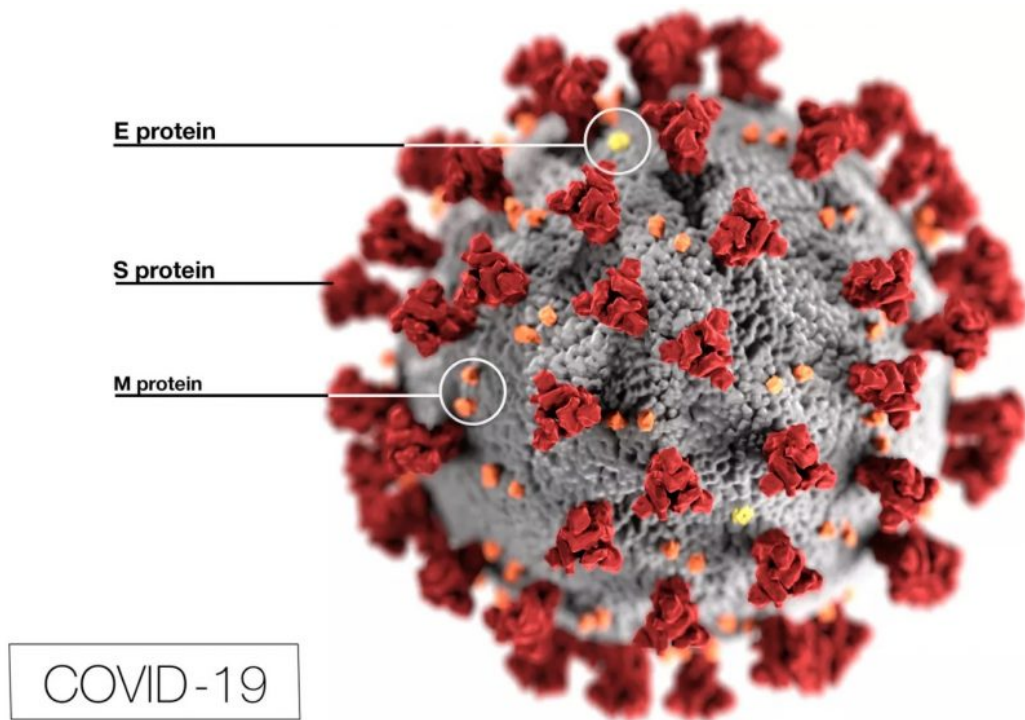


# Huiles essentielles



## Les huiles essentielles peuvent-elles agir contre le Coronavirus ?

Vous êtes très nombreux à nous demander notre avis concernant le coronavirus et les huiles essentielles : peuvent-elles le combattre ? peuvent-elles nous en prévenir ? si oui, lesquelles et comment ? Oui, les huiles essentielles peuvent probablement lutter contre ce nouveau coronavirus Covid-19, mais les scientifiques en sachant très peu sur cette infection, il est impossible d'être catégorique. Comme toutes les publications que vous voyez à ce sujet, la prudence et le recul sont de mise.

**Pourquoi les huiles essentielles ?**

Penser aux huiles essentielles contre un virus tel que Covid-19 (= Corona Virus Disease 2019) n'est pas absurde, pour les raisons suivantes.

### **Molécules aromatiques, puissants antiviraux**

Les molécules composant certaines huiles essentielles ont démontré des propriétés antivirales variées :

- soit en neutralisant le virus avant sa pénétration dans la cellule,
- soit en modifiant la capsidie ou l'enveloppe du virus,
- soit en bloquant l'accès aux cellules en se fixant sur les récepteurs utilisés par les virus,
- soit à l'intérieur de la cellule en empêchant la réplication du virus,
- soit en détruisant l'enveloppe protectrice du virus.

### **Efficacité des HEs contre les virus enveloppés**

Il existe deux types de virus, les virus nus et les virus enveloppés.

Les virus enveloppés sont protégés par une membrane lipidique leur permettant de passer inaperçu aux yeux des défenses immunitaires et de mieux s'adapter. **Les coronavirus sont des virus enveloppés.**

Pour « attaquer » un virus enveloppé, il faut donc un actif liposoluble. Les huiles essentielles sont liposolubles.

**Tant qu'il n'y a pas de traitement spécifique, autant viser largement.**

De nombreuses molécules antivirales sont à l'étude, dont des inhibiteurs de protéase, des produits anti-HIV, antipaludiques, etc. Pour l'instant, aucune ne fait consensus.

Dans une telle situation, des solutions à très large spectre comme les huiles essentielles, composées de plusieurs dizaines de molécules, semblent pertinentes. C'est cela qui fait le succès des huiles essentielles face aux virus « insaisissables » comme l'herpès ou la grippe.

### **Précédents cas de Coronavirus**

Le virus Covid 19 est aussi appelé SRAS-CoV-2, car il fait partie de la même espèce biologique que SARS-CoV, un autre coronavirus qui avait causé l'épidémie de SRAS en 2003. Suite à cette épidémie, des tests in vitro ont été faits pour tester l'efficacité de certaines huiles essentielles contre ce coronavirus, par inhibition de la réplication du virus dans la cellule.

