



Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

FORMULE Gastro-entérite



Description du cas

La gastro-entérite est une inflammation aiguë des muqueuses gastriques et intestinale, le plus souvent causée par une infection virale (norovirus avec le virus de Norwalk, rotavirus chez le jeune enfant, calicivirus...), mais des bactéries (colibacilles) ou autres micro-organismes (amibes) peuvent aussi en être à l'origine.

Les mains, l'eau et les aliments contaminés sont les principaux vecteurs de transmission du virus. Cette maladie très contagieuse touche chaque année des millions de personnes, en particulier durant la période hivernale, entre novembre et mars, où l'épidémie est la plus virulente.

La durée d'incubation varie entre 12 à 24 h après la contamination, sauf si une bactérie est à l'origine de l'infection, les premiers symptômes se manifestent alors seulement 1 à 12h après l'infection.

Les symptômes de la gastro-entérite se traduisent généralement par une grande fatigue, une perte d'appétit, de la fièvre, des nausées ou vomissements survenant brutalement, des diarrhées aiguës et des douleurs abdominales. Ces symptômes peuvent apparaître ensemble ou séparément, et il arrive parfois que l'infection n'entraîne pas de fièvre ni de vomissements. Si les symptômes perdurent plus d'une semaine ou si l'état de la personne malade se dégrade ou que des signes inhabituels se présentent (sang dans les selles, fièvre persistante...), il est nécessaire de consulter un médecin et de faire des examens supplémentaires.

Chez les nourrissons et les jeunes enfants, mais aussi chez les personnes âgées, il convient de veiller particulièrement à éviter la déshydratation.



Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

Contenants



Flacon brun DIN18 de 10ml (unité - sans bouchon)



Bouchon DIN18 pour huiles essentielles flacons de 5 à 100 ml



Ingrédients

	Ingrédient	Pourcentage (%)	Pour 10 mL
	HUILE ESSENTIELLE Cinnamomum verum (Cannelle de Ceylan)	25	2.5 mL
	HUILE ESSENTIELLE Ocimum basilicum var. basilicum (Basilic tropical)	25	2.5 mL
	HUILE ESSENTIELLE Mentha piperita (Menthe poivrée)	25	2.5 mL
	HUILE ESSENTIELLE Thymus zygis	15	1.5 mL
	HUILE ESSENTIELLE Elettaria cardamomum (Cardamome)	10	1 mL



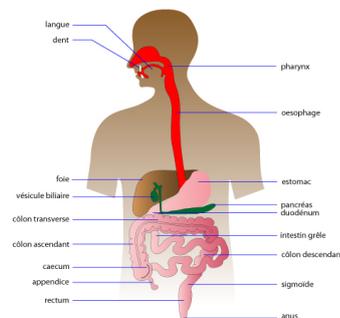
Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

Préparation

Dans un flacon en verre teinté de 10 ml, ajouter chacune des huiles essentielles citées, à savoir qu'un ml d'huile essentielle correspond à environ à 25 gouttes. Après avoir bien refermé le flacon, homogénéiser la préparation en lui faisant faire des rotations sur lui-même. Il convient de se munir d'un flacon d'huile végétale (30 ml) qui peut être utilisée par voie interne pour diluer cette préparation (Olive, Noisette par exemple).

Utilisation

Dès les premiers symptômes de gastro-entérite, prendre 2 gouttes du mélange 3 à 4 fois par jour sur un support par voie orale (une cuillère à café d'huile végétale d'olive ou de noisette ou sur un sucre) jusqu'à amélioration complète. Il est également conseillé de masser le bas du ventre et le bas du dos avec 4-5 gouttes du mélange dilué au tiers dans une huile végétale en parallèle de la prise par voie interne.



Précautions d'usage

Déconseillé chez les femmes enceintes, allaitantes et enfants de moins de 7 ans

Ne pas utiliser ce mélange plus de 3 semaines maximum

Ne pas utiliser ce mélange pur car il est dermocaustique et agressif pour les muqueuses



Document téléchargé sur www.myrtea-formations.com

Conseils complémentaires

En prévention :

- Se laver les mains régulièrement avec de l'eau et du savon, notamment avant de manger et après le passage aux toilettes et/ou utiliser un gel hydroalcoolique
- Veiller à nettoyer et désinfecter les lieux de vie et toilettes régulièrement ainsi que les vêtements, draps ou ustensiles utilisés par des personnes malades
- Renforcer le système immunitaire : alimentation saine et riche en fruits et légumes frais, vitamine C, fer et zinc, mais aussi huile essentielle de Ravintsara à mettre sur les poignets chaque jour, cure de gelée royale, ginseng, propolis...)
- Veiller à avoir un sommeil réparateur et suffisant
- Diffuser des huiles essentielles de Tea-tree, Citron, Ravintsara, Thym à linalol pour assainir l'air

En curatif :

- Bien s'hydrater avec de l'eau est essentiel, la déshydratation étant le risque majeur en cas de diarrhée et vomissements
- Éviter les anti-diarrhéiques qui permettent aux germes nocifs de passer plus de temps dans les intestins, de se développer, de libérer leurs toxines et d'altérer la muqueuse intestinale, il est préférable d'aider le corps à évacuer ces pathogènes
- Une diète hydrique pendant 24h est recommandée (tisanes, bouillons de légumes, eau de cuisson du riz, jus de citron dans de l'eau tiède...)
- Puis recommencer l'alimentation progressivement et en douceur avec du riz, pommes de terre, bananes, pommes...
- Éviter les produits laitiers, la caféine, les aliments gras et épicés jusqu'à amélioration significative des symptômes
- En phytothérapie : plantes anti-infectieuses (Thym, Romarin, Sarriette, Cannelle), antispasmodiques (Angélique, Marjolaine, Menthe), anti-inflammatoires et anti-nauséuses (Camomille romaine, Gingembre), fébrifuges (Reine-des-prés), astringentes (alchémille, aigremoine, ronce, fraisier, baies de myrtilles, écorce de chêne, salicaire)
- Le charbon actif aide à neutraliser les substances pathogènes et limite les selles liquides, attention cependant, du fait de son grand pouvoir adsorbant, il convient de ne pas le prendre en dehors de la prise de médicaments (pilule contraceptive ou autre...) car leur effet peut s'en trouver diminué
- L'argile verte (alternative au charbon actif, ne pas les cumuler) : boire 3 verres par jour d'argile verte ultra-ventilée. Mettre une cuillère à café dans un verre d'eau et laisser reposer la nuit ou au moins 4 heures, à boire après chaque selle non moulée, sans dépasser 3 verres par jour. Diminuer les doses lorsque les symptômes s'améliorent. En cas de gastro-entérite sans diarrhée mais avec nausées, boire seulement l'eau d'argile par petites gorgées.
- Faire une cure de probiotiques
- Se reposer, bien dormir
- Une bouillotte chaude sur le ventre peut aider à soulager les maux de ventre

Références / Bibliographie

Ma bible des huiles essentielles – Danièle Festy – Editions Leduc

L'aromathérapie, se soigner par les huiles essentielles - Dominique Baudoux - Editions Amyris

Cette formule est étudiée en détails dans nos formations, d'autres formules sur ce thème disponibles dans les modules suivants :

- AROMATHÉRAPIE PRATIQUE NIVEAU 4 - LES ÉTUDES DE CAS

