



Document téléchargé sur [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)

## FORMULE Infection urinaire



### Description du cas

L'infection des voies urinaires fait partie des infections les plus courantes. La cystite, qui est une inflammation de la vessie due le plus souvent à une invasion de bactéries (*Escherichia coli* majoritairement, mais aussi *Proteus mirabilis*, *Enterobacter*, *Citrobacter*, *Staphylococcus saprophyticus*, *Klebsiella*...), touche principalement les femmes et est toujours accompagnée d'une inflammation de l'urètre. Chez les hommes, l'urétrite ou inflammation de l'urètre est plus commune et peut être causée par une infection sexuellement transmissible (à gonocoques, à *Chlamydiae*), elle s'accompagne parfois d'une prostatite.

Dans le cas où une infection urinaire n'est pas traitée, la prolifération bactérienne peut s'étendre jusqu'aux reins où elle peut évoluer vers ce que l'on appelle une pyélonéphrite, infection des reins qui peut entraîner une insuffisance rénale, voire une septicémie (propagation des bactéries pathogènes dans le sang) dans les cas les plus graves.

Les signes les plus fréquents d'une infection urinaire des voies basses sont des douleurs ou des brûlures en urinant, une fréquence de mictions élevée et la sensation quasi permanente d'une envie d'uriner alors que la vessie est vide, une lourdeur au niveau du bas-ventre, voire dans le bas du dos, des urines troubles (qui peuvent dégager une odeur désagréable), du sang peut parfois être présent. Lors d'une infection urinaire simple, il n'y a pas de fièvre.

Les femmes sont plus sensibles que les hommes en raison de la différence d'anatomie : proximité de anus et du méat urinaire, courte taille de l'urètre. D'autres facteurs peuvent favoriser l'apparition d'une infection urinaire comme les rapports sexuels, l'utilisation du diaphragme comme moyen de contraception, des facteurs hormonaux (grossesse, ménopause), les troubles de la prostate, ce qui perturbe la flore bactérienne locale comme une hygiène intime trop agressive, l'application de gels spermicides, la constipation, une insuffisance d'apport hydrique, certaines maladies (diabète, maladies neurologiques, anomalies morphologiques de l'appareil urinaire), port de sonde urinaire lors d'une hospitalisation.

Du point de vue psycho-émotionnel, une infection urinaire peut indiquer un conflit de territoire et une difficulté à évacuer cette pollution psychique ou physique, une difficulté à trouver sa place dans le couple, une sexualité vécue comme insatisfaisante ou encore que l'on vit des sentiments de frustration, d'irritation non exprimés ou que l'on a tendance à s'accrocher à de vieilles idées et qu'on résiste au changement à cause d'une certaine insécurité.

Les huiles essentielles à visée antibactérienne et anti-inflammatoire sont très intéressantes en cas d'infection urinaire par voie interne et externe au niveau du bas-ventre. A noter que le recueil d'urine pour examen cytot bactériologique par un laboratoire d'analyse doit se faire avant de débiter le traitement à base d'huiles essentielles.

Page 1 sur 4 - Formule Infection urinaire - version 190306

Reproduction interdite. Les informations ci-dessus appartiennent à la sarl Myrtéa Formations.

Les informations proposées dans l'Aromathèque Myrtéa formations sont synthétisées notamment à partir de livres de référence et ne doivent en aucun cas se substituer à un avis médical ou servir d'outil de diagnostic.



**MYRTÉA FORMATIONS**

4, impasse des Martres - Berzet - 63122 SAINT GENÈS CHAMPANELLE - Tél. : 04 73 87 03 23 - Fax : 04 73 87 03 24  
formation@myrtea.com - [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)



Document téléchargé sur [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)

## Contenants









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



Bouchon DIN18 pour huiles grasses flacons de 5 à 100 ml



## Ingrédients

	Ingrédient	Pourcentage (%)	Pour 10 mL
	HUILE ESSENTIELLE <i>Satureja montana</i> (Sarriette des montagnes)	10	1 mL
	HUILE ESSENTIELLE <i>Melaleuca alternifolia</i> (Tea-tree)	10	1 mL
	HUILE ESSENTIELLE <i>Santalum album</i> (Bois de Santal)	10	1 mL
	HUILE ESSENTIELLE <i>Ocimum basilicum</i> var. <i>basilicum</i> (Basilic tropical)	10	1 mL
	HUILE ESSENTIELLE <i>Corymbia citriodora</i> (Eucalyptus citronné)	10	1 mL
	HUILE VEGETALE <i>Corylus avellana</i> (Noisettes)	50	5 mL

Page 2 sur 4 - Formule Infection urinaire - version 190306

Reproduction interdite. Les informations ci-dessus appartiennent à la sarl Myrtéa Formations.