L'étude, réalisée par une équipe de l'**Université de Calabre**, conclue une « forte activité antivirale de l'huile essentielle de **Laurier Noble** » contre le SRAS-CoV.

Les éléments précédemment abordés ne sont pas des preuves, mais simplement des éléments factuels permettant de suspecter légitimement que les huiles essentielles sont adaptées pour prévenir et combattre une infection par Coronavirus. En aucun cas l'utilisation des huiles essentielles ne peut cependant dispenser des précautions présentes dans les directives du ministère de la santé.

## Quelles huiles essentielles ?

Notre objectif est donc de définir un mélange d'huiles essentielles :

qui ait le champ d'action antiviral le plus large et diversifié possible, avec une toxicité minimale afin de pouvoir étendre son utilisation à la plupart des utilisateurs, des huiles essentielles facilement trouvables, afin à nouveau de faciliter leur accès, et bien sur des huiles essentielles efficaces sur les voies respiratoires.

### Utilisation individuelle

Deux huiles essentielles se dégagent et se complètent à merveille :

le **Ravintsara** et le **Tea Tree**.

En les mélangeant, vous aurez en quantité de puissants **anti-viraux** et **immunostimulants** largement reconnus : 1,8-cinéole (époxyde monoterpénique), terpinène-4-ol (alcool monoterpénique), sabinène (carbure monoterpénique) et alpha-terpinéol (alcool monoterpénique). En outre, elles sont très souples d'utilisation et ont une toxicité très faible. Et on en trouve partout. Deux excellents candidats pour prévenir une potentielle infection virale.

### Recommandation :

Mélanger ces deux huiles essentielles de **Tea Tree** et **Ravintsara** à 50/50, et en appliquer 3 fois par jour 2 gouttes sur les poignets internes, suivi de quelques inhalations profondes.

Pour les femmes enceintes et les bébés, reportez-vous aux précautions d'utilisation de ces huiles essentielles (Tea Tree et Ravinstara).

Si vous voulez les diluer dans une huile végétale, l'huile de Nigelle est parfaite.

Les huiles essentielles ne doivent pas être utilisées pour un usage prolongé, réaliser une pause d'une semaine au bout de 3 semaines d'utilisation au moins.

### **Note :**

En cas de franche exposition au virus, d'autres familles de molécules seraient utiles, en particulier les phénols comme le **carvacrol** (HE d'Orgian Compact, de Sarriette des Montagnes) et le **thymol** (HE de Thym à Thymol), qui sont de très puissants anti-viraux, sans être anti-inflammatoires.

Leur toxicité est plus élevée et doivent être utilisées avec beaucoup plus de précautions : attention à leurs voies d'utilisations et aux utilisateurs sensibles.

### **Solution désinfectante pour les mains**

Les autorités sanitaires ne cessent de répéter que les gestes classiques de prévention sont le meilleur frein au déploiement du virus, dont le lavage de mains. La plupart du temps vous utiliserez un gel hydroalcoolique classique, mais vous pouvez aller plus loin avec les huiles essentielles.

Voici une recette simple :

40 mL d'alcool à 70°

30 mL d'hydrolat de **Tea Tree**

10 mL d'huile végétale de **Nigelle**

10 gouttes d'huile essentielle de **Tea Tree**

10 gouttes d'huile essentielle de **Ravintsara**

## **Diffusion pour assainir l'air**

Les autorités recommandent de bien se cacher le visage si vous avez envie d'éternuer. Vous pouvez aussi utiliser les huiles essentielles pour assainir l'air ambiant.

Voici une suggestion de synergie à diffuser, très souple d'utilisation :

30 gouttes d'huile essentielle de **Pamplemousse**

30 gouttes d'huile essentielle de **Ravintsara**

30 gouttes d'huile essentielle d'**Eucalyptus Radiata**

Précautions :

Ces huiles essentielles ont une toxicité par voie aérienne très faible, mais elles restent par précaution interdites aux femmes enceintes de moins de 3 mois, ainsi qu'aux bébés de moins de 3 mois, ne chauffer pas les huiles essentielles pour les diffuser. Utilisez un diffuseur approprié.

## **Conclusion**

Les huiles essentielles sont très certainement une réponse pertinente contre ce virus, via leurs nombreuses molécules antivirales et la diversité de leurs principes actifs. Cependant, les recherches ne sont pas assez abouties pour être catégorique, je vous conseille donc :

D'opter pour des huiles essentielles antivirale à faible toxicité et large spectre (**Tea Tree** et **Ravintsara** excellents).

Et surtout de suivre rigoureusement les recommandations du

ministère de la santé et du gouvernement.

Liens intéressants :

<https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/maladies/maladies-infectieuses/coronavirus/coronavirus-questions-reponses>

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

<https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

*Attention, les huiles essentielles sont des produits très concentrés et très puissants, qui présentent des contre-indications et des risques de surdosage.*

Patrick GERMANO



LA PHYCOCYANINE où s'en procurer ? Uniquement par Internet dans votre WEB.SHOP



**Client Webshop Registration >> [Here](#)**

---

*Partagez cet article*