Eucalyptus globulus</i> Labillardière, <i>E. fructicetorum</i> F. Von Mueller et/ou <i>E. smithii</i> R.T. Baker Myrtaceae .....	202
Fénugrec <i>Trigonella foenum-graecum</i> L. Fabaceae (ECE).....	202
Hamamélis <i>Hamamelis virginiana</i> L. Hamamelidaceae (ECE) (ESCOP) .....	203
Harpagophyton <i>Harpagophytum procumbens</i> (Burchell) de Candolle Pedaliaceae (ECE) .....	205
Lamier blanc <i>Lamium album</i> L. Lamiaceae .....	205
Levures médicinales (ECE).....	206
Lichen d'Islande <i>Cetraria islandica</i> L. Parmeliaceae (ECE).....	207
Lierre grimpant <i>Hedera helix</i> L. Araliaceae (ECE).....	208
Lin <i>Linum usitatissimum</i> L. divers cultivars Linaceae (ECE).....	209

Mauve <i>Malva sylvestris</i> L. et/ou <i>Malva sylvestris</i> ssp. <i>mauritiana</i> L. Ascherson et Graebner Malvaceae .....	210
Mauve <i>Malva sylvestris</i> L. et/ou <i>M. neglecta</i> Wallroth Malvaceae .....	210
Mélilot <i>Melilotus officinalis</i> L. Pallas et/ou <i>M. altissimus</i> Thuillier Fabaceae .....	211
Menthe poivrée <i>Mentha x piperita</i> L. Lamiaceae (ECE).....	212
Millepertuis <i>Hypericum perforatum</i> L. Hypericaceae (ECE).....	213
Moutarde blanche <i>Sinapis alba</i> L. Brassicaceae .....	214
Mûre <i>Rubus fruticosus</i> L. Rosaceae .....	215
Myrrhe <i>Commiphora abyssinica</i> Engler ou autres espèces de <i>Commiphora</i> de composition comparable Burseraceae (ECE) .....	216
Myrtille <i>Vaccinium myrtillus</i> L. Ericaceae (ECE) .....	217
Noyer <i>Juglans regia</i> L. Juglandaceae (ECE).....	218
Pensée sauvage <i>Viola tricolor</i> L. et essentiellement les sous-espèces suivantes <i>V. vulgaris</i> (Koch) Oborny, <i>V. arvensis</i> (Murray) Gaudin Violaceae ....	219
Petit Houx ou Fragon épineux <i>Ruscus aculeatus</i> L. Liliaceae (ECE) .....	220
Peuplier <i>Populus</i> sp. L. Salicaceae (ECE) .....	220
Plantain <i>Plantago lanceolata</i> L. ou <i>P. major</i> L. Plantaginaceae (ECE) .....	221
Potentille <i>Potentilla anserina</i> L. Rosaceae.....	222
Potentille <i>Potentilla erecta</i> L. Räuschel (synonyme <i>P. tormentilla</i> Necker Rosaceae) .....	223
Prêle des champs <i>Equisetum arvense</i> L. Equisetaceae (ECE) .....	224
Prunellier <i>Prunus spinosa</i> L. Rosaceae .....	225
Raifort <i>A Armoracia rusticana</i> Ph. Gaertner, B. Meyer et Scherbius (syn. <i>Cochlearia armoracia</i> L.) Brassicaceae (ECE).....	226
Ratanhia <i>Krameria triandra</i> Ruiz et Pav. Krameriaceae.....	227
Rosier à roses rouges = Rosier de Provins <i>Rosa gallica</i> L. et Rosier à roses pâles <i>Rosa centifolia</i> L. Rosaceae .....	227
Sauge officinale <i>Salvia officinalis</i> L. Lamiaceae (ECE) .....	228
Térébenthine du Mélèze <i>Larix decidua</i> Miller Pinaceae .....	229
Usnée <i>Usnea</i> sp. et surtout <i>U. barbata</i> (L.) Wiggers emend. Mot., <i>U. florida</i> (L.) Fries, <i>U. hirta</i> (L.) Hoffmann et <i>U. plicata</i> (L.) Fries, Usneaceae (ECE) .....	230
<b>Épilogue ou avenir de la phytothérapie</b> .....	233
<b>Références bibliographiques</b> .....	237
<b>Index général</b> .....	243
<b>Index des auteurs cités</b> .....	261