Les informations proposées dans l'Aromathèque Myrtéa formations sont synthétisées notamment à partir de livres de référence et ne doivent en aucun cas se substituer à un avis médical ou servir d'outil de diagnostic.



**MYRTÉA FORMATIONS**

4, impasse des Martres - Berzet - 63122 SAINT GENÈS CHAMPANELLE - Tél. : 04 73 87 03 23 - Fax : 04 73 87 03 24  
[formation@myrtea.com](mailto:formation@myrtea.com) - [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)



**L'AROMATHEQUE**  
par Myrtéa Formations

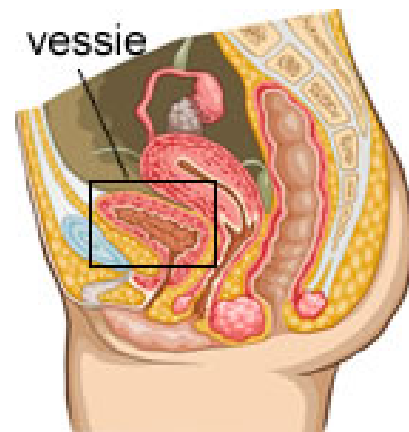
Document téléchargé sur [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)

### 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. Compléter avec l'huile végétale de noisette. Après avoir bien refermé le flacon, homogénéiser la préparation en lui faisant faire des rotations sur lui-même.

### Utilisation

Dès les premiers symptômes, masser le bas du ventre et le bas du dos avec 8-10 gouttes du mélange 3 fois par jour pendant 7 à 10 jours. Il est intéressant d'utiliser également les huiles essentielles par voie interne avec par exemple la formule suivante (adultes) à préparer dans un flacon de 5 ml : - HE Satureja montana : 1 ml - HE Thymus vulgaris CT thujanol : 1 ml - HE Melaleuca alternifolia : 1 ml - HE Cinnamomum verum : 0,5 ml - HE Mentha piperita : 0,5 ml Mettre 3 gouttes du mélange dans une cuillère à café d'huile d'olive, 3 fois par jour pendant 7 jours.



### Précautions d'usage

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



Document téléchargé sur [www.myrtea-formations.com](http://www.myrtea-formations.com)

### Conseils complémentaires

- Il est primordial de boire beaucoup d'eau pure et des tisanes fréquemment, à la fois en prévention et lors de la crise.
- Privilégier une alimentation détoxifiante : augmenter les fruits et légumes (ail, oignon, poireau, navet, pommes, citrons), bouillon de légumes, diminuer farines et féculents, sucres en général, supprimer les aliments irritant la muqueuse urinaire (tomates, oseille, épices, asperges, cresson, café, thé, alcool).
- Eviter au maximum de se retenir d'uriner.
- Eviter la constipation et la traiter si elle est présente.
- Eviter les produits déodorants intimes, une toilette trop agressive.
- Pour les femmes : veiller à s'essuyer d'avant en arrière pour limiter la contamination fécale des voies urinaires.
- Changer de sous-vêtements fréquemment, éviter la macération (pantalons trop serrés, tampons...), privilégier les matières saines (coton...), éviter les matières synthétiques.
- Uriner avant et après les rapports sexuels.
- Apprendre à délimiter son territoire et exprimer ses émotions...
- Phytothérapie : la busserole est la plante des infections urinaires du fait de ses vertus anti-inflammatoire, anti-infectieuse et diurétique en infusion plusieurs fois par jour. D'autres plantes sont intéressantes comme le Thym, la Bruyère, la Verge d'or, le Chiendent, l'Aubier de tilleul, la Piloselle, l'Ortie, la Prêle...
- Une cure avec 3 hydrolats parmi les suivants peut être envisagée (1 cuillère soupe du mélange dans 1 L d'eau à boire dans la journée), une compresse imbibée de ces hydrolats peut également être appliquée sur le bas-ventre : Sarriette, Santal, Thym à linalol, Cannelle, Tea tree, Verveine citronnée, Marjolaine des jardins, Genévrier, Cyprès
- L'extrait sec de canneberge (ou cranberry), désinfectant des voies urinaires et inhibant le développement des bactéries pathogènes, à raison de 300 à 400 mg par jour minimum peut s'utiliser en curatif mais aussi en préventif (notamment en cas de cystite chronique).
- Les capsules d'huile essentielle d'Origan compact vendues en pharmacie, à raison de 6 à 8 par jour pendant au moins 5 jours sont intéressantes.
- En cas de cystite récurrente, une cure de probiotiques peut s'avérer utile.

### 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 :**

- PHYSIOLOGIE ET HOMÉOSTASIE NIVEAU 1
- AROMATHÉRAPIE PRATIQUE NIVEAU 4 - LES ÉTUDES DE CAS

